

ご自由にお持ち帰り下さい

# かにえ だより

2021年秋号

☆今月の特集☆

“通所リハビリテーション”  
“訪問リハビリテーション”

**元気高齢者募集中!**

働くからこそ、元気になる!  
働いて、元気な時間を過ごしませんか?



# 尾張温泉かにえ病院 通所リハビリテーション

こんな方は一度ご相談下さい

- 病院のリハビリが終了となってしまったが、リハビリを続けたい
- 運動の機会が少なく、体力の低下が心配
- レクリエーションはせずに、集中的にリハビリをしたい
- 入浴・食事はせず、短時間で運動をしたい

## 利用時間・定員

	利用時間	定員
1 単位	8:45~10:00	10人
2 単位	10:15~11:30	10人
3 単位	12:30~13:45	10人
4 単位	14:00~15:15	10人
5 単位	15:30~16:45	10人

営業日：月曜日～金曜日営業

定休日：土曜日、日曜日、年末年始

※祝日は営業しています。

## リハビリ内容

- 利用者さんに合わせた個別リハビリ
- 生活行為の動作練習
- 少人数で行う集団体操
- 自宅で行う運動の提案や練習
- マシントレーニングによる筋力強化
- 介助方法に関する相談

※定期的に歩行速度やバランス能力、日常生活等に関する確認・評価を行い、リハビリ内容の見直しをします。



## 利用料

<自己負担金：負担割合 1 割の場合>

### ●要支援の方

要支援 1	2,053 円/月
要支援 2	3,999 円/月
運動器機能向上加算	225 円/月
事業所評価加算	120 円/月

### ●要介護の方

要介護 1	366 円/回
要介護 2	395 円/回
要介護 3	426 円/回
要介護 4	455 円/回
要介護 5	487 円/回

リハマネジメント加算 A11	開始～6ヶ月 560 円/月
リハマネジメント加算 A12	6ヶ月後～ 240 円/月
理学療法士等 体制強化加算	30 円/回
短期集中リハ加算 (退院より3ヶ月)	110 円/回
送迎減算	-94 円/回

## ご利用までの流れ

担当ケアマネージャーにご相談下さい

利用申し込み

説明・契約等

サービス担当者会議等

利用開始

## ご利用の流れ(例)

### 測定

運動開始前に血圧・脈拍・体温などの健康チェックを行います。

### 運動

- 体力の向上、バランスの強化
- 集団体操
- 歩行訓練 等

### 治療

- 個別リハビリ
- 電気や機械を使った治療

### 評価

定期的に身体機能や生活状態などの評価を行います。

### 測定

利用終了時に血圧・脈拍等の確認を行います。

目標達成に向けてリハビリの専門知識を持ったスタッフがサポートします。

# 尾張温泉かにえ病院 訪問リハビリテーション

## こんな方は一度ご相談下さい

- 退院後在宅での生活に不安がある
- 自宅の環境を見直して、住宅改修や福祉用具を選定したい
- 家族が介助できるか心配
- 買い物や屋外での活動ができるか心配
- 自宅で行えるトレーニングを教えてください

## 利用時間

営業日：月曜日～金曜日営業  
9:00 ~ 17:00

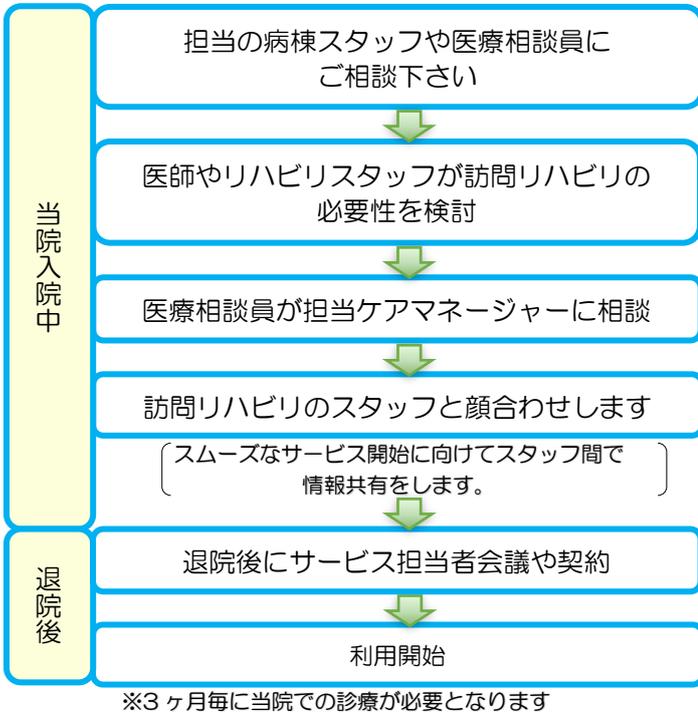
定休日：土曜日、日曜日、年末年始  
※祝日は営業しています。

## リハビリ内容

- 利用者さんに合わせた個別リハビリ
- 自宅内での日常生活動作の練習  
(ベッド周辺での立ち座りやトイレ動作の練習、入浴動作の練習などを行います)
- 屋外で行う活動の練習や評価  
(散歩、買い物、畑での活動等を訪問リハビリで練習します)
- ご家族への介助方法の伝達
- 自主トレーニングの方法を提案



## ご利用までの流れ



## 利用料

<自己負担金：負担割合 1割の場合>

### ●要支援の方

要支援 1・2	307円/20分あたり
サービス提供加算	3円/20分あたり
短期集中リハ加算	200円/1日あたり
1ヶ月あたりの合計	6,776円

### ●要介護の方

要介護 1~5	366円/20分あたり
サービス提供加算	3円/20分あたり
短期集中リハ加算	200円/1日あたり
リハマネ A1 加算	180円/1ヶ月あたり

1ヶ月あたりの合計	6,962円
-----------	--------

※1ヶ月あたりの合計は、1回の訪問リハビリで40分を週2回実施した計算となります。

### ●保険給付対象外利用料金

事業の実施地域を超えて行う交通費

片道3km以上 4km未満	300円
片道4km以上	1kmを超える毎に 100円

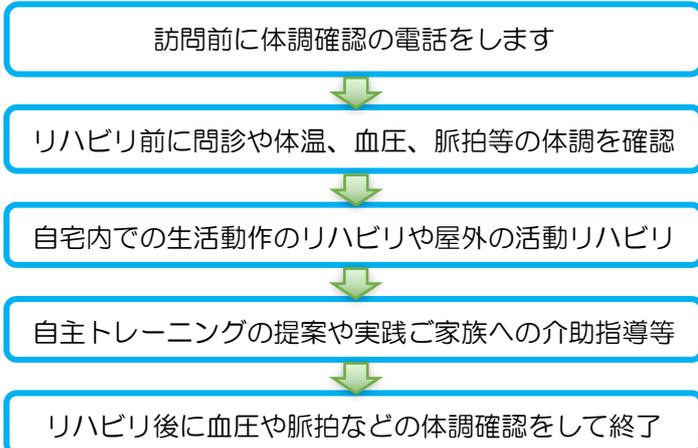
※当院より自動車で片道30分以上かかる場合は相談して下さい。

## 訪問可能地域

蟹江町全域、愛西市、あま市、津島市、弥富市、名古屋市の一部地域

(当院から片道3kmを超える場合は、交通費請求の対象となります)

## ご利用当日の流れ



※リハビリは1回あたり40~60分実施

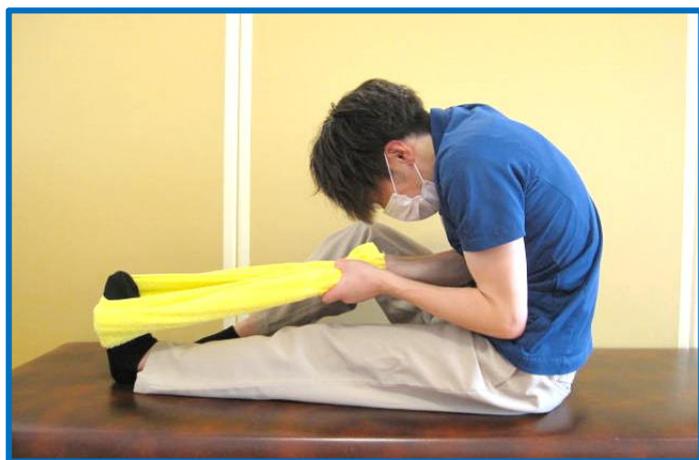
実際の生活環境でのリハビリにより  
動作の定着を目指します。

# おうち体操

## バスタオルを使った体操編

どこのお宅にもある“バスタオル“を使い、おうちでエクササイズを行ってみませんか？  
普段は身体を拭くために使用しているバスタオルはお家の中で運動するには優秀な道具にもなります。  
バスタオル 1 つでストレッチや筋力トレーニングなど多種多様な運動を行なうことができます。  
今回はバスタオルを使ったストレッチ体操を 2 つご紹介いたします。

### ～ふくらはぎ・太もものストレッチ～



- ① どちらかの脚を伸ばし反対側の脚を曲げます
- ② バスタオルを伸ばしている脚に掛けます
- ③ バスタオルをゆっくりと自分の方向へ引っ張ります
- ④ ③と同時に身体も前に倒します

※15 秒程度引っ張り元の姿勢に戻ります。引っ張っている時、呼吸は止めず自然な呼吸を意識して下さい。



- ① どちらかの脚を伸ばし反対側の脚を曲げます
- ② バスタオルを曲げている脚に掛けます
- ③ バスタオルをゆっくりと天井に向かって伸ばします
- ④ ゆっくりと下ろし①の姿勢に戻ります

※膝が曲がらないように意識して 15 秒程度引っ張ります。引っ張っている時なるべく真上を見てください。

## 夏なすと秋なすの違い

なすは夏野菜のイメージがありますが、実は夏・秋どちらも旬です。

6月頃から収穫されたものを夏なす、9月以降に収穫されたものを秋なすと言います。

夏なすは暑い時期に成長するので、強い日光を浴びて皮が厚く実の詰まった食べ応えのあるなすになります。煮崩れしにくい為、煮物やスープにするのがおすすめです。

秋なすは穏やかな日光の中で育つので、皮が柔らかく水分を多く含むみかみやうまみが強いと言われています。甘みやうまみがつよいので素材を生かした調理がおすすめです。

## 栄養

なすの皮に多く含まれる「ナスニン」はポリフェノールの一種で発がんや老化を抑制する抗酸化作用があります。

また、カリウムが多く含まれるため、むくみの解消や血圧を下げる効果があるとされています。

## 調理のコツ

ナスニンをはじめとしたなすの栄養成分は皮に多く含まれている為、皮ごと調理しましょう。なすは油との相性が抜群です。油でコーティングすることで栄養成分の流出を防ぎ、ナスニンなどの栄養を比較的留めておくことができます。

また、ナスニンやカリウムは水に溶けだしやすいため、水に長くつけないようにしましょう。

## 保存方法

なすは冷気に弱い為、そのまま野菜室に入れてしまうと変色や軟化につながります。

表面の水気を拭きとり1つずつラップに包み保存袋に入れて野菜室で保存しましょう。



## 栄養士おすすめレシピ なすの油うどん

### <材料>

- ・なす 小1本
- ・温泉卵 1個
- ・ねぎ 1本
- ・冷凍うどん 1玉
- ・揚げ油 適量
- ★オイスターソース 小さじ2
- ★醤油 小さじ2
- ★鶏ガラだし 小さじ1/2
- ★ゴマ油 大さじ1/2
- ★砂糖 小さじ1
- ★酢 小さじ1

### <作り方>

- ① なすはへたを取って縦半分に切り、皮目に6~7mm間隔の切込みを入れる。さらに縦半分、長さ半分に切る。
- ② ①を170度の油で2、3分揚げる。
- ③ 冷凍うどんは皿にだし、レンジで加熱する。  
(各メーカーの時間で加熱してください。)
- ④ ボールに★を全て入れよく混ぜ合わせる。
- ⑤ ④に③を入れよく絡める。
- ⑥ 皿に絡めた麺を盛り、上に揚げたなす、温泉卵、小口切りにしたねぎをのせたら完成。



※⑤の残ったたれにコチュジャンを加え好みの蒸し野菜を入れ混ぜると簡単ピリ辛中華和えができます。

# 老健かにえ 行事紹介

7月に七夕飾りを実施しました。短冊に願いごとを書いたり、きれいな花飾りを利用者の方々と一緒に飾ったりと協働し楽しく行いました。四季毎のいろんな行事を利用者の皆さんと楽しみながら、予定通りに行えればいいなと思います。

春	【入所】 レクリエーション ・ひな祭り会(3月) ・花見(4月)	クラブ活動 ・音楽(3月) ・手芸(4月) ・書道(5月)	夏	【入所】 レクリエーション ・七夕会(7月) ・スイカ割り(8月)	クラブ活動 ・美術(6月) ・料理(7月) ・音楽(8月)
	【デイ】 レクリエーション ・壁紙作り	クラブ活動 ・手芸・料理 ・書道		【デイ】 レクリエーション ・壁紙作り	クラブ活動 ・手芸・料理 ・書道
秋	【入所】 レクリエーション ・敬老会(9月) ・ハロウィン(10月)	クラブ活動 ・手芸(9月) ・書道(10月) ・美術(11月)	冬	レクリエーション 【入所】 ・クリスマス会 花もち作り(12月) ・初詣(1月) ・豆まき(2月)	クラブ活動 ・料理(12月) ・書道,美術(1月) ・料理(2月)
	【デイ】 レクリエーション ・壁紙作り	クラブ活動 ・手芸・料理 ・書道		レクリエーション 【デイ】 ・壁紙作り ・花もち作り(12月)	クラブ活動 ・手芸・料理 ・書道

2021年度  
年間行事予定  
レクリエーション  
クラブ活動



いつまでも元気  
笑顔で過ごす  
コロナ終息  
宝くじが当たりますように



行事食  
七夕をイメージした内容で  
見た目も可愛く、とても美味  
しく頂きました



## 医療相談について

当院では、安心した療養生活を送れるよう「患者サポートセンター」を設置しております。

ケガや病気になった時、患者さんが治療に専念できるよう生活上・制度上の問題や心配事などについて総合的に考え、解決に向けてお手伝いを致します。

サポートセンターへのご相談は、外来の患者さんでもご利用可能です。お困りごとなどの際はお気軽にお声掛け下さい。



## 新型コロナウイルスワクチン接種について



当院では、令和3年4月26日より蟹江町民の方を対象に、新型コロナウイルスワクチン接種を実施してきました。

平日の水曜日・木曜日の昼 12:30 から 13:20 の枠で行っており、今までに合計 1,781 回(約 890 人分)接種してきました。(9月2日現在)蟹江町住民の接種率としては 65 歳以上が約 92%、64 歳～60 歳が約 78%、59 歳～50 歳が約 58%となっており、今後も進んでいくと思われます。

地域に貢献できる病院（地域に根差した医療を提供する病院）を目指して参りますので、今後ともどうぞよろしくお願い致します。

## スタッフ納涼祭りについて

今年もコロナ禍で大変ですが、スタッフ及び清掃・給食業務委託会社の皆さんの熱中症回避・ストレス解消を願い、法人主催のアイスクリーム祭りを行いました。

毎朝大量に補充しましたが、夕方にはアイスストッカーが空になってしまうほど盛況ぶりで、4日間の開催で合計 600 個以上の高級アイスクリームと約 150 本のアイスキャンディーがあつという間に無くなったのは言うまでもありません。

最終日は延長して欲しいという声のなか、残念ながら終了となりました。



## 外来診療担当医表

		月	火	水	木	金	土
午前	受付時間：8：00～11：30（診療時間：9：00～12：00）						
	内科1	榊原院長 (神経内科)	下野 (神経内科)	榊原院長 (神経内科)	榊原院長 (神経内科)	榊原院長 (神経内科)	—
	内科2	太田 (循環器内科)	岡本 (総合診療科)	医師 (循環器内科)	稲本 (総合診療科)	伊藤 (神経内科)	前田 (神経内科)
	内科3	—	—	—	清瀬 (糖尿病内科)	服部 (消化器内科)	—
	整形外科	坂野副院長	藤井	坂野副院長	山口	坂野副院長	坂野副院長 非常勤医 (交代制)
午後	受付時間：16：00～18：30（診療時間：17：00～19：00）						
	内科1	太田 (循環器内科)	—	非常勤医 (リウマチ科) (17：45～)	—	医師 (交代制)	—
	整形外科	医師 (交代制)	医師 (交代制)	坂野副院長	—	—	—

- 診察は予約制ではありません
- 介護保険でのリハビリ（通所リハ）も行っていますが、医療保険のリハビリとの併用はできません



## ～お知らせ～

### ➤ 健診センター

- ・今号に掲載した記事の通り、各種健診を行っています
- ・ご予約についてはお電話または受付窓口までお気軽にお問い合わせください  
☎ 0567(96)2000(代表)

### ➤ 介護老人保健施設かにえ

- ・お電話または受付窓口で、お気軽にご相談ください  
☎ 0567(96)7001(代表)



### ➤ 居宅介護支援事業所かにえ

- ・お気軽にご相談ください  
☎ 0567(96)7009(直通)



医療法人瑞頌会 <sup>すいしょうかい</sup> 尾張温泉かにえ病院



在宅療養総合支援センターかにえ

編集・発行：広報委員会 発行年月日：令和3年10月1日