

# 里だより ~313号~ 令和4年8月発行



介護老人保健施設 ゆうきの里

玉名市上小田1063番地 TEL0968-74-0666

## 【 大切なお知らせ 】

「介護保険負担割合証」の提出がまだの方は、お早めにご提示をお願いします。

市町村役場から各ご家庭へ郵送されております。

「介護保険負担限度額認定証」(入所・ショートステイ)の切替え時期です。対象の方は、各市町村役場にて手続きが必要となります。更新手続き後、新しい認定証がご自宅に届きましたら、ゆうきの里事務部受付までお持ちください。



LOOK

### 《今月は医療費支払いに必要な保険証等も更新時期です》

◎後期高齢者医療被保険者証・・・令和4年10月1日～病院等での窓口負担割合の見直しにより、2割負担が新設されます。これに伴い「後期高齢者医療被保険者証」は、令和4年度中に2回交付されます。

1回目交付分は7月中に郵送されております。

(有効期間：R4.8.1 ～ R4.9.30 まで)

2回目交付分は9月中に郵送される予定です。

(有効期間：R4.10.1 ～ R5.7.31 まで)

◎限度額適用・標準負担額減額認定証・・・引き続き交付対象の方は7月中に郵送されております。



## ●看護介護部（入所）●



今年も各ユニットで「七夕飾り」を行いました。皆さまが笑顔で作られた飾り物や、思い思いの願い事を書いた短冊を笹にたくさんつるしました。7月12日は、ふじユニットで「アイス会」を行いました。暑い日が続いておりますが、美味しく楽しく涼む事ができました。



## ●通所リハビリテーション部●



細やかな指先の運動、お手本を見て書く動作が脳を刺激します。「さあ、書こう！」と気持ちが引き締まると自然と背筋も伸び、心地いい緊張感が生まれます。書道は、月に2回実施しております。皆さまのご参加お待ちしております。

心



皆さん筆を持つと真剣な表情で書かれます。気持ち溢れる素敵な作品です。



## ●リハビリテーション部●



### ～熱中症について～

人間の身体は、平常時は体温が上がっても汗や皮膚温度が上昇することで体温が外へ逃げる仕組みとなっており、体温調整が自然と行われます。しかし、体温の上昇と調整機能のバランスが崩れると、どんどん身体に熱が溜まってしまいます。このような状態が熱中症です。

#### 【熱中症を予防するには？】



##### ●室内・・・扇風機やエアコンで温度を調整

(室温 28℃を目安に、下げすぎは注意)

遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用。室温をこまめに確認。



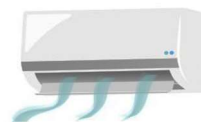
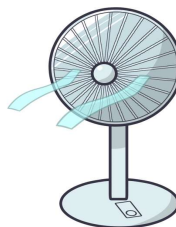
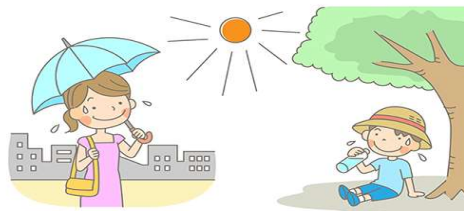
##### ●屋外・・・日傘や帽子の着用、日陰の利用、こまめな休憩。

天気の良い日は日中の外出をできるだけ控える。

##### ●からだの蓄熱を避けるために・・・通気性の良い、吸湿性、速乾性のある衣服を着用する。

保冷剤、氷、冷たいタオルなどでからだを冷やす。

##### ●こまめに水分補給する・・・室内でも屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分・スポーツドリンクなどを補給する。



(厚生労働省サイトより抜粋)





# 8月の予定表



| 日         | 月                                                                                                                     | 火                                                                                                             | 水                                                                                                 | 木                                                                           | 金                                                                                                  | 土                                                                                                  |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|           | <b>1</b>                                                                                                              | <b>2</b><br>(入所・通所)<br>口腔ケア                                                                                   | <b>3</b><br>     | <b>4</b><br>(入所・通所)<br>口腔ケア                                                 | <b>5</b>                                                                                           | <b>6</b><br>    |
| <b>7</b>  | <b>8</b><br>(通所)<br>体重測定                                                                                              | <b>9</b><br>(通所)<br>体重測定<br> | <b>10</b><br>(通所)<br>体重測定                                                                         | <b>11</b><br><b>山の日</b><br><b>通所あります</b><br>(入所・通所)<br>口腔ケア<br>(通所)<br>体重測定 | <b>12</b><br>(通所)<br>体重測定                                                                          | <b>13</b><br>(通所)<br>体重測定                                                                          |
| <b>14</b> | <b>15</b>                                                                                                             | <b>16</b><br>(入所・通所)<br>口腔ケア                                                                                  | <b>17</b><br>  | <b>18</b><br>(入所:さくら)<br>かき氷                                                | <b>19</b>                                                                                          | <b>20</b><br> |
| <b>21</b> | <b>22</b><br>(入所:こすもす)<br>アイス会<br> | <b>23</b><br>(入所・通所)<br>口腔ケア                                                                                  | <b>24</b>                                                                                         | <b>25</b><br>(入所・通所)<br>口腔ケア                                                | <b>26</b><br> | <b>27</b>                                                                                          |
| <b>28</b> | <b>29</b>                                                                                                             | <b>30</b><br>(入所・通所)<br>口腔ケア                                                                                  | <b>31</b><br> |                                                                             |                                                                                                    |                                                                                                    |

～ 面会について ～



全国的にも新型コロナウイルス感染拡大が続いており、心配な日々をお過ごしのことと存じます。

6 月頃より直接面会ができるように検討しておりましたが、急激な感染拡大に伴い現状のタブレット面会・ZOOM面会を継続することと致しました。ご利用者の皆さまの安全と安心を最優先とし、今後も状況に照らし合わせ検討して参ります。

引続きご理解とご協力をお願いいたします。

施設長 甲斐 親昌