

美幌町地域 包括支援センターだより

介護保険サービス③

～介護サービスの種類と支援内容(町内施設)～

介護老人保健施設



(介護老人保健施設ア メニティ美幌)

要介護者であっても在宅復帰を目指している方を対象とし、可能な限り自立した生活を送ることができるよう、リハビリテーションをメインとする施設です。

認知症対応型 共同生活介護 (グループホーム)



(グループホームほう ゆう、あさひグループ ホーム、するーらいふ 美幌、グループホーム 和とりさと館)

認知症の高齢者が9人で共同生活をし、家庭的な雰囲気の中で、入浴・排泄・食事等の介護や機能訓練を行います。

住宅型有料 老人ホーム



(リビングケア・シー ズン美幌)

住宅型有料老人ホームは、生活支援・食事・緊急時の対応といったサービスを受けられるほか、外部の介護サービスを自由に選択できる施設です。

介護老人福祉施設



(特別養護老人ホーム 緑の苑)

常に介護を必要とする人に対して、入浴や食事などの日常生活を送る上での支援や機能訓練、療養上の世話をすることを目的とした施設です。

※介護保険サービスのことをもっと詳しく聞きたいなどございましたらお問い合わせください。

地域包括支援センター(窓口9番)

☎ 75-3220 FAX 73-4787

平日 8:45～17:15

けんしんであんしん

しゃきっとプラザで実施する健診

申し込みは先着順となっています。申し込み状況で×と記載している時間帯でも検査内容により申し込みが可能な場合もあります。

【特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん検診、
ピロリ菌検査、エキコックス検査、肝炎検診】

	6:30	7:00	7:30	8:00	8:30	9:00	9:30	10:00	10:30
12月3日(木)	×	×	×	×	×	×	×	×	△
12月4日(金)	×	○	×	×	○	×	×	○	○
12月5日(土)	×	×	△	×	○	○	○	○	○

【レディース検診】

	実施する検診	午前 (9:00～10:30)	午後 (12:30～14:00)
2月21日(日)	乳がん検診 大腸がん検診 骨粗しょう症検診	○	○
2月22日(月)	骨粗しょう症検診	△	○

※子宮がん・乳がん検診の受診間隔は2年に1回です。
※骨粗しょう症検診は、令和9年3月までに40歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる女性が対象です。

○: 申し込み可 △: 若干名申し込み可 ×: 申し込み不可
☎ 保健福祉課 健康推進G ☎ 77-6545

おしゃべりカフェ

HP 18993

認知症の方とその家族、認知症に関心のある地域の方、サポートしたい方が集まって、ゆっくり気軽にお話や相談ができるカフェです。

日 11月29日(日) 13:00～15:00

☎ しゃきっとプラザ 1階集団健診ホール

¥ 無料 申 不要

介護を学ぼう会

～一人で悩まない、抱え込まないために～

介護をしている方、介護に関心のある方と一緒に学び、介護の疑問、悩みや介護の体験談など情報交換をしませんか。

日 11月14日(土) 10:00～11:30

☎ 町民会館2階 会議室5

内容

「生前整理って何？」

どんなことを聞いて一緒に考えよう」

講師 フジケンビルサービス

代表取締役 畠山 隆 氏

共催: アメニティ美幌指定居宅介護支援事業所

申 問 美幌町地域包括支援センター ☎ 75-3220

毎年秋から冬にかけては、インフルエンザの流行シーズンです。インフルエンザは高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては重症化するおそれもあります。流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや周囲にうつさないようにすることが重要です。感染症から自分や周りの大切な人を守るため、感染対策を心がけましょう。

①換気

換気によって、空気中のウイルス等を外に追い出すことができます。

- 対角にある窓を2か所以上開ける
- 窓が1か所しかない場合…換気扇を常につける、扉を開ける



②マスク着用等の咳エチケット

咳エチケットによって、ウイルス等を含んでいる飛沫が広がるのを防ぐことができます。

- マスクを着用する
- マスクがない時…

ティッシュやハンカチで口・鼻を覆う
口と鼻を覆ったティッシュはすぐに
ゴミ箱に捨てましょう

- とっさの時…袖で口・鼻を覆う



④人混み回避

熱や咳等、体調不良を感じている人は、人が多く集まる場所に行かないようにしましょう。

特に高齢者、基礎疾患のある方、妊婦の方は、人混みや繁華街の外出を控えましょう。

⑤十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日頃から心がけましょう。

⑥適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度(50%～60%)を保つことも効果的です。

⑦流行前のワクチン接種

インフルエンザを発病した後、多くの人は1週間程度で回復しますが、中には肺炎や脳症等の重い合併症が現れ、重症化してしまう人もいます。インフルエンザワクチンを打つことで、発病の可能性を減らすことや、重症化を予防することが期待できます。

一手を洗うタイミング～

- 帰宅時
- 調理の前後
- 食事前
- トイレの後
- おむつ替えの後
- くしゃみや咳などを手で押さえたときなど



問 保健福祉課 健康推進G ☎ 77-6544

参考) 内閣感染症危機管理統括庁、新型インフルエンザ等の感染症に関する広報・啓発資料、
政府広報オンライン、インフルエンザの感染を防ぐポイント「手洗い」「マスク着用」「咳(せき)エチケット」

Health
健康
メス

感染症から身を守るために