

けあなる

No.40

■発行：社会福祉法人創和会

町田市成瀬台3-24-1 TEL042-720-2202

<http://www.ccnaruse.com>

知ってあんしん！介護保険 その6 ～住宅改修～

主任ケアマネジャー 坂井夕佳

青葉の美しい季節となりました。皆様いかがお過ごしですか。

今回は、介護保険を利用した「住宅改修」についてご紹介いたします。

誰でも年を重ねていくと、長年住み慣れた自分の家の中でさえ、危ない場面が出てくるかもしれません。

「自分の家の中でちょっとした段差に躓いて転倒して骨折してしまった。」

「目が見えにくくなり、足の運びも悪くなり家の中で転びそうになってしまった。」

「足腰が弱って、滑って転ぶのが心配で毎日入っていたお風呂が週1回になってしまった。」

「膝が痛くてトイレから立つのがやっと。トイレに間に合わないこともある。」

「玄関の外の階段が心配。出かけるのが億劫。」

このようなことはありませんか。

そんな時に、一つの助けとなるのが「住宅改修」の制度です。

「住宅改修」で期待できる効果としては、生活環境が整うことで、転倒等の事故の防止につながります。

また、今まで心配や不安でできず制限していたことが自分で行えるようになり、それと共に意欲が向上します。さらに、ご家族や介護者の精神的肉体的な負担を軽減することもできます。

介護保険でできる住宅改修例

- 手すりの取り付け（浴室、トイレ、階段、廊下など）
- 段差解消（玄関上がり框に踏み台を設置、敷居を撤去、スロープの設置）
- 扉の取り換え（浴室の開き戸を折れ戸に取り換え、ドアノブの変更）
- 床材の変更（歩行器・車いすでの生活の為量をフローリングに変更）
- 和式トイレの洋式化



手すりを付けることでかえって動作の邪魔になる場合もあります。将来、ご自身の身体状況に変化が生じることも考慮に入れて、必要最小限の改修工事を行うと良いでしょう(^_^)

重要！

- ・改修前に市への申請と審査が必要です。先に工事をしてしまった場合は給付が受けられませんので注意です。
- ・設備老朽化や機器の故障、制度の目的に合わないリフォーム等は支給の対象外です。
- ・住宅改修の支給限度額は一人につき20万円（実際の保険給付額は負担割合1割の方は18万円、2割の方は16万円、3割の方で14万円）です。
- ・病院や施設からの一時帰宅のための改修工事は対象外です。また、一時的に生活されている場所など住民票に記載のない住宅の場合も対象となりません。

住宅改修利用相談から工事・支払いまでの流れ

※介護認定（要支援1・2、要介護1～5）を受けている方が対象です。

- ①ケアマネジャーや高齢者支援センターに事前に相談してください。
- ②ケアマネジャーや高齢者支援センター職員・施工業者が自宅訪問し、改修プランを相談します。
- ③介護保険課に「事前申請書類」を提出。（ケアマネジャーや高齢者支援センター職員が提出します）
- ④市で審査・決定（10日から2週間程度かかります）
- ⑤施工・完成後、ご利用者は施工業者に支払います。
- ⑥事後申請を行います。介護保険課に「支給申請書類」を提出（ケアマネジャーや高齢者支援センター職員が提出します）
- ⑦市が提出書類により工事が適切に施工されたか確認を行い、審査します。そのうえで住宅改修費支給の決定となります。

ご自身の身体機能を十分活用し、住み慣れたご自宅で安心して暮らしていけるよう、サービスを活用して頂けたら幸いです。詳しくは町田市のホームページをご覧頂くか、またはケアマネジャーや高齢者支援センターにお問い合わせください。

ヘルパーステーション

介護便利グッズ紹介 その2 ～口腔ケア編～

口腔ケアグッズには歯そのものをきれいにする物だけではなくお口の中全体をケアする器具があります。また、お口の中は乾燥していることも多いです。力を入れすぎないで優しくケアできる器具があります。

歯ブラシ



毛はナイロンで柔らかめです。使用後はブラシのかすは取り除いて下さい。歯ブラシの植毛部分を上に立て乾燥させ細菌の繁殖を防ぎます。

歯間ブラシ



歯と歯の隙間が広い場合の隙間の掃除に適しています。指導方法を歯科医に指導を受けると良いです。使用後は乾燥させ細菌の繁殖を防ぎます。

糸ようじ



歯と歯の隙間が狭い場合の掃除に適しています。特に、歯ブラシでは届かない隙間の歯垢をからめとることができます。

入れ歯用歯ブラシ



毛はナイロンで固めです。柄の握る部分が太く持ちやすいため力を入れて磨くことができます。使用後はよく乾燥させ細菌の繁殖を防ぎます。

口腔ケアスポンジ



先がスポンジでお口の中に入ります。適度な弾力があり折れにくく奥までしっかり入ります。粘膜のケアに役立ちます。

口腔ケア用綿棒



お口の中のマッサージやねばつきのある細かいかすを取り除くのに適しています。お口の中を傷つけないように水や洗口液で浸し良く絞ってから使います。

洗口液



乾燥しがちな口腔内に潤いを与えながらやさしく洗浄する低刺激タイプの洗口液がおすすめです。口をすすぐ際に使用します。

保湿ジェル



乾燥しがちな口腔内に潤いを与え、きれいにし口臭を予防するためのジェルです。口腔ケア前後や就寝前などに塗布します。

使い捨て手袋



口腔ケア時に必ず着用します。唾液や血液からの感染、また介助者からの手指についたウイルスや細菌から感染を防ぎます。

要介護者の方の状態によって使用する器具が違います。便利な器具がたくさんありますね。



☆次回は食事編です。
要介護者、介護者それぞれにとって便利な道具がたくさんあります。
お楽しみに！！

グループホーム園（まどか）



グループホーム園では二日間にわたってお花見外出を行いました。近隣で駐車場から移動する距離が短い忠生公園に平日の比較的人の少ない時間帯にでかけました。

3/31は天候にも恵まれ、満開の桜が目を楽しませてくれました。4/1は気温も低く、肌寒くも感じましたが、雨上がりのきれいな桜を見ることができました。

お仲間やご家族、スタッフも一緒に笑顔で記念撮影をすることができました。

帰り道には尾根緑道にドライブに行き桜並木の見事なトンネルくぐり、菜の花畑なども見ることができ入居者の皆様にとっても喜んでいただくことができました。

木曽東グループホーム園スタッフ 星野和宏



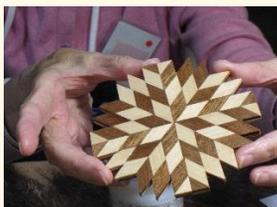
デイサービス

～趣味活動のご紹介～

デイサービス・フロアでは午後の時間に多彩な活動があります。中でも寄木細工は、人気です。利用者様は夢中で真剣に活動をされています。



寄木細工完成品



～中庭おさんぽ～

だんだん暖かくなってきて、「外の空気がすいたい！」とデイ・フロアから中庭へ出てみました。



特別養護老人ホーム

特別養護老人ホーム・暖家では、コロナ禍で制限がある中、少しでも楽しい時間を過ごせたらと思い、室内で出来るレクレーションを取り入れ、実施しました。

オリンピック観戦



オリンピック観戦、ボールを使っての体操、室内での日光浴、計算問題のドリル等を実施し、入居者様の笑顔を見ることが出来て良かったと思います。

コロナ禍で面会も中止でしたが、まん延防止等重点措置終了後、面会も受けられるようになりました。

ちょうど良いタイミングで桜の季節になったので、ご家族の面会の際、一緒に散歩がてら近くの桜を見に行きました。同行した職員が、久しぶりにご家族と喜びながら触れ合っている姿にグッときましたそうです。

これからも、入居者様の笑顔が増えるよう色々取り組んで行きたいと思います。



ボール体操



計算ドリル



読み書きドリル



お花見 (成瀬台公園)



特別養護老人ホームスタッフ 黒木成美

職員募集

- ①特別養護老人ホーム暖家・介護職員(パート・契約職員)
- ②ヘルパーステーション・介護職員(登録ヘルパー、パート)
- ③デイサービス・契約職員

詳細はお問い合わせ下さい。

お電話お待ちしております。 ☎042-720-2202

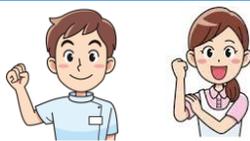


一般寄付者ご芳名
(2/1~4/30)

今村静香 様
雨宮月美 様



新しいスタッフの紹介



黒崎絢子(デイサービス)

明るく楽しく穏やかな時間をご利用者様と共に過ごせたらと思います。

休日には、自然に恵まれた地元でノルディック・ウォーキングに励んでいます。



渋谷みちこ(特別養護老人ホーム)

新しい仕事に日々勉強の毎日です。人生の先輩方のお手伝いさせていただきます。

趣味は下手な絵手紙です。皆様、どうぞよろしくお祈りします。



田尻哲也(デイサービス・ドライバー)

10年前から派遣ドライバーとして主にデイサービスの送迎をやってますが、幼稚園や病院の送迎も経験しています。

現在は南大谷で妻とふたり暮らしで、娘二人が神奈川県内それぞれ家庭をもって、孫は一人です。

小川達男(デイサービス・ドライバー)

昭和27年の辰年に生まれた男子なので達男と名付けられました。利用者様が安心できる運転を心がけますので宜しくお願い致します。



平林泰之(デイサービス・ドライバー)

送迎の道を覚えるのに大変な日々をすごしています。ご利用者様のお送りした時の笑顔でありがとうの一言に、遅くても安全第一を心がけて努力しています。宜しくお願い致します。