



# サンタ通信

Vol.19  
summer

特集～介護保険申請について～

ページ

P1 院長のお話

P2～3 特集

P4 入居者募集

P5 当院の感染対策

元氣ごはん

P6 もみの木通信



## 留萌セントラルクリニック



### 留萌セントラルクリニック

社会医療法人孝仁会留萌セントラルクリニックがお届けする医療・福祉の情報誌

ご自由にお持ちください



# 院長のお話

特集～介護保険申請について～

コロナ感染症も重症化リスクが軽減され、集団免疫も徐々に獲得されてきている様です。以前の日常に戻るまでもう一步まで近づいてきています。基本的な感染対策は忘れずに行っていきましょう。

今回のメインテーマは介護保険です。

介護保険制度は、2000年に制度創設以来22年を経過し、65歳以上被保険者数が約1.6倍に増加するなかで、サービス利用者数は約3.3倍に増加。高齢者の介護に無くてはならないものとして定着・発展しています。

現在1号被保険者(65歳以上) 3525万人、認定者数645万人(18.3%)、65-74歳：73万人(4.2%) 75歳以上573万人(31.8%) 高齢に伴い認定率は上昇している状況です。

一方2号被保険者(40-64歳) 4192万人 認定者数13万人(0.3%) (特定疾患に該当する人) と約2倍程度で収まっています。

介護保険制度が開始された当時は脳血管障害による要介護認定が多かったのですが、最近では廃用性症候群(高齢による衰弱、関節疾患、転倒骨折)や認知症による認定数が増加している様子です。脳血管疾患、心臓病・糖尿病などは生活習慣病対策が行われていますが、廃用症候群には介護予防対策が望ましいと考えられています。家庭での日常生活の遂行度、屋外での運動、食事の摂取能力・栄養状態、物忘れの度合い、精神的な満足度などが重要な要素となっています。

今回の特集を参考にして、老後やこれからの生活を楽しく過ごせる様に頑張りましょう。



# 特集：～介護申請について～

親はもちろん、いずれは自分自身も必要になるかもしれない介護。  
この機会に基本について押さえておきましょう。

そもそも介護保険とは、介護が必要な方にその費用の一部を給付してくれる制度です。

国民の皆で保険料を負担して、必要な方に給付する仕組みになっています。

もちろん保険なので、保険を受ける審査もあります。

申請が通った場合、原則1割の自己負担がサービス利用するとかかります。

ただし、前年度の所得に応じて、自己負担率が2割あるいは

3割になる場合もあります。

ここからは申請のタイミングや窓口、手順について

お話していこうと思います。



## 介護保険の被保険者とは？（介護保険を受けられる人）

65歳以上の  
第1号被保険者



40歳から64歳までの  
第2号被保険者



～特定疾病～

- ①初老期の痴ほう症
  - ②脳血管疾患
  - ③ALS（筋萎縮性側索硬化症）
  - ④パーキンソン
  - ⑤脊髄小脳変性症
  - ⑥糖尿病性腎症、等
  - ⑦閉そく性動脈硬化症
  - ⑧慢性閉そく性肺疾患
  - ⑨慢性関節リウマチ
  - ⑩脊柱管狭窄症
- その他

※第2号被保険者とは、老化に起因する16の特定疾病によって要介護認定を受けた方の事を指します。  
第一号、第二号被保険者は介護認定の申請を受ける事ができます。

## どんな時に相談したらいいの？

- ・お風呂の転倒等が不安
- ・食事が作れない
- ・買い物に行けない
- ・掃除が大変になってきた
- ・物忘れが多くなってきた
- ・骨折して日常生活が困難になった
- ・家族が長期不在で不安だ
- ・通院に通えない
- ・家族が介護で疲れている
- ・ゴミ出しができない
- ・迷子になる
- ・一人暮らしで不安が多い



些細なことでもご相談できます。一度お気軽にご相談ください。



# 介護を受けるためには？

介護保険を使用するにはまず要介護認定を申請する必要があります。

◆申請から認定までの流れ（留萌市の場合）

申請	要介護認定申請は、留萌市保健福祉センターはーとふる、留萌市役所で受付しています。申請に必要なものは、「介護保険被保険者証」「健康保険証」（65歳以上の方）40歳から64歳までの方は、「健康保険証」です。また、申請の際は主治医（総合病院の場合は診療科）の記載が必要となります
調査等	要介護認定は認定調査票及び主治医意見書に基づき判定します。申請手続きが済みますと後日認定調査を行います。主治医意見書は市より直接主治医に依頼します
判定	調査内容と主治医意見書により一次判定をします。さらに、一次判定の結果を基に、介護認定審査会において、保健、医療、福祉の専門家による審査を行い、二次判定をします。
認定	介護認定審査会の判定結果に基づいて、最終的に市が要介護度を認定・決定し、新しい被保険者証と決定通知書を郵送します。

引用：留萌市HP

留萌セントラルクリニックでは、居宅支援事業所（ケアマネージャー事務所）にご連絡いただければ介護認定のご相談ができます。セントラルの医療相談、看護師にもお気軽にご相談ください。



## 要介護認定を受けた後は？

担当のケアマネージャーにケアプラン（介護計画書）の作成を行ってもらい、サービスを受けることができます。

要介護1～5の場合は介護給付（介護サービス）、要支援1と2の方は予防給付（予防サービス）の給付を受ける事ができます。

※自立していると判断され、認定を受けられない場合もあります。市町村によっては介護認定を受けていなくても利用できるサービスがある場合があります。市町村に御相談ください。

### ～セントラルにある介護サービス～

- ・通所リハビリテーション
- ・訪問リハビリテーション
- ・グループホーム「もみの木」
- ・訪問看護ステーションサンタ（休止中）

～住宅～

- ・シェアハウス「ノエル」
- ・マンション「ノエル」

お問い合わせ

留萌セントラルクリニック

居宅介護事務所（サンタ）・・・0164-43-9777



## ○介護認定を受けていない方でも受けられるサービス○

- ・緊急通報サービス

緊急通報装置及び火災警報器の貸し出し

- ・給食サービス事業

65歳以上の一人暮らし等で、病気や障害等の為、食事や調理を十分にできない方に、夕食配送

- ・除雪サービス事業

65歳以上の一人暮らし等で除雪が困難な方に、生活通路及び緊急時の安全確保等の除雪

お問い合わせ 留萌市保健福祉センター、はーとふる・・・0164-49-6060



# 入居者募集！

## シェアハウス『ノエル』

こんな悩みありませんか？

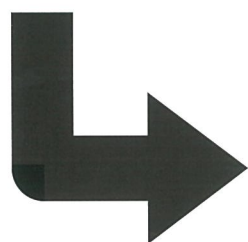
- ✓ できることは自分でしたい
- ✓ 1人だと何かあったときに心配
- ✓ 買い物や通院が大変
- ✓ 自分のスペースは欲しいけど誰かと話しがしたい



共用キッチン



各個室



シェアハウス「ノエル」なら安心です  
留萌セントラルクリニック裏 ノエル棟2階  
・エレベーター完備  
・クリニック前にバス停あり



洗濯スペース



浴室



談話室



共用スペース

家賃

20.1~21.1㎡  
38,000~39,000円

管理費

25,000円/月  
共有スペース清掃費・光熱費込み  
冬期暖房費7,000円/月

個室設備

クローゼット・ベッド・トイレ・洗面所・パネルヒーター・照明・カーテン

共有スペース

台所・食堂・お風呂・洗濯室・乾燥室・趣味の部屋

各種サービス

見守り・買い物代行・買い物送迎・病院送迎（市内）・健康相談  
介護保険申請代行・留萌セントラルクリニック予約診療

<お問い合わせ先>

留萌セントラルクリニック ☎0164-43-9500 事務長：村井

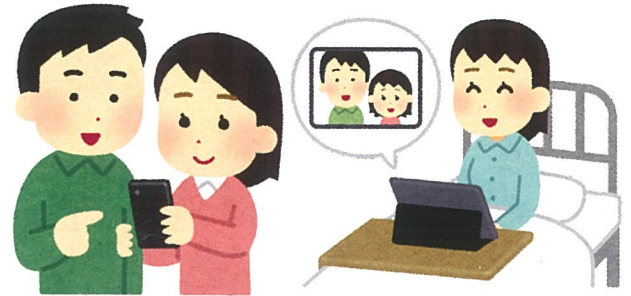


# 当院の感染対策

## 病棟の場合

コロナ禍以前は、患者様側の希望に沿って個室や大部屋へ入室して頂いておりました。コロナ禍以降は、一度必ず個室へ入室し入院4日目に抗原検査を行い陰性を確認後に大部屋への転室を検討しています。

面会については、患者様やご家族にはご理解頂き直接面会ではなく、タブレットを使用したオンライン面会を行っております。患者様の状態確認についての問い合わせも、電話での対応とさせて頂いております。



## 透析室の場合

スタッフ側として、検温・体調確認、手洗い・手指消毒、マスク・フェイスシールドの装着、必要時使い捨て手袋・ガウンの装着を行っております。

患者様側として、マスク装着、来院時の検温・体調確認を行っております。発熱・体調不良の際には事前に連絡していただき、他患者様と入室時間をずらし入室し、他患者様とのベッド間隔を空け、パーテーション等を用いて飛沫防止を行っております。患者様退室後は部屋の換気・消毒作業を徹底しております。

## ★身近な食材で一品！簡単レシピ★

### ～鶏肉のたっぷり野菜マリネ風～

さて、今回は鶏肉が主役の一品です。鶏肉はムネ、モモ、ササミ、手羽等様々な部位があり、蒸す、ゆでる、揚げる、焼く等の調理法を変えて楽しめる食材の一つでもあります。

今回のメニューは、モモ肉を揚げ焼きしてマリネ風にしたものです。野菜類はレシピ以外でもアレンジ可能です。是非お試しください。



#### 【作り方】

- ① 鶏肉は皮を取って2等分する。ポリ袋に片栗粉を準備したら肉を入れてまぶす。
- ② 野菜類は千切りにし、★の調味料と一緒に耐熱容器に入れてラップをし、2分程度レンジ加熱しておく。（※醤油以外の調味料はカンタン酢大さじ1で代用可能です）
- ③ 肉を少量の油で焼いたら適当な大きさに切り、②の野菜マリネ液を盛り付け小口ねぎを添える。 管理栄養士

## 元気ごはん

#### 【材料】 2人分

鶏モモ肉・・・1枚(約200g)  
片栗粉・・・小さじ2  
植物油・・・小さじ2  
玉ねぎ・・・1/6個  
人参・・・1/10本  
ピーマン・・・1/2個  
★醤油・・・小さじ1  
★酢・・・小さじ1  
★砂糖・・・小さじ1  
★水・・・小さじ1  
小ねぎ・・・適量

#### ～ポイント～

肉の表面にマリネ液が染み込むように、出来上がりから少し時間を置くと、さらに良いです



# もみの木通信

留萌市栄町1丁目5番地27号  
グループホームもみの木

～管理者からの挨拶～

グループホームもみの木では、利用者様が安心して過ごせて、家族が安心して預けられるグループホームを目指しております。コロナウィルスで日々の生活に不安が多くなりました。そんな中でもリハビリや体操、歌や塗り絵などのレクリエーションを積極的に取り入れて、充実した生活が送れるように努力しています。努力を怠らず、より良いグループホームにしていきたいと思っております。



## もみの木の特徴

もみの木では看取り介護を取り入れており、最後の時間まで安心して頂ける施設です。セントラルと隣接している為、体調の急変時はすぐに対応が可能となっています。また、セントラルクリニックを主治医にすることで通院の移動の心配もなくなり、より安心した生活を送れるようになります。急変時の対応がより一層早く対応でき、御家族様も安心できると思っております。



## 入居者様の様子

書道教室



リハビリ



誕生日会



イベント作品作り



リハビリや体操のほかに、行事や誕生日会が行われています。入居者様が日々充実した生活を送れるように様々な事に取り組んでいます。自粛前は焼き肉や盆踊りにクリスマス会、そして、「もこもこ」と言う月に一回来訪し、歌や紙芝居を読んでくれる行事もありました。

現在は施設内で行えることが多いですが、早く自粛が終わり地域の方々や家族の方々で行える行事を行いたいと思っております。

## 入所案内

入居に関しては、基本的には要介護認定を受けた方が対象です。担当のケアマネージャーさんに相談したり、お電話でも対応できます。

パンフレットも送付出来ますのでお気軽にご連絡ください。

TEL : 0164-56-4666

家族全員が安心できる生活を届けられるよう、職員全員、努力をしていきます。





## 診療案内

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
脳神経外科	午前 8:00~11:30	○	○	○	○	○	△
	午後 16:00~18:00	○	×	×	×	×	×
循環器科	8:00~13:00	×	×	×	○	×	×

★診察開始は、受付時間の30分後になります ★循環器科の診察開始は10:00からになります。

★緊急手術により休診になる場合があります。ご了承ください。

★土曜日の脳神経外科が出張医の場合があります。★受付時間外での受診に関しては電話でお問い合わせください。

### ～夕方診療の受付時間～

新患の方 16:00~16:30 ※救急や症状ありの場合は都度受付致します

再来の方 16:00~18:00 (診察のみの方) / 16:00~17:00 (検査がある方)

◎休診日：日曜・祝日・年末年始（12/30午後診療休み～1/3）

※脳神経外科の診療は緊急手術等にて休診になる場合があります。

※ご不明な点はお電話にてお問い合わせください。

留萌セントラルクリニック ☎0164-43-9500

〔〒114-8501〕

○募集案内○ (皆様の応募をお待ちしております)

医療・介護スタッフ募集中

※医師 ※看護師・准看護師 ※理学療法士 ※作業療法士 ※言語聴覚士 ※放射線技師  
※臨床検査技師 ※臨床工学士 ●社会福祉士 ●介護支援専門員 ●保育士 ●ヘルパー

介護職員急募中！！

皆様の応募お待ちしております

※印：奨学金制度あり

詳細は事務長 村井まで  
託児所完備しております

## 社会医療法人 孝仁会 <留萌地区>

留萌セントラルクリニック

通所リハビリテーション

訪問リハビリテーション

サンタ託児所

グループホームもみの木

居宅介護支援事業所サンタ

シェアハウスノエル

マンションノエル

訪問看護ステーションサンタ (休止中)

