

# あけびだより

No. 156

2017年10月1日発行

URL <http://www.akebi.or.jp/>

平成29年10月



絵手紙教室

田中 千満 氏

## 居宅療養管理指導

環境や身体的要因により通院することが困難な人を対象に、医師や看護師などの専門家が自宅を訪問し、健康管理や指導を行う往診介護サービスです。

### ●利用できる人

居宅療養管理指導を受けられるのは、要介護1～5に認定されている65歳以上の高齢者  
要支援1～2を受けている人は、介護予防居宅療養管理指導が適用されます。

65歳未満で利用できる人は、介護保険に加入している40歳～64歳で、パーキンソン病  
末期がんなどを含む全部で16種類の特定疾病(厚労省が認めた疾病)のいずれかにより要  
介護認定を受けた人のみです。

### ●費用と訪問回数

居宅療養管理指導には介護保険が適用されるため、自己負担額は1～2割で済みます。金  
銭的にもそれほど大きな負担はなく、通院せずとも医師の指導を受けられるのが、居宅  
療養管理指導の魅力といえるでしょう。

居宅療養管理指導での往診は、月に2回までと限度が決まっています。

### ●居宅療養管理指導と「往診」「訪問診療」はどう違う？

※往診は、通院が難しい人やその家族から依頼を受け、医師がその都度居宅に出向いて行  
う、「不定期な」診察です。介護保険ではなく医療保険が適用されます。

※訪問診療は、通院が難しい人の居宅へ訪問して診察を行います。往診と異なるのは  
「定期的」である点です。訪問の回数は月2回と定められています。

訪問診療は往診と同じように、介護保険ではなく医療保険が適用されます。

居宅療養管理指導のサービス内容が、あくまでも医療機関や保健機関等の担当者による  
「健康管理上のアドバイスや指導」であることに対し、医療保険が適用される往診と訪  
問診療の主なサービス内容は、「実際の医療行為」である点が大きな違いです。

先日、長年抱えていた歯の治療を訪問歯科に依頼しました。頂いた書類の中に「在宅療養  
管理指導」「介護保険」と書かれているのです。頭の中で???が渦巻いています。

## 認定特定非営利活動法人あけび

認定NPO法人あけび 事務所

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

グループリビングあけびの里

TEL 079-262-6707 FAX 079-262-6703

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

Mail: info@akebi.or.jp

訪問看護ステーションあけび

TEL 079-262-6708 FAX 079-262-6703

訪問介護ステーションあけび

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

Mail: day@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの実

〒670-0804 姫路市保城363番地の3

TEL079-280-6931 FAX079-280-6932

Mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの輪

〒670-0952 姫路市南条1丁目101-1

TEL079-284-0055 FAX079-284-0056

Mail: akebi-no-wa@akebi.or.jp

あけびの実

# ハッピーバースデー



どじょうすくいの大名人です。次の機会にぜひご披露してくださいね。



太鼓の音はやっぱり気持ちが高揚します。



里・輪に続いて実でも段文音頭網干保存会の方に来ていただいて踊ったり全員太鼓をたたかせていただいたり楽しい時を過ごしました。日頃の思いもぶつけて力強かったです

### 家族様からのお手紙紹介

この度は誕生会で浴衣姿で、太鼓・盆踊りと教えて頂き、本人も大変うれしかったと言っていました。本当に一日を楽しく過ごさせていただきありがとうございました。



西播磨病院に展示物を見に出かけました。お寿司はどこへ出しても大評判で、嬉しいです。帰りはサービスエリアに寄って、美味しい塩バニラソフトクリームを頂きました。ドライブと美味しいもので最高ですね。



あけびの絵手紙を始めてから絵に興味をもち、絵を本格的に習い始められた利用者様が、出展された絵をイーグレ姫路へ見に行きました。素敵な花の絵を鑑賞し、素晴らしい時間をすごしました。



ケアマネジャーが来訪され、初めての対戦です。この時ばかりはどちらも容赦なしです。

# 輪の一日紹介

今月もいろいろな行事を企画し、楽しい一日を過ごしていただけるよう取り組みました。紹介いたします。



## 男の手料理

男の手料理を久しぶりに復活しました。この日のメニューは、コロッケでした。



橋本幸子氏

## あけびの輪



## 作品展見学

リハビリテーション西はりま病院にあけびの作品が展示してあるので見に行きました。水田先生にもお会いしましたよ。



## 卓球

月2回ルネスの体育館や輪の2階で卓球をしています。

## 園芸

園芸部の皆さんが野菜や花の苗を植えました。



## お習字・絵手紙

長く続いている人気のメニューです。金川先生が体調を崩されてから中断していた絵手紙教室ですが三木先生に来ていただき新たに再開しました。久しぶりに集中しました。

## 音楽療法

音楽療法も久しぶりに復活しました。



麻雀・トランプ・体操などしています。

## 誕生会

スイーツタイムさんに来ていただきみんなで歌える曲を中心にギター演奏をいただきました。



## 作品づくり

次回の作品展に向けて始動し始めました。のんびりとやっていきます。期待してください。



## お出かけ

御座候のアイスクリームはおいしかった！！

木下素子氏

# グループリビングあけびの里

## 訪問看護ステーションあけび

## 訪問介護ステーションあけび



里の住人 それぞれに頑張っています。

### ちょっといい話

#### パーキンソン病のリハビリ体操



(三重県支部機関誌より抜粋)

#### 足のむくみやだるさを軽減する体操

皆さんもご存じのようにふくらはぎの筋肉は第2の心臓と呼ばれることもあり、足に流れてきた血液を心臓に戻す重要な役割を果たしています。歩く機会が少なくなり、ふくらはぎの筋肉が弱くなり、血流が悪くなり、老廃物がたまり最近むくみややすいという方はぜひチャレンジしてください。

**準備** バスタオルを丸めたものを準備してください。

- むくみ対策体操 1**
- 1 床に座りアキレス腱の下に丸めたバスタオルを置きます
  - 2 足でバスタオルをつぶすように圧迫しながら足の親指が大きな円を描くように10回まわします。時計回りと反時計回りとそれぞれ10回行います。
- むくみ対策体操 2**
- 1 床に座り膝の下にバスタオルを置きます。
  - 2 ひざ裏でバスタオルをつぶすように圧迫しながら足の親指が大きな円を描くように10回まわします。時計回りと反時計回りとそれぞれ10回行います。
- むくみ対策体操 3**
- 1 床に座りアキレス腱の下に丸めたバスタオルを置きます
  - 2 足を10cmぐらい持ち上げ脱力しバスタオルの上に落とします。交互に持ち上げて脱力を繰り返し20~50回繰り返します。

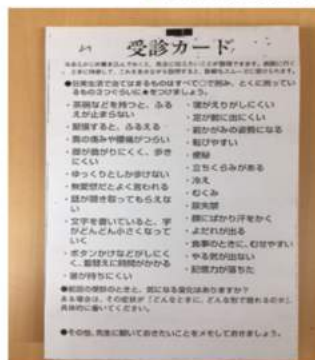
3つの体操共にふくらはぎの筋肉やアキレス腱・ひざ裏にあるリンパ節（老廃物がたまりやすい場所）を圧迫・刺激するので血流やリンパの流れを促してくれます。

### お知らせ

パーキンソン病友の会兵庫県支部姫路ブロック  
 \* 10月患者家族交流会 10月15日(日) 13:30~  
 \* 場所：あけびの実  
 \* 兵庫県患者家族交流会 12月3日(日)  
 \* 場所：しあわせの村

浜坂温泉カニ旅行  
 2018年1月28日(日)~29日(月)  
 浜坂温泉保養荘・・・詳細は後日

**受診カードについて** (利用者様から)  
 実でコピーして、もらった受診カードに最近の状態を色々記入して、先生に渡しましたら「これはいいですね!!」といわれました。  
 今回皆さんに再度コピーしてお渡しして活用して頂いています。  
 必要な方は申し出てください



### 嚙下相談会

言語聴覚士の先生を招き嚙下相談を行いました。その中でジェントルスティムリハビリに使う機械を紹介して頂きました。困られている方に順次試してみようかと思っています。詳しいことは訪問看護にお尋ね下さい



「卓球クラブ」10月の練習日  
 10月10日(火)10月24日(火)  
 場所：ルネス花北体育館  
 持物：上靴・ラケット  
 連絡は(280-6931)

