



今年も早いもので上半期が終わりました。

7月といえば暑い夏の到来。海開きや花火大会などの楽しいイベントもありますが、うだる暑さが身体にこたえる時期ですよ。

若いつもり（笑）の包括職員も、夏バテや脱水には気を付けています。皆様も水分補給を心がけ、体調管理に十分にお気をつけください。

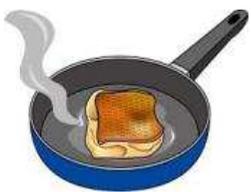
色んな食中毒にご注意を！

この時期ちょっと気を付けたいのは食中毒。最近特に多発しているのがカンピロバクター。カンピロバクターは牛・豚・鶏など食肉に存在し、特に鶏肉に多く、実は新鮮な鶏肉ほどカンピロバクターも元気です。

今年6月12日から全国的に豚レバーの生食販売が禁止となりました。鶏肉も時間の問題と言われていますが、食中毒の危険が大きいことは確かなので、いずれにしても肉の生食は避けたい方がよいと思われます。

このカンピロバクターは潜伏期間が2〜7日とやや長く、思い出したところにやってくる食中毒です。下痢、嘔吐そして発熱に頭痛などが主症状です。

食中毒予防にはしっかりと加熱することです。85℃以上1分以上加熱すれば、ノロウイルスもカンピロバクターも死滅します。バーベキューが楽しい季節、食肉はしっかりと焼いて、生肉は食べないようにしましょう。



そして生肉を素手で触ったら、必ず石鹸で手洗いしましょう



介護保険ワンポイントアドバイス

平成27年4月介護保険法が改正されました。変更点の一つをご紹介します。

一定以上所得者は利用者負担割合が平成27年8月から2割となります。

現在は介護保険サービスを利用した場合の利用者負担は一律1割負担となっていますが、ご本人の年金を含めた所得の割合や、高齢者夫婦の年金を含めた所得の割合によっては、ご本人負担が2割となります。

7月頃から要支援、要介護認定を受けた人全員に利用者負担割合（割または2割）が記載された「介護保険負担割合証」が発行されますので、必ずご確認ください。

詳細は広報かどまの5月分の「ぐすのき広域連後からのお知らせ」に掲載されています。

介護保険が適用される住宅改修って？

- ★要支援・要介護認定を受けられた方
 - ★20万円上限
 - ★住宅改修の費用が9割支給されます。
 - ★利用者負担は1割負担です
- 平成27年8月からは前述のとおり

負担割合が変わります！

- ★対象となる住宅改修
- ・手すりの取り付け
- ・階段・浴室・トイレ・玄関等
- ・和式トイレを洋式トイレに変更
- ・開き戸を引き戸へ交換等々

住宅改修には事前申請が必要ですので、ご希望の方がおられましたらご連絡ください。



いろいろな教室を開催しました

平成27年5月22日 まちでい城垣
「チューブ体操」

少人数の教室でもあり、ゆっくりと話を楽しみながら体操をしてみました。

平成27年5月13日 沖町高齢者サロン

介護する家族が施設をどう選ぶか？」

特別養護老人ホームから、高齢者住宅、有料老人ホーム等々増えてますが、それぞれの特徴や、どんな違いがあるのか、どう選ぶと良いかというポイントを説明いたしました。

平成27年6月22日 門真市民プラザ

認知症サポーター養成講座」

参加者は16名、新たなサポーターは10名誕生。6名はおさらいの為に講座を再受講されておられました。このような事は今までにあまりなかったので少し驚く気持ちと熱心なサポーターがいてくださることを知り、私たちも気を引き締めて講師として取り組むべきだと実感させられました。

平成27年6月6日 北岸和田済堂自治会館
「気を付けよう！交通事故」 チューブ体操」

門真警察署交通
総務課の方にご
協力頂き、高齢者
の自転車や交通
事故の傾向と対
策について説明
をうけました。



平成27年6月8・9日

門真市立五月田小学校

認知症サポーター養成講座」

今年度で4回目となりました。
担任の先生を含め60名のかわ
いいサポーターが誕生しました。



ひとり暮らし高齢者の会のみなさまへ

「一人暮らしの高齢者さんを対象にした集まり」を開催して下さっている、自治会さんや老人会さんなどへの「提案です」。

食事会や茶話会など色々な内容があると思いますが、その中の1、2回で介護保険や介護予防の教室等を組み込んでみてはいかがでしょうか。ご要望があれば、食事前の短時間の内容から1時間程度の内容など、いろいろと「提案させて頂きます」。

ぜひ「活用いただけますよう」一報ください。

フレッシュ職員の紹介です

津曲晋平 つまがり しんぺい) です！

社会福祉士として

6月から配属されました。

血液型 A型

昭和63年12月11日生まれ

まだ平成世代ではないです！

趣味 バスケ、トボール、読書

休日 ショッピング カフェ巡り 女子っぽい！

配属1か月の感想 ぞにかく必死！！」

元気いっぱい頑張りますので、

よろしくお願いいたします！



編集後記

湿度と気温で、時々脳がストライキを起こすのか、読みやすい文面になったかやや不安です。…湿度や気温のせいにしちゃダメですね…次回もがんばります

発行責任者 門真第4地域包括支援センター
門真市北島町12-14
☎072-887-6540