

ケアマネだより

いよいよ夏本番を迎えます。
天気予報でも「今日の最高気温」が話題になる季節がやってきました。
体調を整え、暑い夏を乗り切りましょう！

夏号

介護保険負担割合証が更新されます。

介護保険サービスを利用した時の自己負担の割合は所得によって異なります。
『介護保険負担割合証』の有効期限は7月31日です。
介護保険のサービスを受ける時に、被保険者証と負担割合証が必要となります。
お手元に届いたら大切に保管してください。担当ケアマネジャーも確認させていただきます。

水色が介護保険証。
ピンクが負担割合証です。



デイサービスの加算について

耳にしたことはあるけれど、内容はよくわからない、そんなことがありますよね。
今回は、加算の一部を簡単に解説します。



【個別機能訓練加算】

ⅠイとⅠロ、Ⅱの3種類ある。自宅の生活状況を確認して計画書を作成し、5人以下の小集団または個別に実施する。Ⅰイは専従の機能訓練指導員を配置。Ⅰロはさらにプラスでもう一人配置が必要。週1回以上実施が目安。

ⅡはⅠの取り組みに加え、計画等の情報を厚生労働省に提出(LIFEの活用)し、フィードバックを受けて機能訓練計画の作成、実施、評価、見直しを行う。

※機能訓練指導員：看護師・理学療法士・柔道整復師などの国家資格を持った人が研修を受け、歩行訓練などのリハビリを行う専門職。



【入浴加算】

通所介護計画に基づき入浴介助を行う。ⅠとⅡがある。Ⅰはデイサービスで一般的な入浴介助。

Ⅱは医師や理学療法士、ケアマネジャーが自宅を訪問し、浴室の環境と動作を評価する。自宅の浴室の環境を踏まえた個別の入浴計画書を作成して、デイサービスでも自宅の状況に近い環境で入浴介助を行う時に算定できる加算。



【口腔機能向上加算】

デイサービスの職員が共同で立てた口腔機能改善管理指導計画書に沿って言語聴覚士・歯科衛生士・看護師が口腔機能向上のために口腔体操や口腔ケアなどを行う。舌や唇の機能、飲み込み機能が良くなる、唾液分泌量が増えるなどの効果が期待でき、それが栄養状態の改善や生活の質を良くする事につながるという加算。



【中重度ケア体制加算】

中重度の要介護者を積極的に受け入れる体制を整えている事業所を評価する加算。看護師が配置されていて、前3カ月の利用者総数のうち要介護3以上の利用者が30%以上の割合を占めている時に取れるもの。

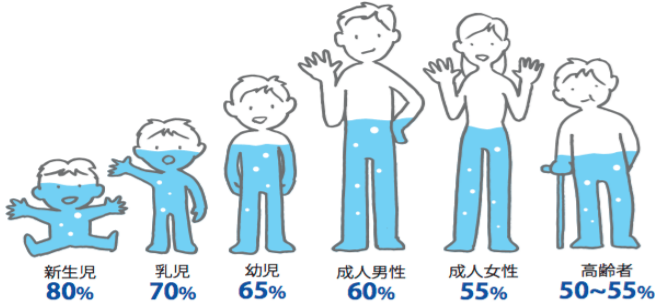


※今回、説明したほかにも『ADL等維持加算』や『生活機能向上連携加算』等たくさんあります。

【 夏場の水分補給 】

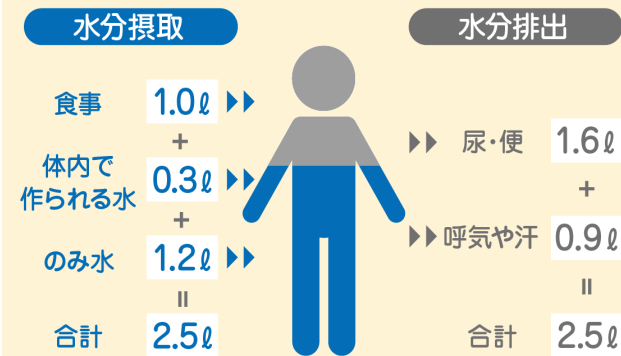
ケアマネだよりでも何度も登場している熱中症や水分補給の話題。やはり大切なので、今回も夏場の水分補給について取り上げたいと思います。

人間の体内は、体重の約60%を水分が占めています。乳児は約70%、成人男子は約60%、高齢者は約50~55%といわれています。



高齢者が1日に必要な水分量は、約2,500ml。

からだの機能を維持するためには、1日を通して、取り込む水分量（摂取量）と失われる水分量（排出量）のバランスをとることが大切です。



食事は、みそ汁やスープ、豆腐、卵豆腐、水分量が多いキュウリやトマトなどの野菜、果物は◎。おやつにところてん、あんみつ、ゼリーやプリン、アイス等形を変えて水分補給も良いでしょう。



ご飯100gには52.1gの水分が含まれています。ちなみに普通のお茶碗1杯は150g。子供茶わん1杯が100gになります。



食べやすいように1辺3cmほどのサイコロ状にカットしたスイカ3個がだいたい100g。

100gのスイカのうち89.6gが水分。



健康長寿ネット、環境省熱中症環境保健マニュアル、厚生労働省「健康のために水を飲もう」推進運動、ネスレヘルスサイエンス、キュービーホームページ参照

注意

アルコールは水分を体の外に出す効果と、分解する際に水分を使用するため、脱水になることがあるので水分補給になりません。



飲むときのコツは、**時間を決めてこまめに飲む事！**

時間を決めて飲むとコップ1杯150mlなら8回飲めば1200mlとなり1日に必要な飲み水の確保ができますね。



心臓や腎臓などの病気で治療を受けている方など、かかりつけ医から1日あたりの水分量の制限を指示されている方は、その量を守りましょう。



社会福祉法人
都心会

保谷苑居宅介護支援事業所は、法人理念の夢や希望の実現に向けてご利用者とご家族を支援いたします。

■ご相談は ☎042-439-7221（直通）まで。

（月～土/8:45～17:30・不在時は留守番電話となります）