



MY HOME DOCTOR

生かす



散歩道

ナガノパープル

ナガノパープルは長野県のオリジナル品種で「巨峰」と「リザマート」の交配により長野県果樹試験場で育成された大粒の黒ぶどうです。皮はかなり薄く綺麗にむくことは難しいのですが、皮ごと食べることができるのも魅力の一つです。また種がないためとても食べやすくなっています。是非、一度は食べてみたいですね。



健康 随筆

私の母

私の母は、91歳ですが、現在、東京の郊外のマンションで元気に一人暮らしをしています。母は、福岡県八女市で生まれ、結婚するまで八女で育ちました。子供は男の子二人で、私は長男です。弟は私より5歳年下で、東京の私立大学の教授です。父は30年程前に亡くなり、母はその後現在まで、ほとんどの期間を一人暮らししています。父が国鉄で東京勤務が長かったことから、長男の私が平成12年に九電勤務となり、福岡在住となりました。母は福岡に戻ることに全く考えず、東京に住み着いています。弟が、母の住まいから徒歩5分のところに住んでおり、頻繁に母を訪れ、様子を見てくれます。また、私の妻も1週間に2度程度は、母に電話し話し相手になっています。



つがみ けんじ 津上 賢治

母は現在犬と猫を一匹ずつ飼っており、その世話をすることで生活に張りができ、犬猫の存在が「生きがい」となっています。また、毎日犬を散歩に連れて行くことが足腰の運動と気分転換になっています。

母は父が60歳の時に亡くなったこともあり、子供二人が60歳を過ぎても健康でしっかりと働いていることを大変喜んでくれています。子供としては、年を取った親を喜ばせることは、何より親孝行だと思っています。母はまだ当分元気です。それが私の大きな「生きがい」です。

(福岡空港ビルディング株式会社 代表取締役社長)

西福岡病院の理念

地域の人々に信頼される 納得と安心の医療・介護・福祉の提供を目指します。

特集

介護のいろは

～訪問介護について～

ヘルパーステーション 介護福祉士

松元 まつもと

淑子 しづこ

ケアプランサービス 介護支援専門員  
瀧澤 たみざわ

恭太 きょうた

1 「訪問介護」開始の流れ

①ケアマネージャーがご本人様やご家族様と面談しケアプランを作成↓②訪問スタッフが集い、具体的な支援方法を決める↓③「訪問介護計画書」を作成して訪問スタート。ご利用者様がご自宅で自立した生活ができるよう支援します。

2 サービスは「身体介護」と「生活援助」

「身体介護」…排泄、入浴、買物同行、通院など、動作を手伝い意欲向上を支援します。

「生活援助」…掃除、調理、洗濯、買い物代行などの家事を支援します。

3 要介護(1～5)の訪問介護

「訪問介護」は、サービス回数、訪問日時、内容は予めケアプランで決められます。しかし、介護度が上がると、通常の訪問介護だけでは不十分なこともあります。

「夜間対応型訪問介護」や「定期巡回・随時対応型訪問介護」(定期的な確認や処置、緊急訪問、状態に合わせた柔軟なサービス)などの訪問介護が、介護度の高い方の在宅生活を可能にしています。

訪問介護の料金は、基本的な料金に様々な加算(介護職員処遇改善加算、事業所加算、初回加算、時間外など)と減算(同一建物など)を計算して決まります。

例えば45分サービスを受けるとした場合の加減算をしない基本的な料金は、身体介護で約4,087円/回、生活援助で約2,408円/回です。



4 要支援(1～2)の訪問介護

今年度より介護保険ではなく福岡市の介護予防・日常生活支援総

合事業のサービスに変わりました。

『介護予防型訪問サービス』(有資格の訪問介護員による身体介護と生活援助)と、「生活支援型訪問サービス」(福岡市研修修了者による生活援助)があり、「生活支援型訪問サービス」であれば介護保険の7割程度の料金でサービスが受けられます。

料金は月単位で、例えば45分のサービスを週2回程度受けた場合、加減算を入れない基本的な料金は、「介護予防型訪問サービス」約2,335/月「生活支援型訪問サービス」約1,635/月です。

5 介護保険(総合事業)で出来ないサービスがあります。

医療行為、貯金の引出しや金融機関での振り込み、家族の部屋の掃除、家族分の炊事・洗濯、大掃除、ペットの世話、洗車、花の水やり、窓ふき、玄関の掃除、仏壇の掃除など、保険でできないサービスが多数あります。尚、保険制

超低山散歩 28

今山 <福岡市西区>

体験活動協会 FEA 理事長

谷 正之

今津湾の東端に位置する今山(80m)。弥生時代の石斧作りで有名になった今山遺跡がある山だ。山の中に一歩踏み込むと静寂さが漂う。JR今宿駅を発着点に歩いてみる。

駅から平坦な道を北へ。「今宿駅前」標識がある交点①を左折し、すぐの「今宿」標識がある交点②は右へ向かう。分岐①は、「志摩・九州大学」誘導標識の方へ。駅から20分程で分岐②に着く。

鳥居をくぐり、静かな森の石段を上る。今山緑地保全地区のため大きなクスノキなどの保存樹を随所で目にする。やがて熊野神社が現れる。社殿の右(東)の階段を上ると、分岐②から10分位で東展望所に着く。

草地の広場で、ベンチに腰掛け景色を見渡すことができる。頂上まで10分程で往復できるが、悪路なので無理に上る必要はない。

東展望所から左回りに土道を下る。途中、今山遺跡の解説板、西展望所がある。熊野神社に戻り、東へ向かう石段を下る。薬師堂、稲荷大明神の先に分岐③がある。右折して南へ向かうと分岐①に戻る。あとは来た道を今宿駅まで引

度外のサービスを希望される場合は、制度外のサービス（ボランティアや有料サービス）をご案内します。

ケアプランサービスのケアマネジャーの漧澤です。

ここでは介護保険の申請と介護保険証の見方↓認定を受けられた後に利用出来る介護サービスについてお話しします。

### 1 介護保険証

65歳以上の方は全員に交付されます。誕生日の翌週から翌々週に自宅へ送付されます。介護が必要になったら【要介護・支援】の認定を受けた後、介護保険のサービスを利用できます。

40歳から65歳未満の方は、【第2号被保険者】です。

\*介護保険申請には**老化が原因とされる病気（特定疾病）の診断が必要**です。

次に申請の手順です。お住まいの区役所に御本人、または御家族が出向いて行います。

区役所に行く事ができない時は、居宅介護支援事業所や地域包括支援センターに代わりに申請してもらいうこともできます。認定申請後、要支援・要介護認定を受け

た方の介護保険証には【要支援1〜2・要介護1〜5の区分】【介護保険を使える期間】【1ヶ月のサービス利用単位】が書いてあります。次に実際の介護保険サービス利用についてのお話です。

### 2 自宅から通うサービス

#### ●通所リハビリテーション

老人保健施設などで、食事、入浴やリハビリテーションを日帰りで行います。

#### ●通所介護（デイサービス）

デイサービスセンターなどで、食事、入浴などの支援を日帰りで行います。

### 3 訪問を受けて利用できるサービス

いわゆる訪問ヘルパーの他、通院などに限って利用できる、通院等乗降介助があります。（ヘルパーの資格を持って介助もできるドライバークタクシーで送迎する介護タクシーです）

#### ●訪問入浴介護

介護職員と看護師が御自宅を訪問し、浴槽を提供して入浴介護を行います。ご自宅の環境にもよりますが、水道のみ提供していただき、訪問入浴の車で沸かして、介助します。

#### ●訪問リハビリテーション

リハビリスタッフが、御自宅を訪問し、リハビリテーションを行います。

#### ●訪問看護

疾病等を抱えている人に対して看護師が訪問し、御自宅での療養上の世話などを行います。

### 4 ご自宅以外の場所で生活支援を受けるサービス（ショートステイ）

退院して直ぐに御自宅で独りで生活する事が困難な方は特別養護老人ホームや介護老人保険施設に一定期間入居してリハビリを行います。自宅へ帰る準備をする方法もあります。

最後に、介護保険料は40歳を過ぎたら皆さんが納めています。

自動車保険や生命保険は言ってみれば、加入している事で安心できる「転ばぬ先の杖」と考えればいいと思います。

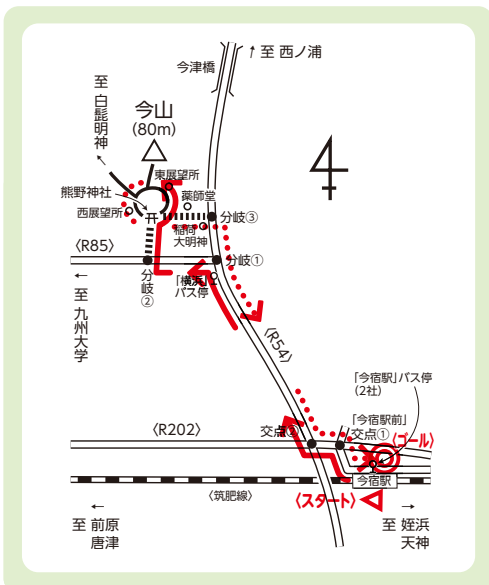
それに対して介護保険は「転んだ後の杖」です。介護が必要になったら

どんな介護サービスが利用できるのか、どんなサービスを受けたいのか、考えてみることはいかがでしょうか。



▲左：毘沙門山／右：能古島（東展望所より）

き返す。東展望所から約30分。  
 範囲 福岡市西区横浜  
 歩行距離 3・5km  
 歩行時間 60分  
 一ロメモ 落葉する季節であれば、西展望所からも木の間を通して可也山、糸島平野などが望める。





今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

高齢者教室

秋をいただく料理教室

日時 10月24日(火)  
10:00 ~ 12:00

◎場所 西陵公民館 講堂  
◎対象 60歳以上の人  
◎指導 管理栄養士 竹下和子さん  
◎費用 500円(老人クラブ加入者は無料)  
申し込み:10月1日~20日まで(定員30名)  
\*みなさんを楽しんで元気にする料理教室です。  
エプロン・三角巾を持って来てください。



子育てミニミニひろば

シールあそび

日時 10月19日(木)  
10:00 ~ 12:00

◎場所 西陵公民館 児童等集会室  
◎対象 0~3歳児と保護者  
◎指導 保育士 大歯美穂子さん  
\*乳幼児を持つ保護者が、仲間づくりと楽しい子育てを学習しています。



サークル対象 AED講習会

日時 10月31日(火) 10:00 ~ 11:30

◎場所 西陵公民館 講堂 \*興味のある方、一般参加できます。  
◎対象 西陵公民館サークル  
◎指導 消防局救急課市民啓発係



詳しくは公民館にご確認ください。

健康講話

《 今月の腰痛について 》

とき 平成29年10月21日(土)  
午前10時より午前11時まで

場所 医療法人西福岡病院 本館3階会議室

☎ 092-881-1331

住所 西区 生の松原3-18-8

講師 リハビリテーション科 理学療法士 向井 友一

会費 無料

お問い合わせ先

医療法人 西福岡病院 総務課 ☎092-881-1331

外来診察表

診療科目	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
内科	中村	中村	中村	飯田	中村	児玉		オンコール		飯田/北原	飯田/交代
	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)		渡辺	
呼吸器内科			高野	高野	落合(2・4)	吉川	高野	高野	吉川	落合	
	國武	國武	國武	國武	國武(1・3・5)	國武			國武	國武	
消化器内科	安藤(予約制)/山田		安藤(予約制)/山田	宮本	安藤(予約制)/宮本		安藤(予約制)/宮本		安藤(予約制)/山田		
循環器内科	大園	松尾	松尾	松尾	松尾	大園	松尾	松尾	大園/松尾		
糖尿病内科	下田		井野	下田		下田	下田		井野		
神経内科	非常勤				非常勤		非常勤				非常勤
外科	中垣		非常勤		中垣		中垣		非常勤		非常勤
整形外科/リハビリテーション科	瀬尾	高比良	高比良		瀬尾	高比良	瀬尾		高比良	瀬尾	非常勤
泌尿器科		非常勤		非常勤				非常勤			
皮膚科	鈴木		鈴木		鈴木		鈴木		鈴木		
眼科	非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		
耳鼻咽喉科	非常勤		非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		非常勤		非常勤
婦人科			非常勤						安藤		非常勤
緩和ケア内科			川上	川上					川上	川上	
腫瘍内科							川上				
禁煙外来					國武(予約制)						

※ご質問は各科担当医あるいは外来看護長、外来医長までおたずね下さい。

※変更の場合がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎092-881-1331までおたずね下さい。(一覧表もごさいます。)

第16回

病院フェア

日時 平成29年10月21日(土)  
午前10時~午後3時40分

場所 西福岡病院 正面玄関・  
1階フロア・3階会議室

★楽しいイベント盛りだくさん、皆様のご参加を心よりお待ちしております。

- 10:00~11:00 健康講話「腰痛について」
- 11:00~ ハンドマッサージ
- 12:00~ 出店(的当て、たこ焼き、ホットドッグ、ベビーカステラなど)
- 13:00~ ステージ(歌・踊り、園児ダンスなど)
- 骨密度測定 肺年齢測定
- 14:30~ チャリティーバザー
- 15:10~ ビンゴゲーム大会

もちつきもあるよ!!  
12:00~

※都合により、内容が一部変更になる場合がありますのでご了承ください。

当日は地下鉄煙浜駅・JR 下山門駅より送迎バスを運行しております。臨時便も運行決定!(病院発) 14:30 15:45



●発行 医療法人 西福岡病院

〒819-8555 福岡市西区生の松原3-18-8 ☎ 092-881-1331・FAX 092-881-1333  
(事業者個別番号) <http://www.nishifukuhp.or.jp>