

日ノ岡だより

平成27年4月号

<発行元>



高齢サポート・日ノ岡

京都市日ノ岡地域包括支援センター
〒607-8493

京都市山科区日ノ岡朝田町50-7

TEL595-5575 / Fax582-6087

<http://ryokujukai.com>

e-mail hinooka@ryoujukai.com

2015年 介護報酬改定の春

介護保険制度は賃金や物価の状況、介護事業者の経営状況等を受けて3年ごとに介護報酬（皆さんが介護サービスを利用したときに施設に支払われる対価）が変更され、6年ごとに介護報酬の改定に加えて制度の元になっている介護保険法が改正されるというサイクルになっています。

今年の春は3年に一度の介護報酬改定の年にあたっており、この4月のサービス提供分より皆さんがお支払いになる一割負担分も変わることになります。詳しくは各サービス事業所の担当者さんから説明があると思うのでお待ち下さい。

この4月については在宅サービスを利用されている皆さんにとっては利用料が若干変わるだけ（若干の値下げになることが殆ど）なのですが、実は同時進行で特別養護老人ホームの入所が制限されたり、多床室の部屋代の徴収が始まったりします。さらにその後は・・・う～全部書くと気が滅入るのと未定のことも多いので明記するのは避けておきま

すが、あまり芳しい情報はありません。

でもどんなに制度が変わってもご利用者本位の姿勢を貫くと同時に介護保険だけに過度に頼らなくてもよい地域づくりにも引き続き努めていきたいと思っております。

何か新たな情報があれば、本紙面でも随時発表いたします。また、法人のブログも最近がんばって更新していますので、インターネットに接続できる環境の方はちょいちょいチェックしてくださいね。

このアドレスにアクセスしてください。「高齢サポート・日ノ岡」もしくは「社会福祉法人緑寿会」で検索しても辿り着けます。

595-5575 / Fax582-6087
<http://ryokujukai.com>
-mail hinooka@ryoujukai.com



地域支援事業のお知らせ

● やぐらの家 4月の行事予定 ●

4月10日 足底測定

医療機器や介護機器の販売で有名な三笑堂さんによる最新機器での足型の測定会を行います。自分の正しい足の形がわかると、正しい靴選びができて外反母趾などの予防にもなります。そくていをそくていしましょう！

4月24日 映画上映会

今回は黒澤明監督による日本映画史上不朽の名作「七人の侍」を上映します。単なる娯楽映画というだけでなく、精緻な時代考証により、江戸時代の勉強にもなります。ただし、やたらと長編映画なので、前編、後編の2部に分けて上映します。後編は5/8に上映の予定です。

● 北花山元気倶楽部開所のお知らせ ●

これまで遊湯さんの2階をお借りしてやってきた「ふれあい空間遊湯」ですが、銭湯という会場の都合上、開所時間が午後4時前からと、遅目のスタートであったことから行きたくても行けないという声がありました。

そこで4月よりこれまでお世話になった遊湯さんに一旦お別れして、会場を北花山公会堂に移して「北花山元気倶楽部」を新たに開所することとなりました。（詳しい場所は裏面の地図をご参照ください）

遊湯さんこれまで2年間お世話になり、ありがとうございました。新会場は4月7日からスタートになります。ご近所の方はもちろんそれ以外の方もぜひお越しくださいませ。なお新会場ではお茶とお菓子付きでお一人様200円の負担をお願いすることとなります。ご了承くださいませ。



行事カレンダー

1日(水)		⑦かもと
2日(木)	①市田公園	
3日(金)	②みどりの径	
4日(土)	③六兵衛池公園	
5日(日)		
6日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山	
7日(火)		⑧北花山元気倶楽部
8日(水)		
9日(木)	①市田公園	⑤別所町
10日(金)	②みどりの径	⑨やぐらの家
11日(土)	③六兵衛池公園	
12日(日)		
13日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山	
14日(火)		⑧北花山元気倶楽部
15日(水)		⑦かもと
16日(木)	①市田公園	
17日(金)	②みどりの径	
18日(土)	③六兵衛池公園	⑥日ノ岡
19日(日)		
20日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山	
21日(火)		⑧北花山元気倶楽部
22日(水)		
23日(木)	①市田公園	⑤別所町
24日(金)	②みどりの径	⑨やぐらの家
25日(土)	③六兵衛池公園	
26日(日)		
27日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山	
28日(火)		⑧北花山元気倶楽部
29日(水)		
30日(木)	①市田公園	

カレンダーの各行事の説明



公園体操



音楽に合わせて行う20分ほどの簡単な体操です。申し込みも不要ですので、どなたでもお気軽にどうぞ。雨天の場合は中止になります。「のぼり」が開催の目印です。

会場名	開催日時	費用	備考
①市田公園	毎週木曜日 午前10時	無料	まだまだ寒い日が続きます。あまりにも気温が低い日は晴れていてもボランティアリーダーの判断で中止になることもあります。ご注意ください。
②みどりの径	毎週金曜日 午前9時30分	無料	
③六兵衛池公園	毎週土曜日 午前9時30分	無料	
④グループホーム 山科鏡山	毎週月曜日 午前9時30分	無料	

いきいき筋トレ教室



京都市の筋トレ指導者講習を終えられたボランティアさんの指導による室内で行う軽い運動です。時間は1時間～1時間30分ほど。寝たきり予防のため、一緒に汗を流しましょう。

名称	会場	開催日時	費用
⑤別所町元気倶楽部	別所町自治会 集会所	第2、4木曜日 午前10時	無料
⑥日ノ岡元気倶楽部	高齢サポート 日ノ岡	第3土曜日 午前10時	無料
⑦かもと元気倶楽部※	こんこう会館	第1、3水曜日 午後1時30分	100円
⑧北花山元気倶楽部※	北花山公会堂	毎週火曜日 午後2時	200円

※⑦かもと、⑧北花山は前半が筋トレ、後半が茶話会の複合形式です。

茶話会



おいしいコーヒーなどのお飲み物をいただきながら、四方山話に花を咲かせます。愚痴でも自慢でもドンと来い！！健康についてのお話や映画上映会などイベントも盛りだくさんです。場所は裏面の地図を見てね

名称	開催日時	費用	備考
⑨やぐらの家	第2、第4金曜日 午後2時	100円	お話し相手のボランティアも募集中

公園体操以外の事業は雨天の場合も原則実施しますが、台風の接近等による警報発令の場合などでお休みになることもあります。その場合は当日の朝9時までに各会場の入り口に案内を掲示しますので、ご確認ください。電話での実施の照会は当日朝8:30から対応しています。

その他、ご不明の点がありましたら当センターまでお気軽にお問い合わせ下さい。



高齢サポート・日ノ岡

京都市日ノ岡地域包括支援センター

TEL: (075) 595-5575

E-mail: hinooka@ryokujukai.com



オレンジカフェ in TSUBAKIの報告 2

今回は以前にも一度報告した香東園 ツバキでのオレンジカフェの報告の第2弾です。

この日ノ岡だよりをご覧の皆様にはオレンジカフェについて今更説明は必要ないと思いますので、詳しい説明は割愛しますが、当センターのオレンジカフェでは毎回音楽演奏にゲストの方にお越しねがっています。

2月の開催時はこの音楽ゲストに山科医師会からさど耳鼻咽喉科クリニックの佐渡先生と音羽記念病院の前田先生のお二人に来ていただき、すばらしい演奏と歌声を披露して頂きました。

ゆずよりもB'Zよりもこまどり姉妹よりも息の合ったコンビネーションで熱演して頂きました。

また、お医者さんだからとちっともえらぶことなく、来所された皆さんにただただ喜んで頂こうとするその人柄にも感じっていました。

ちなみに写真でギターを演奏されているのが、佐渡先生で、「みみ・はな・のど」というCDまで製作されています。この歌を覚えると耳、鼻、喉がどのようにしてどのへんで繋がっているのか学ぶことができちゃうという優れものです。ご用命の際は先生の診療所までお越し下さい。副業でお医者さんもされています。(^^)/

さど耳鼻咽喉科クリニック

京都市山科区四宮垣ノ内町1番地

SUNYOU1F A号室

電話&ファックス

595-3387



地域みなさんとリレートーク！！



今回はいつも一方ならぬお世話になっている山科医師会の高須雅史先生です。オレンジカフェに来て頂いた際には精力的に全てのテーブルを回ってお話を聞いてくださっています。利用者さんにご紹介する際、今だに油断するとつい「高須クリニックの～」と言ってしまいそうになりますが、「高須町塚診療所」の先生です。お間違えのないように

みなさんこんにちは！！

高須雅史と言います。私は外環三条交差点の角のビルで高須町塚診療所を開設しております。山科医師会の在宅医療・介護保険担当理事をしておりますので日ノ岡・山階包括支援センターが開いている認知症のオレンジ・カフェにはたびたび出席させて頂いております。最近のカフェは参加者も多く大変な盛り上がりを見せています。認知症に負けないための会なので、まだ参加されたことのない方も参加されてみてはいかがでしょうか。

ところで、今シーズンのインフルエンザは年末年始にかけてA型が流行しました。最近は少し治まってきましたが、まだちらほら散発例が観られます。そして毎年インフルエンザ感染から脳症や肺炎になって死亡したというニュースが聞かれます。肺炎は我が国の死亡原因の上位にランクインしている疾患です。この肺炎を防ぐため京都府は今年度から肺炎の一番多い起縁菌である肺炎球菌に対するワクチン予防接種の公費補助を開始しています。このワクチンは毎年接種する必要がなく、1度注射しておけば最低でも5年間は効果が持続します。対象者は平成26年度に満65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になられた方と101歳以上の方です。

補助の対象期間は平成27年3月31日までです。これを逃してしまうと費用の補助はしてもらえません。対象の方にはすでに京都府から説明書、予約票などが含まれた郵便物が郵送されているはずです。まだ接種を受けておられない方は今月中に受けておかれることをお勧めいたします。お早めにお近くの医療機関に御相談下さい。

4月1日以降になると今年度の対象者より1歳年下の府民が対象者になります。新しく対象者になれる方も予約票が郵送されたら忘れずにお受け下さい。

では、失礼いたします。高須雅史でした。

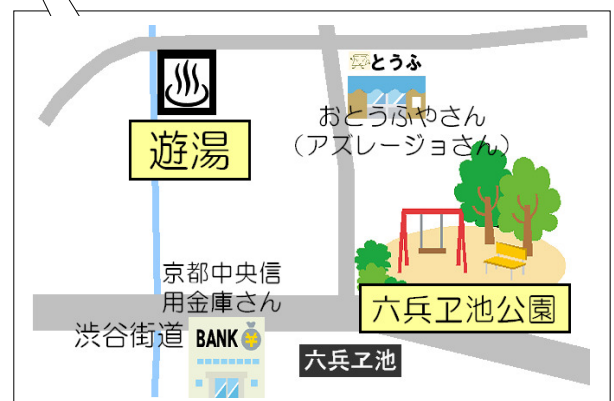
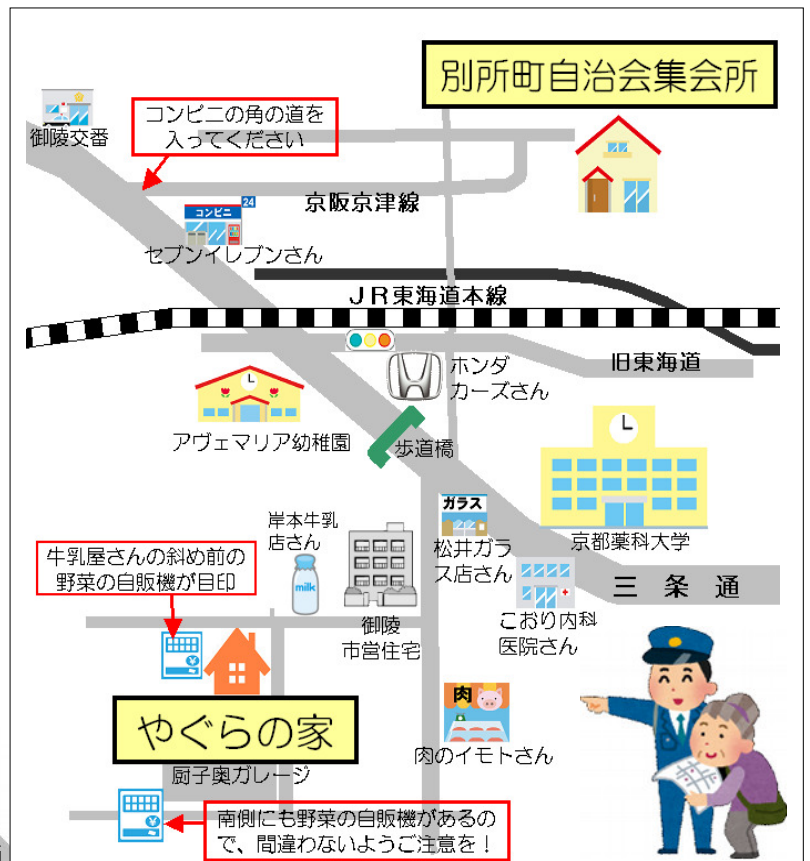
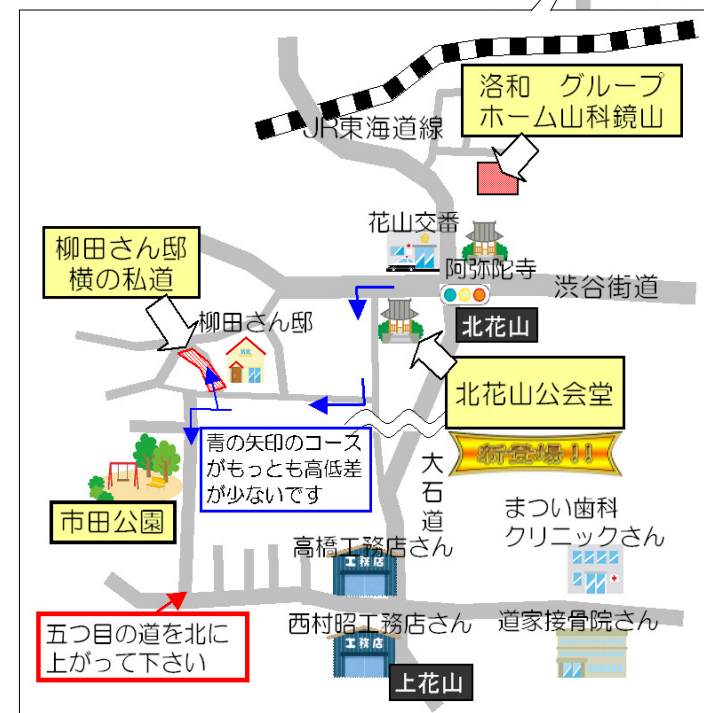
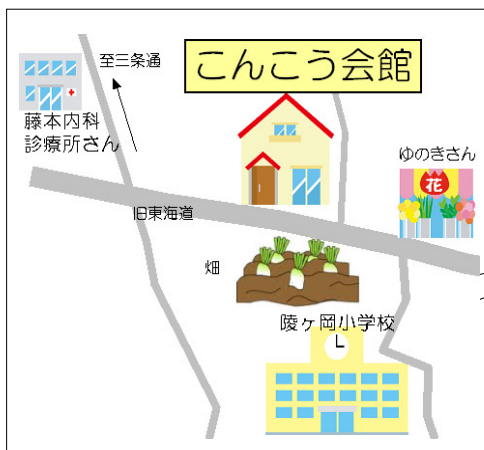
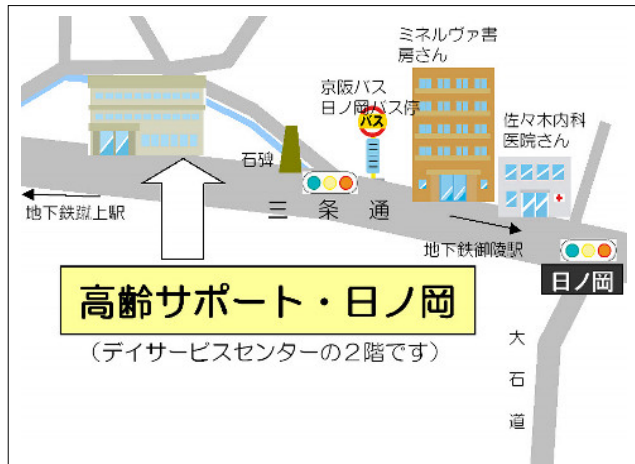


立ってお話されているのが高須先生です。



日ノ岡 地域支援事業 元気マップ

各会場のおおまかな地図です。
お越しになる際にご参照下さい。



最新情報はフェイスブックで絶賛更新中です。
「高齢サポート・日ノ岡」で検索してみてください。
パンダのマークが目印です。