

ヘルパー便り



72歳、要支援1のA子さんは全盲の障がい者で、独居生活をされています。サービス利用の開始は、平成28年9月からで、65歳の介護保険移行で『非該当』となられ、障害福祉サービスの利用が始まりました。それ迄は、外出等にボランティアさんの助けを借りたりして、生活を送られてみえました。徐々に視力が落ちて、生活上の不安も起きました。

障害福祉サービスの利用を受け、まごころ訪問介護が居宅介護(調理等の家事代行)で週2回(1回90分迄のサービス)と同行援護(買物や外出、通院の付き添いサービス)を利用されました。ご自身で毎朝の散歩やラジオ体操も日課とされ、体力が衰えないよう努力されていました。何度かの介護認定も『非該当』となられ、障害福祉サービスの利用が続きました。昨年、家の近くで転倒があったりして、令和4年9月の介護認定では『要支援』に認定されました。障害福祉サービスの居宅介護が介護保険のサービスに移行し、週2回の訪問独自サービス(1回45分~60分程度のサービス)になり、時間が短くなったことでヘルパーがその対応に苦慮しています。

週2回のヘルパーの夕食作りでは、食材の無駄にならない様、ご自分で材料を用意され、献立を決める等協力していただきます。1週間、1ヶ月の予定がしっかり頭に入っていて、通院の予定等メールで事務所へ送信していただきます。これからも、独居の生活を支えるよう、それぞれのヘルパーが支援の力になりたいと思っています。(小野木 みどり)



デイサービス通信

春の楽しみ



隣接した九品寺公園にはたくさんの自然があり、散歩をしながら木々の移り変わりを利用者様と一緒に楽しんでいます。特にデイの窓から見える桜はまるで絵画の様。木々の芽がふくらんで、つぼみがほころび、徐々にピンク色に染まっていく様子も、満開から桜吹雪、そして新緑になっていく様も目の前で感じられます。

そんな桜の下で3年ぶりにお花見ランチをしました。もちろん感染予防をしながらではありますが、少しずつコロナ前のデイサービスに戻りつつあります。(大野)



お花見外出

桜のトンネルでパチリ



ミモザでリース作り



つくしのはかまをとって匂の味!



ミニこいのぼり完成!



久しぶりに全員で昼食づくりしました

ケアマネジャーの目

一宮市のタクシー料金の助成

現在、タクシー券の交付される方は

- ① 満85歳以上の高齢者
 - ② 身体障害者3級以上
 - ③ 療育手帳B以上
 - ④ 精神障害者保健福祉手帳2級以上等の方
- 一宮市と契約するタクシー会社のタクシーを利用した場合に、年間30回まで基本料金を助成するタクシー券が交付されます。普通のタクシーが利用できない方にはリフト付タクシーの利用ができます。なお、生活保護世帯や市民税非課税世帯の方は、通院などで必要な場合に限り60枚を限度に交付することができます。

【申請方法】

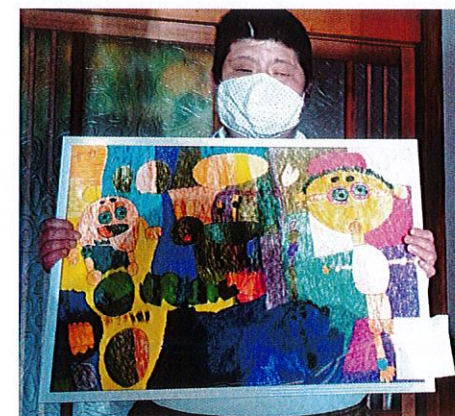
高年福祉課又は、尾西庁舎窓口課、木曾川庁舎窓口課で、本人であることが確認できるもの(介護保険証、健康保険証など)を持参し申請書にご記入ください。

【利用方法】

本人確認ができるものを提示して、利用券をタクシー運転手に渡してください。

~作品介绍~

37歳のTさんは、作業所で元気に働かれています。たまに移動支援での外出を楽しんでみえます。絵を描くことが大好きで自慢の絵を披露してくださいました。



~耳より情報~

いちのみやリバーサイドフェスティバル2023

都市公園制度制定150周年記念

『ふれよう緑!感じようアート』として開催

とき:5月3日~5日

AM9:30~16:30

会場:国営木曾三川公園(138パーク)

緑にふれることで緑の大切さを学び、緑の普及を目指すと共に、「一宮市緑地の保全及び緑化の推進に関する条例」に盛り込まれた心安らく芸術を鑑賞できます。



~知っておきたいヘルパーの知識~

「今日から実践したい!糖化を防ぐ食事法」

検診で血糖値が高いと知られることがあるかもしれません。通常、食事をすると血糖値が上がり、これが食事のたびにくり返されることは、皆さん周知のことかと思えます。

食事は、主食からではなく、副菜から食べることを習慣にしましょう。ご飯やパンなどの炭水化物を食べる前に、食物繊維が豊富な野菜やキノコ類、たんぱく質が豊富な肉や魚類を食べると、糖質の吸収を抑えることができます。そう考えると、おにぎりだけ、パンだけ、麺類だけ、という糖質のみの食事はできるだけ避け、サラダや卵料理などの副菜をプラスするのが、おすすめです。

血糖値は食後30分から、1時間経つ頃に、もっとも高くなるために、そのタイミングで軽く運動をすることや、生活の中で、体を動かすことを心がけてみましょう。

