

## 生バンドののって

### 3月の誕生会

3月の誕生会はボランティアグループ「ムジカ・サンクチュエール」の皆様が軽音楽バンドの演奏を披露していただきました。



## 年年歳歳花相似たり

この後に『歳歳年年人同じからず』と続きます。この詩は、ほとんどの人が見た事のある詩だと思えます。中国の唐の時代、あの空海達が遣唐使として日本に文化をもたらした時代に詠まれた漢詩です。「毎年同じ様に咲く花 それにたいして人は去年と今年では同じではありません」という意味です。

「春の小川」「北国の春」「隅田川」など歌謡曲・懐メロを演奏してくださいました。利用者の皆様も一緒に口ずさんだり、手拍子を打ったりして楽しんでおられました。



【姉崎病院 院長 岡 賢了】

この詩を最後まで読みました。この詩の最後の句は『それ昔紅顔の美少年』と書かれています。「今年花見をしていた人が来年も元気で花見が出来るとはかぎらない」というのではなく、「いまを大切にしなければならぬ」ということをうたった詩だと思いました。



ケアセンターと姉崎病院をつなぐ連絡通路にある花壇のお花が、満開に咲いています。スタッフが有志で育てています。ケアセンターへお越しの際はぜひ足を止めてご覧ください。

## 職員のひとり言

「日々精進」

理学療法士 K T



私は子供の頃から身体が弱く、夏場に外で遊んでいた際に熱中症にかかり倒れたことがありました。その為、小学生の頃の昼休みは学校の図書室で過ごすことが多かったです。

中学校時代に友人に誘われ、ジムに行きました。初めてのジム利用で、身体を鍛えた事も無かった為、翌日は酷い筋肉痛に襲われました。しかし、職員の方がトレーニングマシンの使用方法を教えてくださいました。体調を崩す事はありませんでした。それから、高校時代まで週3回程ジムに通いました。

高校3年生の頃に、一緒にジムに通っていた友人に誘われ、地元で開催されたハーフマラソンに参加しました。途中何度か止まりそうになりましたが、何とか最後まで完走することが出来ました。

自分には不向きだと思った事も、始めてみると少しずつ出来るようになる事が分かりました。今後の仕事でも日々精進していきたくと考えています。

## デイケアルームより



寒さが和らぎ、春の日差しが優しい季節となりました。今回紹介させて頂くのは、当デイケアでのリハビリに取り入れている、コグニサイズという運動についてです。コグニサイズとは、運動と認知課題を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語です。

コグニサイズは、基本的にはどのような運動や認知課題

でも構いません。ただし、運動は全身を使って軽く息がはずむ程度で行い、運動の方法や認知課題自体をたまに間違えてしまう程度が望ましいそうです。現在は足踏みやステップといった運動に計算やしりとり等の課題を取り入れたコグニサイズを行っています。

コグニサイズの様子をお伝えする機会があれば、皆様にお知らせしたいと思います。

参考文献：<http://www.ncgg.go.jp/cgss/department/cre/cognicise.html>

## 特集 2018年度介護保険改定について



2000年に創設された介護保険。2018年度に5度目の法改正が行われ、第6期を迎えることとなります。今回は、以下のような点が改正されます。

### ①自立支援・重度化防止に向けた保険者機能の強化…目標設定の義務化

介護保険を運営する保険者は、各市町村・特別区であり、各地域で高齢者の人数や要介護度等の事情が異なります。そのため、各市町村で介護保険事業計画を策定しているのですが、その内容に自立支援や重度化防止、費用適正化への取り組み、目標の義務付けが定められました。

### ②介護医療院の創設…医療・介護の連携強化

2017年度末に廃止予定であった介護療養病床（長期療養患者が入院する病床）の転換先として、介護医療院が創設されます。要介護者に対し、長期療養のための医療と日常生活上の介護を一体的に提供する施設として定義されています。また、介護療養病床の廃止期限も、移行期間を設けるため、6年間延長されることとなりました。

### ③共生型サービスの創設…地域共生社会の実現への取り組み

障がい児・者が高齢となり、介護保険を利用する場合、原則介護保険サービスが優先され、今まで利用してきた障害福祉サービスが受けられなくなる可能性があります。今後は、障がい者福祉事業所の指定を受けていれば、介護保険事業所の認定を取りやすくなります。結果、ホームヘルプサービス・デイサービス・ショートステイといった双方にあるサービスを同一事業所で提供しやすくなります。

### ④一定以上の所得のある利用者の

#### 自己負担割合増加…3割負担（上限あり）

2018年8月より、単身世帯で年金収入等が340万円以上ある方は、自己負担割合が3割となります。現役並み所得の具体的な基準は、今後政令で定められる予定です。また、2017年8月より、高額介護サービス費（自己負担が重度化しないよう、所得に応じ定められた月々の負担上限額）の上限が、住民税課税世帯で37,200円から44,400円に引き上げられています。

### ⑤被用者保険の介護納付金（保険料）に総報酬割を導入

今までは、第2号保険者（40歳以上65歳未満）1人当たり基準負担額を各医療保険加入者数で乗じ保険料が計算されていましたが、所得の大小に関係なく保険料率が一定となり、不公平であると指摘がありましたので、加入者数でなく被保険者の所得を基準に計算されることとなりました。そのため、負担が増加する被保険者も出てきます。（推定、負担増1,300万人・負担減1,700万人）

### ⑥福祉用具のレンタル価格に上限を設ける

福祉用具の価格にはばらつきがあり、中には同一の製品であっても平均価格と比較し、非常に高価な価格請求がされていることが問題視されていました。そのため、全国平均貸与価格の公表と上限設定が商品ごとに定められるようになります。また、利用者が適切な福祉用具を選択できるよう、商品の特徴・貸与価格と全国平均貸与価格・複数の商品提示が義務づけられます。

（介護支援専門員 U）



### ♪ 誕生会 ♪

- ◇ 4月4日（水）14：30～ 5階デイルーム  
彩の会の皆様にお越しいたします。
- ◇ 5月9日（水）14：30～ 5階デイルーム  
ボランティアさん検討中！

## 編集後記



平成29年の制度改正で介護老人保健施設の定義の項で「在宅支援」が明示されたことを受けて、老健は出来る限り住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、一層在宅復帰と在宅支援が求められています。今元気な人については、予防が大切だと痛感しています。（相談員 O）