



鈴木ヘルスケアサービス新聞

編集・発行・印刷 鈴木ヘルスケアサービス株式会社
 彦根市後三条町350-3 【TEL】0749-24-0656 【FAX】0749-24-0408
 【公式HP】 <https://suzukihealthcare.co.jp/> 【E-mail】 info@suzukihealthcare.co.jp
 【Facebook】 <http://www.facebook.com/suzukihealthcare>

241号
2023年8月号

皆さまこんにちは。とても暑い夏がやってきました。急に暑くなりますと体がついてこれなくて、とても疲れますね。熱中症には十分気をつけていただき、水分補給はしっかり行ってください。

また、コロナウイルス感染症が増えてきています。予防のために換気をしっかり行ってください。エアコン使用時はどうしても部屋を閉め切ってしまうので、換気しながらエアコンを利用しましょう。



ホームページ
QRコード



鈴木ヘルスケアサービス社長ブログ

社長の日々のブログです 【<https://ameblo.jp/suzukihealthcare>】

グループホーム鈴の家日と

水無月会

6月はちょうど1年の真ん中、季節の変わり目でもあり、疲れの出る時期でもあります。水無月は暑気払いと厄除けを願ってこの季節に食されるようになったようです。

今しか味わえない美味しい和菓子に舌鼓。初夏を感じることができました。



七夕祭り



七夕は、年に一度彦星と織り姫が天の川を渡ってデートを楽しむロマンティックな日です。

グループホーム鈴の家でも、吹き流しや、天の川、皆さんの願い事を綴った短冊をつるした笹などを飾り付けて、お祭り気分を演出しました。

お昼には豪華！鰻をトッピングした彩りそうめんを食べて、お腹いっぱい！おかわりする方もいて大好評でした。

短冊に込めた、皆さんの願い事が叶いますように…。



鈴の音時間

おでかけ

今回は、長浜に蓮の花がきれいに咲いているとの事で、見に行ってきました。

ピンク、白の蓮の花を前に「こんなにきれいに咲いてるねー」と皆さん笑顔でした。



夏野菜収穫

鈴の音の畑に植えた胡瓜がたくさん育ちました。

「こんな立派な胡瓜凄いな〜!!」と収穫し、胡瓜と塩昆布を使って浅漬けを作ってくださったMさん。収穫したての浅漬けは絶品でした。

8月も熱中症対策をしながら畑作業に取り組んでいきたいと思ひます。



そうめん弁当

夏の恒例行事で今年も、そうめんをいただきました。Kさんが湯がいてくださいました。

ゴマ、生姜、梅肉、そして畑で収穫した胡瓜をお好みでトッピング。

「暑い夏にはやっぱり素麺がええなあ〜」「ご馳走やなあ〜」と皆さん笑顔で召し上がられていました。



月刊 甲良町デイサービスセンターかつらぎ

梅干し

今年は5キロの梅干しを漬けています。赤紫蘇の葉の摘み取り、アク取りをしっかりと行って漬け込みました。土用干しまであともう少しです。



「にぎりめしの具にしよう!」とみなさん楽しみにしておられます。



ゴーヤ収穫しました

初物のゴーヤを収穫しました。



夏の定番、ゴーヤチャンプルにしてふるまいました。



ちょっぴり苦みのある大人の味です。



お地藏さんの前掛け



「夏になれば、お地藏さんの前掛け!」デイサービスセンターかつらぎ恒例行事となっております。「やっぱり赤色が可愛いね」と、自分にあわせてみるチャーミングな方たちです。



デイサービスセンターべるふらっと

べるふらっと通信

第259号

祝 101歳

7月でなんと101歳を迎えられました。みなさんで盛大にお祝いさせていただきました。

笑顔がすてきで、みなさんが目標にされておりモチベーションアップになっておられる方です。



長生きの秘訣は?と聞くと、「何にも気にしんと生きてきた」とおっしゃっていました。



介護度改善表彰

いつも真剣に機能訓練に取り組まれている方です。日々の努力がこのような結果に繋がっているのだと思います。



少しづつでも、積み重ねが大切だと身をもって証明されました。



中学生の職場体験

彦根東中学校の生徒さん2名が、3日間職場体験にきてくださいました。利用者様とは60歳以上の年齢差ですが、一緒にオセロをしたり、お菓子作りをしたりと、和やかな楽しい時間を過ごしてくださいました。



べるグリーン通信

七夕 ゲームとおやつ

七夕にちなんだゲーム4種類を行いました。

「星釣り」では磁石同士がくっ付いたり、「絵合わせ」ではなかなか合わなかったり、「的当て」では倒れなかったので大きなボールに変えたりと笑いの多い七夕ゲームでした。



またおやつには「天の川」を表した青色のサイダーゼリーに星を模った桃を入れた「七夕ゼリー」を作り、遊んで食べて七夕を満喫しました。もちろん願い事を書いた短冊も飾りました☆

またおやつには「天の川」を表した青色のサイダーゼリーに星を模った桃を入れた「七夕ゼリー」を作り、遊んで食べて七夕を満喫しました。もちろん願い事を書いた短冊も飾りました☆



作品作り

ハーバリウム作りでは瓶の中にクリスタルストーンとドライフラワーを入れるのが難しく、フォトフレーム作りでは木製のフレームにシールを貼り付けつけるのに手に付いたり、中々取れなかったりしましたが、各々オリジナルの作品が出来上がり「良いのができたな」と喜ばれていました。



夏野菜収穫

キュウリとトマトの収穫が始まり、先だって収穫したジャガイモと一緒にサラダにして、みんなで美味しくいただいています。



ケアマネ便り

新しい「介護保険負担割合証」は
お手元に届いていますか？

要介護・要支援の認定を受けている方全員に交付される「介護保険負担割合証」が、令和5年7月末で1年間の有効期限を迎えました。新しい介護保険負担割合証が市町から7月下旬頃に郵送されますのでお手元に届きましたら内容をご確認ください。

○負担割合証の提示が必要です

負担割合の変更の有無にかかわらず8月以降に介護保険サービスを利用する場合に必要となりますので、担当のケアマネジャーや利用されているサービス事業所に提示して下さるようお願いいたします。

※前年の所得等に応じて1～3割と記載されます。

※割合によってサービスの料金が変わることがありますので必ずご確認ください。

○大切に保管を

新たに介護保険サービスを利用する際に介護保険者証と負担割合証の提示が必要となりますので2枚を一緒に保管していただくと便利です。

◇介護保険負担割合証のイメージ

ここで割合を確認してください

介護保険負担割合証	
交付年月日	
被 保 険 者	番 号
	住 所
氏 名	フリガナ
	生年月日
性別	
利用者負担の割合	適用期間
割	
割	
保険者番号並びに保険者の名称及び印	

○適用期間中に負担割合が変更となる場合があります

住民税の所得更正や世帯員の増減のあった方、また、65歳を迎える方は適用期間中であっても負担割合が変更となる場合があります。ときには、さかのぼって負担割合の変更が適用されることがありますのでご注意ください。

変更があった場合はすみやかに担当のケアマネジャーまでお知らせください。

はい、ヘルパーです!

高齢者の熱中症予防策

梅雨が明けるといよいよ夏本番。今年も熱中症に気を付けなければいけない時季がやって来ました。高齢者の方は若い方に比べると熱中症になりやすく、また重症化しやすい傾向にあるので特に注意が必要です。

高齢者が熱中症になりやすい理由

- ・暑さを感じにくい
- ・脱水症状を起こしやすい
- ・のどの渇きを感じにくい
- ・冷房を適切に使用できない
- ・必要な栄養素が不足しがち
…等々いくつもの理由があります。

高齢者の熱中症予防策

- こまめに水分、塩分を摂りましょう
水分摂取が大切なのは多くの方がご存じだと思いますが、実は塩分もとても大切です。体液の濃度の調節など、体内で重要な働きをします。
 - 室温の調整
高齢者は暑さを感じにくくなっているため、室温が高くなっても気付かずに熱中症になってしまう場合があります。エアコンや扇風機を上手に使うことで室内温度を適切に調整しましょう。
 - 衣服を緩めて熱を逃がす
必要以上に重ね着をすると、当然体温は上昇します。熱を逃がすような通気性の良い服を着ましょう。
 - 適切な栄養管理
主菜(たんぱく源)を毎食摂り低栄養の予防に努めましょう。水分は食事からも摂れるので食事の際は汁物もつけましょう。欠食を避けて野菜や果物など含水率の高い食材を食べることも大切です。
- ※持病(高血圧、糖尿病、心臓病、腎臓病など)のある方は水分、塩分、糖分等の摂り方について注意が必要です。かかりつけ医に確認しましょう。

鈴木ヘルスケアサービス

〒522-0086 滋賀県彦根市後三条町350-3

居宅介護支援事業所 TEL 0749-24-0656 FAX 0749-24-0408
ホームヘルパーステーション TEL 0749-24-0656 FAX 0749-24-0408
介護タクシー TEL 0749-24-0460 FAX 0749-24-0408
彦根市地域包括支援センターすばる TEL 0749-24-0494 FAX 0749-24-0408

鈴木ヘルスケアサービスとりいもと

〒522-0004 滋賀県彦根市鳥居本町670

居宅介護支援事業所 TEL 0749-21-5410 FAX 0749-21-5464
デイサービスセンター鈴の音 TEL 0749-21-5460 FAX 0749-21-5464
小規模多機能ホーム鈴の郷(休止中) TEL 0749-22-5544 FAX 0749-21-5464
彦根市地域包括支援センターすばる TEL 0749-21-5412 FAX 0749-21-5464

鈴木ヘルスケアサービスひらた

〒522-0041 滋賀県彦根市平田町258-3

デイサービスセンターべるふらっと TEL 0749-24-0445 FAX 0749-24-0477

鈴木ヘルスケアサービスいなえ

〒521-1105 滋賀県彦根市田原町87-2

居宅介護支援事業所 TEL 0749-43-7660 FAX 0749-43-7665
デイサービスセンターべるグリーン TEL 0749-43-7661 FAX 0749-43-7665
グループホーム 鈴の家 TEL 0749-43-7662 FAX 0749-43-7665

鈴木ヘルスケアサービスこうら

〒522-0271 滋賀県犬上郡甲良町下之郷1509

甲良町デイサービスセンターかつらぎ TEL 0749-38-8233 FAX 0749-38-8288
地域支援事業 TEL 0749-38-8282 FAX 0749-38-8288

地域支援事業・頭の筋カトレーニング

Q: 「ある」グループの共通点は何でしょうか?

まずはヒントなしで挑戦してみましょう。

ある	なし
指輪	ネックレス
消火器	消防車
武道館	東京ドーム
クリスマス	お正月

! ヒント
ゆっくり文字を読んでみましょう

☆ 正解は最後のページ下でご確認ください

子育てサポート企業 「くるみんマーク」取得〔平成28年4月〕
女性活躍推進企業 「えるぼしマーク」取得〔令和2年2月〕
若者採用育成優良企業「ユースエール企業認定」〔令和元年10月〕
「健康経営優良法人 ブライト500」認定〔令和5年3月〕
「滋賀県女性活躍推進企業・2つ星企業」認証〔平成28年10月〕
滋賀県「ワークライフ・バランス推進企業」認定〔平成25年1月〕
「しが介護職員定着等推進事業者」認定〔令和元年7月〕



【URL】 <https://suzukihealthcare.co.jp>

【E-mail】 info@suzukihealthcare.co.jp

【頭の体操の答え】 くだもの名前が隠れている(びわ、かき、ぶどう、くり)