

デイサービス ひろがりサ

第13号

発行日：2013年2月28日

発行回数：年2回発行

発行者：デイサービスひろがりサロン

責任者：藤平 洋子

連絡先：045-962-2226

活動場所：横浜市鴨志田地域ケアプラザ

2階多目的ホール

————活動概要————

活動日時 月曜日 10時～15時30分

料金 利用料 700円

食事 500円（昼食・おやつ）

その他 介護保険とは関係なく利用できます

ひろがりサロンの一日

小椋 純子

ひろがりサロンは、鴨志田地域ケアプラザの一室と台所を借りて、月曜日（除く、第三月曜日）に、介護保険とは関係なく行っているミニデイサービスです。

スタッフは、9時頃から会場設営や昼食の準備などをして、10時頃から利用者の皆さんをお迎えします。歩いて来る方やご家族の車で来る方など、いらした方からお茶で一服、一週間振りの再会を喜び合い、おしゃべりに花が咲きます。

11時半頃から、椅子を輪に並べて体操をします。掛け声に合わせて体を動かし、段々体もほぐれて温まる頃、台所からはおいしそうな香りが漂ってきて、お腹もいき具合についてきます。

楽しみな昼食の時間、テーブルには、約30名分の献立の検討から材料の買い出しまで、キッチンスタッフによる心づくしのご馳走が並びます。皆で和気あいあいといただく食事は本当においしい！幸せいっぱい、楽しいひとときです。

食後は、普段は散歩に行きますが、今は寒いので室内で囲碁、将棋、談話などそれぞれ好きなことをして過ごします。梅を愛でながらの散歩を心待ちにしているこの頃です。

そうこうするうちにおやつの時間、今日は白玉ぜんざいです。昼食とおやつと合わせて一人500円の予算で、いつもバラエティ豊かなメニューに驚き、皆で美味しいねと、感動しながらいただいています。

おやつのあとは歌の時間です。

皆さんからのリクエストや季節にちなんだ歌など、演歌あり童謡あり、時には輪唱や歌でしりとりもあります。最後に「ふるさと」を唄つてそろそろお別れの時間、3時半頃、来週も元気に会いましょうね・・とこんな風に一日が過ぎていきます。

笑顔と温かい雰囲気一杯のひろがりサロン、利用者の方とご家族とスタッフと、皆この場で知り合った素敵な仲間の集いです。どんなところかな？と思われる方は、是非のぞいてみてください。

（2013年1月14日）

2013年活動予定

2013/3/4, 11, 25

4/1, 8, 22

5/6, 13, 27

6/3, 10, 24

7/1, 8, 22, 29

8/5, 12, 26

9/2, 9, 23, 30

10/7, 14, 28

11/4, 11, 25

12/2, 9, 23

十一月のバス遠足でみなとみらい地区に行つた時のスケッチです。



自己紹介をかねて ご挨拶

泊り 育

早いもので「ひろがりサロン」に来て二年が過ぎました。ここに来る前は「ひととき」で四年余り小林さん、大山さん、松浦さんとご一緒でしたのですぐになじめました。しかし、名札がないことから、利用者さん、スタッフの区別がつかない上、記憶力低下もあり、皆様の名前がストーと出てくるまでには少し時間がかかりました。

又、ついつい前にあつた「ひととき」と比較してしまいます。ここの一一番の強みは地域、鴨志田の地元力に根ざしていることでしょう。大部分のスタッフの方が、鴨志田に関連しているので、一朝一夕では築けない深い繋がり、信頼関係があるので永続性が感じられます。また、男性スタッフが多いので、利用者さんに対してはきめ細かいサポート

私の役割の一つは「囲碁」の相手です。棋力はまだ級位で、勉強中ですが、対戦できる力はありますので、いつでもお相手したいと思っております。また、勝負にこだわるよりも楽しい碁を打ちたいと心がけております。「囲碁」は難しいとよくいわれますが、主に右脳を使うため、ボケ防止にもなり、相手を徹底的に負かす訳ではないのでやさしいゲームです。ぜひ皆様も始めませんか。

先日雪の日に道路で滑つてころんで、左足を痛めました。幸い、今回は大事に至りませんでしたが、我々は一瞬にして普通に出来ていた事が難しくなる年頃でもあると痛感しました。なるべく続けたいと思っていますのでよろしくお願ひします。



ートプラス大らかさがあり快適に過ごせるのではないかと思つています。

介護保険があつても

松浦 美紗子

介護保険関係（一か月分）

デイサービス

22回

訪問看護（30分）

1回

緊急時訪問看護加算

1回

車いす貸与

1台

昼用2回（ライフリ57枚入）
夜用5回（アテント26枚入）

1480円

880円

お尻ふき（マツモト70枚入）

1380円

マツモト キヨシ（薬局）

マツモト キヨシ（薬局）
紙パンツ（ライフリ22枚入）
1480円

マツモト キヨシ（薬局）
紙パンツ（ライフリ22枚入）
1480円

が 介護保険がなかつたら・・・
怖くて計算できません。
最低限 これだけかかります。

蛇足

今言われている「平穏死」を
望むなら 病院での延命を

望まないなら

救急車呼ぶより

緊急時訪問看護！！！！の

看護師さんが一番！

24時間いつでも来てもらえ
ます。

元気な時には考えてもいなかつ
た出費がかさなります。

今日はその費用について。

薬（1日分）

アリセプトD 5 mg

2錠

医院（1割負担）

420円

（再診 管理 投薬料）

薬局（1割負担）

3460円

（技術料 薬剤管理 薬剤料）

訪問看護（30分）

1回

（含食事1812円）

22回分

39864円

通所介護待遇改善加算1回

442円

緊急時訪問看護加算

1回

505円

車いす貸与

1台

578円

総合計

500円

50906円

排泄関係（1日分）	マグミット250mg	2錠	1錠	2錠	アリセプトD 5 mg	メマリー20mg	エルメサツト	パンツ式オムツ	夜用パット	昼用パット	流せるお尻ふき
4枚	3枚	1枚	1枚	4枚	3枚	1枚	1枚				



で 一か月分は
計 3880円

で 一か月分は
計 500円



ひろがり歌壇・俳壇

梅田 ひさ子

今日明日と眺むる景色 変らねど
見つむる心の移りかわりて

娘を思ひ孫を思ひてたどり着く

家族の絆尊く重き

黒川よしかず

そらみれば うさぎもちつく まるいつき

さむいふゆ しろいふくきた じけのさと

この枯葉 風の吹くまま その姿

高山 好主

紅き葉を

ひとひら膝に 秋の風



ホームページ は次のところにあります。

http://www.geocities.jp/hirogari_salon/
(「ひろがりサロン」で検索しても見つかります。)

ひろがりサロンは
「あおばふれあい助成金」
「年末たすけあい配分金」
「青葉区善意銀行配分金」
を受給して活動を行っています。

* * 編集後記 * *

* 今年は雪の日が多い様に感じます。成人の日は雪でデイを早仕舞いにしました。

* 私はなんでもないときに道路で転んでしまいました。雪の日ばかりでなくどこでも注意しようと。

* 今は、確定申告の時期です。介護には出費が多くなるので、「高額介護サービス費制度」「高額医療・高額介護合算療養費制度」を利用すれば確定申告により費用が戻ってくるかもしだめん。大いに利用しましょう。
(朝日新聞 2013年2月26日32面)

(高山)