

こんにちは 保健師です

奥村 芳子です



介護保険サービスを利用するには？

これまででは元気に暮らしていても、病気やケガがきっかけで誰かの助けが必要になる、ということは誰にでも起こりうることです。

今回は、「介護のサービスを受けたい」と思った時に、必要となる手続きについてご紹介いたします。

介護保険サービスを利用できる方

【65歳以上の方は】

病気やけがなど介護が必要になった原因に関わらず、介護認定を受ければ介護サービスの対象となります。

【40～64歳の方は】

老化が原因とされる病気(特定疾病)により介護が必要と認定された方が対象です。

要介護認定の申請

サービスを利用するには、要介護認定を受けなければなりません。

申請窓口は、占冠村役場保健福祉課介護保険担当です。申請は、本人または家族でも可能です。

サービス利用の流れ



【訪問調査】 調査員(地域包括支援センター保健師等)が自宅を訪問し、全国共通の調査票をもとに本人や家族から聞き取り調査を行います。

【認定結果の通知】 介護認定された場合は「認定通知書」、自立の場合は「非該当通知書」を役場から送付判定します。

【主治医の意見書】 申請時に主治医をお聞きし、担当から医師に意見書を依頼します。

【認定審査会の判定】 訪問調査の結果と、主治医の意見書などをもとに、介護認定審査会(富良野市等との共同設置)が総合的に審査・

します。認定申請の日から約1ヶ月位がめどです。

◆要介護1～5と

認定された方

●「在宅サービス」を利用する場合

「居宅介護支援事業所」

(占冠村では社会福祉協議会)にサービス計画の作成を依頼し、ケアマネージャーと一緒にサービス利用の計画を立てます。その後、サービス提供事業者と契約し、利用を開始します。

●「施設サービス」を利用する場合

希望する施設を選び、直接契約します。

◆要支援1・2と

認定された方

「地域包括支援センター」(占冠村役場保健福祉課)にサービス計画の作成を依頼し、保健師と一緒にサービス利用の計画を立てます。その後、サービス提供事業者と契約し、利用を開始します。

介護保険で利用できる主な在宅サービス

サービス利用には、1割の利用者負担があります。

【訪問介護】

ホームヘルパーが訪問し、食事・排泄などの介護や、掃

除・洗濯などの援助を行います。

【訪問看護】

看護師が訪問し、病状の観察や療養上のお世話をを行います。

【デイサービス】

デイサービスセンターに通い、日帰りで入浴や食事提供、日常生活の介護などを受けます。

【ショートステイ】

短期間、施設に入所して日常生活上の介護を受けます。

【福祉用具のレンタル】

車イス、歩行器などを借りることが出来ます。

【福祉用具の購入】

ポータブルトイレや入浴用イスなどを購入することが出来ます。

【住宅改修費の支給】

手すり取付や段差解消などの改修が出来ます。

聞きなれない言葉が並び、「なんだか難しそうだ」と思った方も多いと思いますが、申請についての疑問や相談は占冠村地域包括支援センター(役場保健福祉課56・202)にご連絡ください。





☆入浴サービス



デイサービスセンターでは、1月2日に入浴サービスを行いました。長い年末年始の休みの間を利用しての入浴に、すっきりしていただきました♪
生活相談員 近藤



村のボランティア団体「ゆうあいサークル」から宮古市生活復興支援センターに雪かきスコップを送りました。※写真は同センターブログからお借りしました。ブログはこちら↓
<http://blog.goo.ne.jp/miyakovc>



※「和」占冠村社会福祉協議会が理念としている「なごみの和」「つながりの輪」をひらがなで表しています。

デイのめにゅう



けんちんうどん
茶わん蒸し
とろろ芋
なます
果物 (みかん)

【おやつ】
お汁粉風豆腐白玉

全体エネルギー 545kcal
全体塩分 2.74g
(汁残して)



『お汁粉風豆腐白玉』



【材料】(2人分)

●白玉粉	30g	●こしあん	30g
●絹ごし豆腐	50g	●砂糖	4g

【作り方】

- ① 白玉粉に手で潰した豆腐を少しずつ加えて、耳たぶくらいの柔らかさになるまで混ぜ合わせ、適当な大きさに丸めます。
- ② 茹でて、氷水で冷やし水気を切ったら器に入れます。水でのばしたこしあんを温め、団子にかけていただきます(あん味が薄かったら砂糖を加えて調節しましょう)。

☆ワンポイント

白玉団子は、丸めた生地中央を指で少し押し窪ませると、早く茹で上がります。
豆腐白玉は白玉粉だけのお団子より、モチモチとしたコシがあり、硬くなりにくいし、量が増えるから、カロリーダウンでしかもヘルシー!



【2月の行事食】

- 2月3日 節分… 福豆、福茶、節分そば、恵方巻き、いわし
- 2月9日 初午… いなり寿司、小豆がゆ



栄養士のつぶやき (@栄養士)

年末年始は体調を崩すことが多く、つくづく健康のありがたみを感じていました。節分には特に健康を祈願し、恵方巻きを作って無言で食べきります!!今年の恵方は南南東(南微東)だそうです。センターからだ、スキー場の方かなあ。 ●平川 みゆき

