

やよい台 仁 だより

Yayoidai JIN NEWS

令和 7 年
7 月号

- もくじ
- ・療養課 2 階 アイスイベント
 - ・事務課からのお知らせ
 - ・後期高齢者医療制度（資格確認書）
 - ・ tomorrow 訪問看護ステーション
 - ・リハビリ課
 - ・同心協力（連載コラム）
 - ・通所リハビリ課

ベルちゃん



ラテくん

プチ旅行中

療養課 2 階 アイス（ポテチ付き）イベント

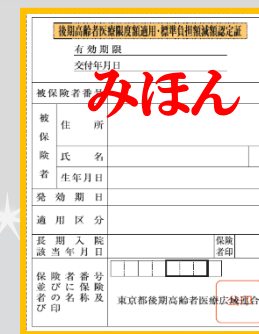
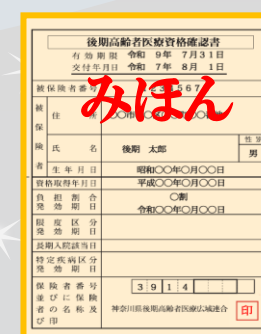
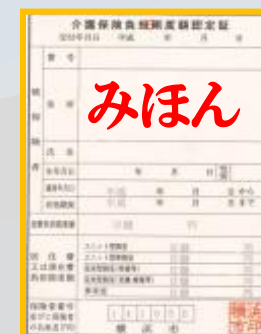
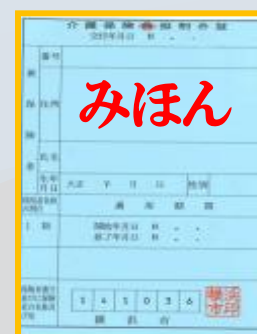
2 階フロアにて、集団体操の後にアイスを食べるイベントを行いました。甘いアイスにしょっぱいポテチを添えました。皆さん、美味しそうに食べていて、笑顔溢れるイベントになりました！



事務課からのお知らせ

- ★介護保険負担割合証（全員）
- ★介護保険負担限度額認定証（要手続き）
- ★後期高齢者医療資格確認書（75 歳以上の方）
- ★後期高齢者医療限度額適用（要手続き）

令和 7 年 7 月 31 日で
有効期限が切れます



※上記の書類につきまして、有効期限が迫っております。お手続きとお手元に届きましたら、やよい台仁の担当ケアマネ（事務課）までご連絡をお願い致します。

後期高齢者医療制度

資格確認書（75 歳以上の方）

後期高齢者医療制度は、75 歳（一定の障害がある人は 65 歳）以上の方が加入する医療保険制度です。従来の老人保健制度に代わり、2008 年（平成 20 年）4 月より施行されました。75 歳になられると後期高齢者医療制度の被保険者となり、今回から新たに後期高齢者医療制度の「資格確認書」が交付されます。令和 7 年 8 月から令和 9 年 7 月までの資格確認書はだいたい色となり、これまでお持ちの保険証または資格確認書は 8 月 1 日より使用できなくなります。

75 歳以上の方には
マイナ保険証をお持ちの場合でも
全員に資格確認書が交付されます！

ご高齢の方
（75 歳以上）



マイナ保険証の
利用登録状況に関係なく、
申請なしで全ての方に
資格確認書が交付されます

・令和 7 年 7 月までの予定から、
令和 8 年 7 月までの暫定運用に変更

ご高齢の方
（75 歳未満）
／ 配慮が必要な方



加入している医療保険者に
申請することで、
資格確認書を取得できます

・親族等の法定代理人や介助者等による代理申請も可能です。
・ご家族・ご親族などでも、マイナ保険証の利用が難しい方がいましたら、申請をご検討ください。

マイナ保険証をお持ちでなくても、
資格確認書によりこれまで通り医療
にかかれますのでご安心ください。

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare



ともしろ訪問看護ステーション弥生台

6月末から最高気温が30度を超える日が続き、すでに今年の夏も暑そうな予感がしますね。夏バテに注意して過ごしましょう。

【夏バテの症状・原因】食欲不振、全身の倦怠感、めまい、立ちくらみ、のぼせ感、全身の熱っぽさ、頭痛、下痢、便秘、むくみ、イライラ感、無気力など夏の暑さにより自律神経の乱れを原因とした諸症状で多岐にわたる体の不調があげられます。夏は他の季節に比べてたくさんの汗をかいたため脱水になりやすいです。また暑さで食欲が落ちやすくさっぱりとした食事が多くなり、栄養が偏りがちになります。また部屋の中と外との極端な温度差や運動不足であまり汗をかかなかったり、睡眠不足で体が疲れていると自律神経が乱れてしまいます。

【夏バテ対策】

- ・こまめな水分補給 一度のたくさんの水分を飲むのではなく、約1～2時間おきに約200ml摂るのがおすすめです。
- ・バランスのよい食事 不足しやすいたんぱく質(肉、魚など)、ビタミン(特にB1、豚肉や玄米、納豆や鰻に多い)、特に夏野菜はβカロテン、ポリフェノール類、ビタミンCやビタミンEなどが豊富に含まれています。また水分やカリウムも多く含まれています。
- ・十分な睡眠 クーラーなどを上手に利用し、涼しい寝具などで環境を整えましょう。
- ・適度な運動 運動をすることで体力を維持しましょう。また運動をすることで食欲増進や深い睡眠が得られようになるため基礎体力の増進につながります。



同心協力（連載コラム）

題名「ゴミ拾い」（連載13/17回）



著：佐久友朗

ある秋晴れの朝。絶好のゴミ拾い日和である。足取りも軽い。

「おじちゃん、おしごといつおわるの？」

振り向くと、3歳くらいの見知らぬ女の子が立っている。

いつにも何も、家を出てからまだいくらも来ていない。

「何かしたの？」と聞くと、

「わたし、どんぐりが好きなの」と何の脈絡もなく言う。

「おじさんね、どんぐりがたくさん落ちてるところ、知ってるよ」

女の子の言葉に誘い込まれるように、思わず口が滑った。

まずいことを言っちゃったな、と思ったが、もう遅い。

「ひろいにいこ！」

女の子はすっかりその気だ。

風体の怪しい初老の男が、年端も行かない小さな女の子の手を引いて林の中に消えた。

これだけで十分に”事件”である。

ひとつ間違えれば、「身代金目当ての誘拐か、はたまたいたずらが目的か」と大々的に報じられる破目になる。

「おじちゃんが、どんぐりひろいにいこうっていうから、ついていったの」

言葉足らずでしかもかなり正確さに欠けるが、3歳の子の証言はこんなものだろう。

警察にとっては、これで十分だ。

はからずもきっかけを作り、女の子をその気にさせてしまった己の軽率な行為を、この先どれほど悔いることになるか知れない。容易には這い出せない蟻地獄が待っている予感さえしてくる。

リハビリ課

☆ リハビリ室のリハビリを再開しました ☆

6月の面会フリーのタイミングで、リハビリ室の利用も特別な制限がなくなり、リハビリ室もにぎやかになってきました。今までフロアから出る生活が少なかったことや、フロアにはないマシーンや物品もあり、皆様にとっては気分転換や意欲増加に繋がっているようです。主に午前は通所利用者、午後は入所されてる方で、リハビリ室をご利用いただいている方もいます。面会で来所された際は、1Fリハビリ室も是非ご見学してみてください！



通所リハビリ

華やかな花火と水面に咲く蓮の花をモチーフに壁飾りを作成してくれました。

とても華やかでダイナミックな作品になりました。

