



# さくらの里



令和5年2月1日発行 第174号



令和5年となりました。施設ではささやかに新年会を開きましたが、コロナ禍のため大賑わいという訳にはいきません。三密にならないように入れ替わりで催しをしました。もちつき班（臼と杵は段ボールで職員お手製です）、お参りおみくじ班、皿回し班がそれぞれ巡回していきます。皿回しは利用者の皆さんにも体験していただきました。これ、ちゃんと回っているんですよ！紙面には載せきれっていませんが、写真もたくさん撮りました。ホームページにも掲載予定ですので、是非覗いてみてください。

# 今月の行事食

1月は、1日におせち、12日には施設行事の新年会に合わせて、お刺身や味ご飯を弁当に詰めて提供しました。久々のお刺身はとても好評でした。



新年会



おせち



年越しそば



## 居宅介護支援事業所だより



### —高額医療・高額介護合算療養費制度について—

医療保険と介護保険の両方の自己負担額の合計が高額となっている世帯の負担を軽減する制度です。

高額医療・高額介護合算療養費制度に似た制度に「高額療養費制度」と「高額介護サービス費制度」があります。これらの制度は、月ごとに自己負担額を抑えられるのが特徴です。

高額医療・高額介護合算療養費制度は、これらの制度を利用してもなお負担が重いときに、年ごとに自己負担額を軽減できる制度となります。

対象は、介護保険受給者がいる世帯で計算期間（毎年8月1日から翌年7月31日まで）にかかった医療費と介護サービス費の自己負担の合計額が、定める基準の自己負担限度額を超える世帯です。

国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している人は自己負担額が上回りそうになると市区町村から通知が届くため、その通知に沿って早めに申請をすることをおすすめします。

この通知は、健康保険組合や協会けんぽに加入している人には通知が届きません。自己負担額を超えそうな場合には、自分で医療費と介護費のサービス料を計算する必要があります。



介護のことなら何でもご相談ください。（相談無料・秘密厳守）

南東北三春居宅介護支援事業所 三春南東北リハビリテーション・ケアセンター内  
営業日：月曜日～土曜日 8時30分～17時 相談窓口：TEL0247-61-2512（直通）



# 今月の出来事

【お知らせ】

紙面でご紹介しきれなかった行事などを当施設のホームページに「フォトギャラリー」として掲載しました是非どちらもご覧になってください

[三春老健フォトギャラリー](#)



## 2階フロア



あけましておめでとうございます。1月は催しが多くて記事には事欠きません。お正月が来て、昨年から登場した小さい神社で初詣を。ウサギにちなんだ書初めもして、外に跳ねて出たいぞ！とウサギの工作もしました。本誌表の新年会も大盛況で、気分は右肩上がりの1か月でした。大寒波もなんとか乗り越えました。



## 3階フロア



1月は書初めを行いました。職員が用意したお手本を見たり、好きな文字や言葉を書いてもらいました。どんな言葉を文字にしようか悩む方もいれば、一度では納得がいかず何度も書き直す方もいました。「昔、書道をやっていたんだ」と懐かしむ声も聞かれ、字のうまさに納得です。筆を握っている皆さんの姿は集中力もすごく、真剣そのものでとてもかっこよかったです。



## 通所リハビリ



1月12日は通所の新年会を行いました。施設長の挨拶を皆さん真剣に聞いていました。獅子舞も登場し、とても賑やかな新年会になりました。行事では、1週間を通し紙コップタワーゲームを行いました。紙コップを高く積み上げるゲームです。2チームに分かれ1人2個ずつ重ねます。高くなるに連れ、皆さん緊張しながら慎重になっている様子でした。最高13段積み重ねる事ができました。最後は、タワーを崩し笑いが沢山ありました。



# 職員が勧める「施設で使いやすい衣類」とは？

高齢者施設を利用する方やそのご家族で、「こういった服を用意すればいいですか」との問い合わせを受ける事が当施設でもあります。今回は、当施設職員目線での「施設生活での普段着の衣類選び」について掲載しようと思います。

## ①素材や形で選ぶ

スバリ、「生地が伸びるもの」「前開きの下着や服」「ゴムが入っているスポン」等は使いやすい衣類だと思います。介護用の下着なども販売していますが、1番は着る本人が着やすいこと、また肩が上がらないのであれば着るときに肩が痛くならない物が良いでしょう。

また、施設の夏は27℃前後、冬は20℃前後に調節してあります。朝夕で感じる温度も違うので、着る脱ぐで体温調節できるのが最良となります。袖が無く着脱しやすい「チョッキ」や「ベスト」は、中に着込んでも、上に羽織っても温かく使えて便利です。同じ理由で、ひざ掛けも使いやすい防寒具です。



## ②洗濯しやすさで選ぶ

冬場の衣類は洗濯や乾燥に気を遣うものが多いです。汚れたりするたびにクリーニングというのも大変です。普段着となら、「綿製品」「フリース素材」は何処でも買えて値段もお手頃、洗濯も楽です。

逆に、薄いダウンジャケットやウールセーター等はとても温かいです。洗濯が大変かと思います。施設での普段使いという点では、人を選ぶでしょう。おしゃれ着として楽しむのは、良いと思います。



書き手：広報誌担当職員M



### 交通アクセス

車で ●郡山東ICから約2km(約3分) ●総合南東北病院から約8km(約10分)  
●舞木駅から約2km(5分) ●郡山駅から約8km(約15分)

## 一般財団法人脳神経疾患研究所 介護老人保健施設 三春南東北リハビリテーション・ケアセンター

〒963-7733 田村郡三春町大字山田字クルマヤツ3-3  
代表Tel.0247-61-2511 Fax0247-61-2522

<http://www.kaigo-miharu.com/>

【ダイヤルイン番号】(通所リハビリと相談室は8:30~17:00)

通所リハビリ:0247-61-5200 相談室:0247-61-5201

2階ステーション:0247-61-5203 3階ステーション:0247-61-5204

南東北三春居宅介護支援事業所:0247-61-2512