



はっぴ〜66

2019
12月号
No.083

発行 株式会社はっぴーライフ 本社:武蔵野市吉祥寺東町1-17-18三角ビルB1 電話:0422-28-5051 FAX:0422-28-5052



12月イベント情報

吉祥寺事業所・小金井事業所

クリスマス会



Nice Smile



ハロウィンイベント



小濱道博

小濱介護経営事務所代表
NKK 一般社団法人日本介護経営研究協会 専務理事
C-SR 一般社団法人介護経営研究会 専務理事
一般社団法人介護事業支援会 理事
C-MAS 介護事業経営研究会 顧問 ほか

小濱道博先生コラム

今、2021年介護保険法改正の審議が終盤を向かえています。既出の改正点に、利用者の自己負担1割の導入が挙げられていることはご存じの通りです。ここで、新たな論点が浮上してきました。それは、①、ケアマネジャーへの新たな処遇改善の実現。②、管理者を主任ケアマネジャーとする人員基準要件の経過措置を3年の延長の可否。③、地域包括センターからの予防ケアプラン受注の見直し。の三点です。新たな処遇改善の具体的な内容と方法については、それが加算として新設される場合は、来年の介護給付費分科会における介護報酬改定の審議に持ち越されます。ただ、その必要性が高いと判断された場合は、今回の介護職員等特定処遇改善加算同様に、年明け早々に審議が始まり、来年10月から導入という可能性も捨てきれません。多くのケアマネジャーは、期待と不安を持って、その審議の推移に注目することになります。主任ケアマネジャー要件の経過措置の3年延長は、改正直前にケアマネジャーの資格を取得して居宅介護支援を開設した場合、専従期間5年とならずに主任ケアマネジャー資格を取得することが確実に出来ないことが大きな理由です。利用者保護を考えると当然と考えます。

黒ちゃん



はっぴ〜ライフ吉祥寺の黒崎です。
 さあ〜、夏に向日葵、秋にはコスモスを種から育て失敗。生き物は本当に難しい事を実感。そんな私に「初めての花づくり」が届きました。毎日、読んで勉強。
 現在、はっぴ〜ライフ吉祥寺には、様々な花を育てています。
 「プリムラ」「シクラメン」「アイビー」「なでしこ」。春に向けチューリップの球根にも挑戦。
 土はかわいてないかなあ？枯れた部分はないかなあ？など観察。新しい蕾を見ると本当に嬉しい気持ちになります。
 さ〜あ。チューリップが咲く春が楽しみです。

ともちゃん



こんにちは。新小金井事業所の山岸です。
 ラグビーワールドカップ、燃えましたね〜！日本代表はベスト8！この歴史的快進撃に感動！感動！とにかく感動！本当に胸が熱くなりました！
 私には兄がいるのですが、高校からラグビーをしています。そしてなんと今でもやっています。
 私が中学生の頃、兄からなぜかラグビー指導を受け、筋トレ・ボールパス・フェイント等練習していました。今思うとよく付き合っただけだと思います(笑)
 広島にいるのでなかなか会えないのですが、春頃に会った時は、大学生と試合をして肉離れをおこしたと足をひきずっていました。もう歳なのでほどほどにして欲しいですね(笑)
 とにかく4年後のワールドカップ！期待しています！！

カトちゃん



こんにちは。はっぴ〜ライフの加藤です！
 この時期になると風邪の予防に、毎朝緑茶を飲むようにしています。お茶は温度帯により成分の優位性がかわる、という話を知りました。40度前後では、テアニン優位でリラックス効果、50〜60度ではカテキン優位で疲労回復効果、80度以上でカフェイン優位で覚醒効果となるそうです。
 この事柄を頭に入れ、石田三成と秀吉の逸話【三献茶】を見ると偉人と偉人の凄さがより理解できます。朝一杯のお茶から一日を始めるのも、とても良い習慣ですよ。

ヒロタカ君



「健康習慣が意志力を鍛える」
 こんにちは。3RD Place マネージャーのヒロタカです。
 カラダの衰えを放っておいたり、疲れたからといって寝てばかり、食事は偏るなど、日々の身体への努力を怠っていることは、5年後、10年後の健康は考えていないと言っているようなものです。日頃から「健康を意識を置いての食事」や「運動の継続」などは、良いことはあっても悪いことはないと思います。自分のカラダの健康を向上させる習慣を行うことで「自己の強さ」を手にすることができると思います。「意志力」を鍛えるのは、日々の小さな積み重ねと成功体験だと信じているからです。
 朝起きてのコップ一杯の水、朝食、ジョギングなど、何でも良いので、まずは一つだけ継続することをお勧めします。小さな成功体験の積み重ねが、大きな成功体験を作るきっかけや機会となるからです。

お風呂のお湯は毎日温泉を使用しています！



吉祥寺事業所

tel 0422-28-5061 fax 0422-28-5062

| 曜日 | 受入可能人数 | プログラム ここがお勧め！ | 平均介護度 |
|----|--------|---|-------|
| 月 | 要相談 | はっぴ〜ミュージック 歌クイズなど、脳トレも取り入れた活動になっています！ | 要介護 2 |
| 火 | 1名 | クラフト・麻雀 クラフトでは、皆様で協力して季節に合わせた作品作りを行っています！ | 要介護 2 |
| 水 | 1名 | ペーパークラフト 季節に合わせた、フロアの装飾も皆様で作っています！ | 要介護 3 |
| 木 | 要相談 | はっぴ〜ミュージック・麻雀 季節の歌や笑いヨガなど賑やかにしています！ | 要介護 2 |
| 金 | 要相談 | シアターカラオケ 思い思いの曲を、皆様よりリクエスト頂いております！ | 要介護 2 |

小金井事業所

tel 042-386-6881 fax 042-386-6882

| 曜日 | 受入可能人数 | プログラム ここがお勧め！ | 平均介護度 |
|----|--------|--|-------|
| 月 | 3名 | 書道・クラフト、トレーニング はっぴ〜ミュージック 季節の歌を皆様で賑やかに楽しめます！ | 要介護 2 |
| 火 | 2名 | 書道・クラフト、トレーニング はっぴ〜ミュージック サンドバックを使ったトレーニングも好評です！ | 要介護 2 |
| 水 | 3名 | パンクラフト・はっぴ〜ミュージック 毎年恒例になっている干支置物作りも行います！ | 要介護 1 |
| 木 | 要相談 | クラフト・はっぴ〜ミュージック フロア内の装飾も四季に合わせて皆様で行っています。 | 要介護 3 |
| 金 | 要相談 | ソーイングサークル はっぴ〜ミュージック 昔取った柄柄、皆様の手際が見事です！ | 要介護 2 |
| 土 | 要相談 | 音楽療法 好きな歌を、気の合う仲間と楽しんでいます！ | 要介護 2 |

見学、お問合せは各事業所までお問合せ下さい。



吉祥寺事業所 ☎0422-28-5061

小金井事業所 ☎042-386-6881

3RD Place キックボクササイズ
ファンクショナルトレーニング ヨガ等

三鷹駅にあるフィットネスジムです！はっぴ〜ライフの関連会社です！
ご興味がある方はHPをご覧ください！

TEL 0422-60-2286 HP <http://www.bodymakestudio.com>