

あけびだより

No. 221

2023年3月1日発行

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

令和5年3月



絵画教室

寺下典子氏

2000年4月からスタートした公的介護保険制度。

介護保険制度は高齢化が進むことによって、要介護者が増えたり介護をしなければいけない期間が長期化したりすることを想定して作られました。高齢者を社会全体で支えていくという仕組みです。

自立支援、利用者様本位、社会保険方式という考え方を根底に持っています。

2006年度改正	予防重視システムへの転換。要介護状態区分を6段階から7段階変更。 地域密着型サービスと地域包括支援センターの創設。 施設給付の見直し（食費・居住費を保険対象外へ）
2009年度改正	介護従事者の法令遵守体制の整備の義務化など
2012年度改正	地域包括ケアシステムの推進（持続可能な社会保障制度の確立を図る） 24時間対応サービスや複合型サービスの創設。介護予防日常生活総合事業の創設
2015年度改正	所得に応じサービス利用者の自己負担割合が1割から1～2割へ引き上げ 特別養護老人ホーム新規入所が要介護3以上に。地域支援事業の充実など。
2018年度改正	所得に応じサービス利用者の自己負担割合が1～2割から1～3割へ引上げ
2021年度改正	高額介護サービス支給制度の上限見直し、地域包括ケアシステムの強化、 福祉用具のレンタル費の適正化など

2024年は介護保険改定の年です。大きく変わろうとしている論点を紹介します。

- 訪問介護・通所介護の給付カット：要介護1・2を総合事業の枠組みに入れることが論議されている。
- 介護保険の利用者負担は、所得に応じて1割から3割に設定されていますが、ほとんどが1割負担となっています。それを原則2割にして3割負担を増やそうという思惑です。（利用控えが増えるのではないか）
- ケアプランの有料化
要介護者が積極的にサービスを利用できるようにする観点から利用者負担はなかった。
- 介護業界の小規模法人の大規模化・協働化
業務の効率化が不十分、介護の質の向上にも限界があるなど非現実的な提言をしている。
- 多床室の室料負担の見直し。公平な居住費（室料及び光熱費）を求める観点からサービス費用から外す。
- 区分限度額の在り方の見直し

区分支給限度額の対象外に位置付けられている加算が増加していることについて、制度創設時に設定された限度額の範囲内で給付を受けることを徹底するべき。特に居宅における生活継続の支援を目的とした加算について区分支給限度額の中に戻すべきという議論もされています。

使えない介護保険にならないように！！全ての人が安心して暮らせるような介護保険に！！

認定・特定非営利活動法人あけび	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	訪問看護ステーションあけび 〒672-8064飾磨区阿成植木836番地A号 TEL 079-262-6708 FAX 079-240-6765 Mail: houkan@akebi.or.jp
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	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	訪問介護ステーションあけび 〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10 TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703 Mail: akebi-herupa@akebi.or.jp
TEL 079-262-6707 FAX 079-262-6703		
〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10		
Mail: day@akebi.or.jp		

あけびの実

節分



♪制作～かぐや姫～

竹から生まれたかわい
いかぐや姫が完成しま
しました。筍掘りの懐か
しい思い出話に花を咲か
せながら制作されました。暖かい春が待ち遠
しいですね。



♪節分行事

「鬼は外！福は内！コロナ外！」の掛け声で
今年はY様とM様が、手作りお面をかぶり甘納
豆を元気よく撒いて盛り上げて下さいました。
太巻きは今年も各自で巻いて南南東を向きな
がら丸かぶりし美味しく頂きました。



♪フラワー

アレンジメント

男性もたくさん参
加されています。
毎月素敵な花を持
ち帰られています
よ。



♪お誕生会

今月はあけびの実で初めてのお誕生
日を迎えられたN様のお祝いをさせ
て頂きました。ゲームは、卓球バス
ケット。これがなかなか難しく見事
カゴに入った時には歓声が起こり大
変盛り上がりました。ゲームの後は
手作り苺タルトケーキを皆で頂き笑
顔一杯の楽しい時間となりました。

♪外出行事

暖かい午後に御座候へ出掛けました。
店内でソフトクリームを食べた後は店
外へ出て散策～♪お土産もたくさん買っ
て良い気分転換に
なりました。



♪ハンドマッサージ

午後からの余暇時間に講
習を受けた職員によるハ
ンドマッサージを行いま
した。気持ち良くて思わ
ずウトウトされる方も…

♪リハビリ

毎日、午前と午後の二回、
体をしっかり動かし筋力アッ
プを図っています。平行棒
で両足を上げてオリッピ
クの体操選手？並みの方も
いらっしゃいますよ。



♪ルネス

卓球

20年前、作
業所の「ジョ
インアス」
として生ま
れた卓球クラブが全国のなかまに広がり、
今もしっかり続いています。今回は三木か
ら、ご夫婦で来られ汗を流されていました。

作業療法という名のお手伝い



野菜マルシェ



荒瀬己代子氏



平市恵子氏



岡野悦子氏

♪作業療法～洗濯物干し～

午後から洗濯物を干して頂
いています。洗濯物を掴ん
だり、腕を伸ばしたりと生
活リハビリになりますね。

♪野菜マルシェオープン

毎週ラフさんから新鮮な
お野菜が届きます。今夜の
料理に…といろいろ考えな
がらお買い物されています。



見事な作品ぞろいです。皆さんに見て頂きたくて作品展にしました。

誌上作品展

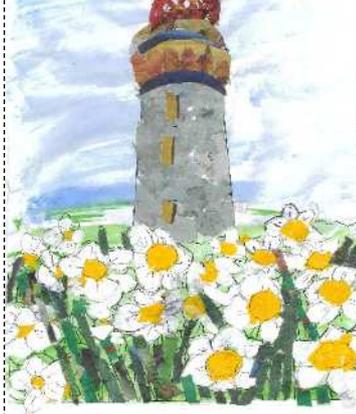
あけびの輪

フェルト工作



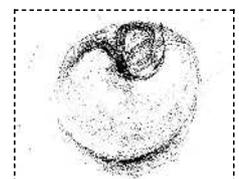
松下啓子氏

ちぎり絵



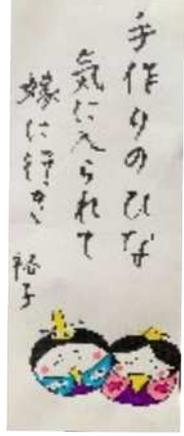
寺下典子氏

★今月のちぎり絵のテーマは、ひな祭りです。とても可愛いお内裏様とお雛様、三人官女を新聞のカラー紙面をちぎって貼っていきます。微妙な色合いが表現出来ていいですね！



酒木昌子氏

俳句



小林裕子氏

絵画



光岡一正氏



橋本幸子氏



田中千満氏

節分



★節分に豆まきをしました。3名のスタッフ鬼が暴れまくり、皆さんで撃退しました。今年の恵方は南南東、巻きずしの丸かぶりも美味しくいただきました。またお孫さまから鬼さんのお菓子もいただきました。



★もうすぐ桃の節句ですね。今月はひな人形を制作しました。卵型のボールにフェルトで髪の毛や着物を着せて装飾品をつけると、とても可愛いお内裏様とお雛様の出来上がりです。皆さまのお部屋に春がきました。



誕生日会



★今月の誕生会は、スイーツタイムさんによるギターコンサートでした♪♪ 女性3名さまの心地よい歌声とギターの音色に心癒されました。

2023(令和5)年
あけびの輪
あ 健康な趣味を楽しもう
け 生花 習字 絵画 卓球
び 将棋 カラオケ
の 病気も同じ悩みを持った仲間同士の声を聞いてよ話してよ
の 乗っ取られるよウイルスに 決めたことは守ろう 手洗い・消毒・マスクの着用
輪 私も出来るよビーチボールバレー 助け合う気持ちが増やす

★清須様の1年ぶりの『あいうえお作文』です。あけびの毎日の生活をリズムよくまとめてくださいました。あけびの輪の語呂合わせ、年間を通して活用できる言葉遣いに工夫を凝らしてくださいました。

あ 歩こうよ 送迎車の乗務員と共に笑顔で出発だ
け 健康な趣味を楽しもうよ
生け花・習字・絵画・卓球・将棋・カラオケ

び 病気も同じ悩みを持った仲間同士の声を聞いてよ話してよ

の 乗っ取られるよウイルスに 決めたことは守ろう 手洗い・消毒・マスクの着用

輪 私も出来るよビーチボールバレー 助け合う気持ちが増やす

訪問看護ステーションあけび

訪問看護の診て聴いて

お薬の保管はどうされていますか？訪問時に見かけた薬の保管について気になったことを紹介いたします。

1週間用のピルケースに薬をシートから出して保管されていました。複数種類ある薬をシートで処方されていたため、毎回1錠ずつシートから取り出すのが難しかったり又、薬を飲み忘れる事もあるため、1週間分ずつピルケースにシートから出して保管し、飲み忘れのないようにされていました。

頓服のマドパーについても、ジップロックに数個シートから出して保管しておられました。OFFになりそうな時にすぐに取り出して飲めるようにする為です。

錠剤はシートの状態で保管する事で成分の安定性が保たれるように作られています。薬の保管方法としてはピルケースやジップロックに直接薬を入れる事は安定性が保たれない可能性があります。入れるならばシートのみで入れる方が良いでしょう。1錠ずつシートから出すのが手間だったり、出しにくかったりする方へは一包化という方法もあります。一包化とは、朝・昼・夕など、服用するタイミングが同じ薬や、1回に複数個服用するお薬を、1袋ずつパックにすることです。袋には、希望に応じて、名前や飲むタイミング、日付などの印字をすることができます。一包化してもらうためには医師の指示が必要となります。（一包化には費用がかかります。）

ケースに入れても一包化にしても薬は確実に飲むことが一番なのでこの機会に保管方法を見直されてはどうでしょうか。分からない事がありましたら、かかりつけ医、薬剤師、看護師にご相談ください。

お知らせ

パーキンソン病友の会姫路ブロック

*3月患者・家族交流会

【日時】 3月19日（日） 13：00～	三木や新宮など遠い所からも
【場所】 あけびの実	来られています。困ったことやアイデアなど患者さん同士、
【会費】 1家族 500円	やはり話が弾みます。参加し
申し込み TEL 280-6935	ませんか。スマホの使い方教
fax 280-6932	えて頂けますよ。

難病講演会

自分の感情と上手な付き合い方

～療養生活を送る難病患者さんと家族のために～

【日時】 2003年3月18日（土） 13：30～15：00
 【場所】 姫路市南保健センター
 【講師】 関西労働保険協会 藤澤貴史先生
 要申込 TEL079-289-1635 FAX079-289-0210

医療講演会&音楽ユニット「げんきなこ」

【日時】 2003年4月15日（土）
 【場所】 丹波の森公苑 多目的ホール
 【講師】 大阪刀根山医療センター 遠藤卓行先生
 【演題】 医者と薬に頼りすぎると危険！

パーキンソン病の治療薬と手術療法

トーク&ライブ 14：45～15：45

音楽ユニット 「げんきなこ」

訪問介護ステーションあけび

グループリビングあけびの里

里の今

あけびの里では、2名方がお誕生日を迎えられました。職員の手作りのケーキで皆さんでお祝いしました。普段は少食の方も、ケーキは別腹ですね。2種類のケーキをぺろりと召し上がられました。来年も元気に誕生日のお祝いしたいですね。

あけびの里の取り組み

パーキンソン病には様々な症状がみられますが、嚥下障害はパーキンソン病患者の約50%にみられると考えられています。パーキンソン病患者による嚥下障害の特徴は、いろいろありますが、一般には不随意運動や、嚥下力の低下（筋力の低下）による、誤嚥や食物残留などの障害です。あけびの里でも、飲み込み不良や、誤嚥のリスクの高い方が多くなっています。調理スタッフも、おかずの形状や柔らかさ、ミキサー食等を考えて調理していますが、試行錯誤の日々です。そんな時、嚥下食に熱心に取り組まれておられる、高砂市民病院のご厚意で調理現場で研修させて頂くことになりました。入居者様に、いつまでも安全で美味しいものを食べていただくために、頑張っています。

定期的に嚥下指導や相談会を開いて指導もしていただいています。 厨房より

ワンポイントアドバイス ①

【2】おしりのストレッチ

臀部（おしりの部分）の筋肉が硬くなると、骨盤を後ろに傾かせ、背中を丸める要因となってしまいます。

●方法

- ①イスに座り、左足を反対側の膝にのせる。
- ②背すじを伸ばしたまま、上半身をわずかに前傾させ、左側の臀部を伸ばす。（写真③）

写真③



「卓球クラブ」3月練習日

3月14日(火) 21日(火)

場所：ルネス花北体育館
持物：上靴・ラケット

連絡先（280-6931）

