

あそうだより

陽春の候、皆様には、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。
平素は、みんなの家あそうの事業運営にご理解ご協力賜りありがとうございます。
昨年度は、コロナ禍による、「通い」の受け入れ制限等々、ご利用者様、ご家族の皆様方には、大変ご迷惑・ご不自由をお掛けいたしました。

感染者数が少なくなり落ち着いたように感じますが、まだまだ、気が抜けない状況下にはあります。ご利用者様の安全を最大限に配慮しながら事業を推進していく所存でございます。

今年も美祢市の桜は普段通りの綺麗な花を咲かせました。これからはさわやかな若葉に移り変わり気候的にも過ごしやすい季節になります。

本年度も、ご利用者様が笑顔で安心してお過ごし頂けるよう努めると共に、地域に根差した施設作りを実現するために努力して参りますので、引き続きご協力を賜りますよう、よろしくお願い致します。

施設長 森本健次

第28号

令和5年4月 発行

社会福祉法人

 美祢市社会福祉協議会
小規模多機能型居宅介護事業所

みんなの家あそう

美祢市豊田前町麻生下 579 番地

TEL 0837-57-0053

FAX 0837-57-5020



厚狭川河畔の桜を見に行きました。穏やかな日差しの下、皆さんも自然と笑顔になります。



～令和4年度 みんなの家あそふ 行事～



川東小へ木彫り見学



菊花展・
もろもろ創作展



年忘れ会



しめ飾り作り



七夕飾り



消火訓練他



みんなで作った壁面装飾
RENOFA を応援しています！



コキアでほうき作り

春は高齢者にとって病気が出やすい季節

病気を防ぐ4つのポイントとは

「春に出やすい病気」と、「加齢による体と心(脳)の変化」から、春に多い高齢者の病気は・**免疫力**・**ストレス**・**皮膚**・**自律神経**です。

春に多い高齢者の病気を防ぐには？

○**免疫力**…高齢者になると体を守る機能として、免疫力が低下します。花粉症などのアレルギーは逆に起こりやすくなります。

○**ストレス**…春は、高齢者ご本人よりも、ご家族の転勤・就職や進学などにより生活環境が変わる事で、高齢者ご本人が強いストレスを受ける事があります。

地域の高齢者のイベントなどに積極的に参加して新しい環境に慣れるため、社会参加は重要です。

○**皮膚**…皮膚の脂分などが減り、弾力性も低下し薄くなり、皮膚の下の血管も少なくなるため、皮膚を守るための栄養も届きにくくなり、神経も鈍くなるため、紫外線から皮膚を守る力が落ちてしまいます。帽子や日傘で日光を避けるようにしましょう。

○**自律神経**…自律神経が衰えている状態で、更に春の気候の変化で自律神経が乱れば、上記に挙げた自律神経失調症の症状が出やすくなります。

早寝・早起きを心掛け、朝日を浴びながら、散歩などで軽い運動をして、バランスの良い朝食を食べて、一日を始めるような生活を送る事が、自律神経を整える事に繋がります。

規則正しい生活や、運動を積極的に実行していらっしゃる高齢者の方々はお元気になる時期でもあります。

みんなの家あそふ 利用料金 (1ヶ月定額) 介護保険1割負担の場合

介護度	介護保険利用者負担額
要支援1	3,438円
要支援2	6,948円
要介護1	10,423円
要介護2	15,318円
要介護3	22,283円
要介護4	24,593円
要介護5	27,117円

ご利用に応じ別途加算があります。

小規模多機能型居宅介護事業所「みんなの家あそふ」では、**要支援・要介護認定**を受けられた方を対象として「通い」を中心に必要に応じ「訪問」や「泊まり」のサービスを柔軟に組み合わせ、可能な限り在宅での生活を送っていただけるよう支援させて頂いています。

お気軽にご相談ください。
個人情報を守ります。

新型コロナウイルス感染予防について

みんなの家あそふでは、引き続き「新しい生活様式」の実践、「マスクの着用」、「換気」、「こまめな消毒」、「手洗い」など、基本的な感染予防対策の継続をいたします。

※マスクの着用は個人の判断にゆだねられるものではありませんが、事業者が感染対策上又は事業上の理由等により、利用者又は従業員にマスクの着用を求める事は許容されます。

～厚生労働省より～

