



社会福祉法人 清水福祉会  
特別養護老人ホーム柏尾の里

# せせらぎ



みんなを笑顔に!!

## 柏尾の里 ホームヘルパーです★

暑い日が続き、30度を超える日も多くなってきましたね。日本の夏は湿度も高く、気温の上昇と相まって室内の環境が悪くなります。そんな季節に、注意していきたいのが「熱中症」と「食中毒」です。

この時期ヘルパーは、ご利用者様のお宅に訪問させて頂いた際、熱中症予防のための声かけをし、調理の時は食中毒の予防を意識して行わせて頂いています。みんなで熱中症や食中毒に気をつけて、この夏を乗り切りましょう！

### 食中毒予防の3つの原則 「つけない！」「増やさない！」「やっつける！」

食中毒の元となる菌を…

「つけない」・・・手や調理器具をしっかりと洗ってから使う。

「増やさない」・・・低音で保存し、早めに食べる。

(冷蔵庫10℃以下 冷凍庫-15℃以下)

「やっつける」・・・加熱処理、消毒

お肉は中心までしっかりと火を通す

布巾やまな板は洗剤でよく洗い、熱湯で殺菌、または消毒や漂白をする。



訪問介護：自宅で生活を営むのに支障のある高齢者のお宅を訪ね、身体の介護や家事サービスを提供いたします。

### ～7月はいろいろな証書が届きますね～

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 平成29年 7月31日	
被保険者番号	
姓	名
性別	年齢
誕生日	年齢
被保険者登録番号	被保険者登録番号
販売店番号	販売店番号
交付年月日	交付年月日
有効期限	有効期限
被保険者登録番号	被保険者登録番号
被保険者登録番号	被保険者登録番号
静岡県後期高齢者医療広域連合 静岡県後期高齢者医療広域連合	

介護保険負担割合証	
交付年月日 平成28年7月15日	
被保険者番号	
姓	名
性別	年齢
誕生日	年齢
被保険者登録番号	被保険者登録番号
被保険者登録番号	被保険者登録番号
静岡県	
静岡市	
221002 静岡市	

介護保険法等利用者負担額減額認定証	
交付年月日 平成27年7月17日	
被保険者番号	
姓	名
性別	年齢
誕生日	年齢
被保険者登録番号	被保険者登録番号
被保険者登録番号	被保険者登録番号
静岡県	
静岡市	
221002 静岡市	

75歳以上の方に届く  
医療被保険者証です。

介護保険サービスを利用する際の料金の負担割合を示す証。  
1割負担か2割負担

社会福祉法人の提供するサービスを利用する時に提示すると  
料金時に滞在費と食費が収入に応じて減額されます。

公的な証書はいろいろ種類があってわかりづらく管理が大変な面もありますが、病院にかかりたり、介護保険のサービスを使う時や、行政の補助金を受けるために必要な、大切なものばかりです。  
しっかりと管理して、サービスの利用時には必ず提示しましょう。

## デイサービス 柏尾の里



こんにちは！認知症対応型デイサービスです。6月末より七夕飾りを作り、短冊に願いごとを書いて笹に飾りつけていきました。皆さまにお持ち帰り頂き、ご自宅に飾って頂きました。  
ボーリングや卓球などの身体を動かすゲームや工作での物作りなど、いろいろな活動を行っております。ぜひ見学にいらしてください。



### 高部地域包括支援センター

～いつまでも元気で過ごすために～

#### ご存知ですか？通話記録装置

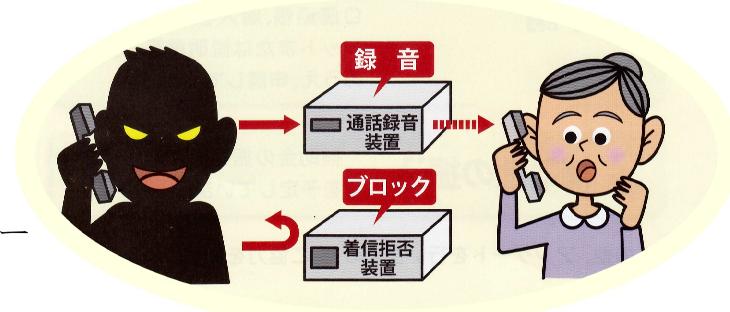
新聞やテレビでは毎日のように高齢者を狙った詐欺被害について報じられています。「オレオレ詐欺」について平成26年度と27年度を比較すると、被害件数は71件から160件に倍増し、被害額も約1億6千万円から約2億9千万円に増加！みんなで気をつけています。

オレオレ詐欺や振り込め詐欺等の手口で特徴的なのは、電話勧誘から始まるものが多いということです。そんな時、通話記録装置を利用すると被害の予防になるかもしれません。

この装置は、通話の内容を録音する機能が付いていたり、悪徳業者からの電話番号を判別し、着信を拒否する機能が付いています。

また、静岡市ではこれらの装置に対する補助金交付事業を実施しています。詳しくは、静岡市消費生活センター

Tel 221-1054にお問い合わせください。包括支援センターにも資料を用意しています。



# 居宅介護事業所 柏尾の里



## 夏の風物詩～ラジオ体操～をやってみよう!!

暑い日が続くとそれだけで体力が奪われてしまい、動くのもおっくうになってしまいますね。エアコンの効いた涼しいお部屋でゆったり快適にくつろぎたいところですが、それが習慣化すると運動不足となり、夏バテを加速させる原因となってしまうので、できるだけ避けたいものです。特に高齢者にとって、季節を問わず毎日少しずつでも身体を動かすことは、介護予防に繋がるとしても意義のあることです。でも暑いから動きたくない…と思いますよね。そこで夏でも気軽に取り組めて、かつ室内でもできる運動をご紹介したいと思います。



居宅介護支援事業所：介護支援専門員(ケアマネジャー)が、在宅にお住まいの方の生活や介護に関する相談を請け負う所です。

もう少し詳しく知りたいっ！

## 介護保険制度

平成12年4月からスタートした介護保険制度。10年以上が経過し、一般の皆様にもその制度が浸透してきたのを感じます。しかし、一体どういう制度なのか、まだよくわからない方も多いのではないでしょうか。そこで、ここでは静岡市介護保険課のホームページに書かれている内容を、要約してお伝えします。

## 第7回 サービス利用の一例

### ～要介護2 歩行が不安定で閉じこもり気味。物忘れも出てきている方の一例～

月	火	水	木	金	土	日	1日の過ごし方
午前 6:00	訪問介護						起床 朝食 洗濯等 TV観賞 昼食
12:00	通所リハビリ	訪問介護		訪問介護			夕食 入浴 就寝
午後 8:00	外出の介助を行い、屋外に出ることの不安を軽減する。	通所リハビリ	筋力低下を防ぎ歩行が安定するように、機能訓練を行う。	通所リハビリ			

心身の状態や生活の環境が変化した場合には、ケアプランを変更することができますので、気軽にケアマネジャーに相談してみましょう。



柏尾の里で一緒に働きませんか  
<http://www.shimizufukushikai.com>

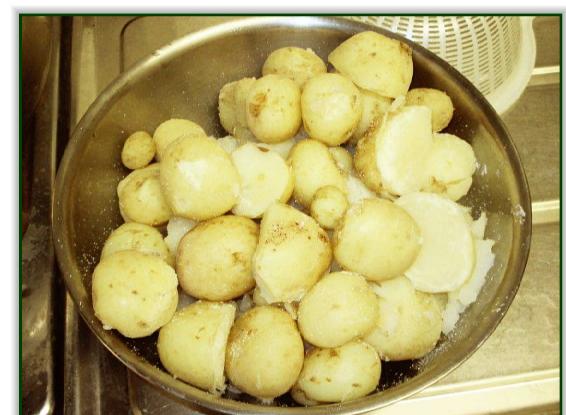
柏尾の里では、我々と共に働いてくださる介護員、看護師を募集しております。詳細についてはホームページ、または柏尾の里事務局までお問い合わせください。

## 入所施設～長期入所・ショートステイ～

みなさんこんにちは。生活相談員の榑林です。

今年も夏を迎えました。台風が少なかったり、梅雨が明けるのが早かったりと不思議な気候となっていますね。昨今では熊本での大きな地震もあり、柏尾の里でも防災へのそなえを忘れないように感じております。

柏尾の里では今年はじゃがいもを育てました。3月に植えて6月に収穫を迎える利用者様と一緒に土を掘り返しました。収穫した新じゃがは塩茹でにして食べましたが、皮まで食べられてとてもおいしく、ご利用者様も喜んでおりました。



7月と言えば清水駅前にて七夕まつりがありました。今年もまつりの見学に出かけきました。天気にも恵まれ良かったです。この時期はとても暑いですね。ご利用者様には夏の訪れを感じていただけた行事だったかと思います。これからまだまだ暑い日が続きますが、体調には気を付けて元気に夏を乗り越えたいと思います。

### 柏尾の里 夏祭り 8月21日(日)

柏尾の里の夏祭りが開催されます。ご都合よろしければぜひご参加ください。

多くのみなさんの参加をお待ちしております。



長期入所：要介護の認定を受けている方で、自宅で介護を受けて生活するのが困難な方に入所していただき、生活をしていただく施設です。  
ショートステイ：短期間（数日～1週間程度）入所していただき入浴、食事、排泄等の介護や、レクリエーション等を行う施設です。