



# はっぴ〜66

2020  
3月号  
No.086

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



## 3月イベント情報

吉祥寺事業所・小金井事業所



### ひな祭りイベント



## Nice Smile



## 節分・バレンタイン



### 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

消費税増税の直後であることから、大きな改正は次回以降に先送りされました。しかし、単に先送りされただけで、次回2024年制度改正審議で再び取り上げられると共に、成立の可能性が高いことは言うまでもありません。その先送りの反動が介護報酬改定に向く可能性も高く、春から始まる報酬改定審議は予断を許さない状況です。その中で、高額介護サービス費の基準を、診療報酬に合わせて年収基準とすることが実施されます。年収770万円までは従来通り44,400円が上限ですが、770万円を超えると93,000円、1160万円を超えると140,100円が上限となります。また、補足給付の対象者を、第3段階が①と②の2区分に分けられます。第3段階①は、世帯全員が市町村民税非課税で、かつ本人年金収入等80万円超120万以下であること。第3段階②は、世帯全員が市町村民税非課税かつ本人年金収入等120万円超であることとされました。その上で金額にして月22,000円が、第3段階②の利用者の負担増となります。現在の資産基準である単身者1000万円以下の預金残高を、第2段階 650万以下、第3段階① 550万以下 第3段階② 500万以下とします。入居費用を自腹で支払い、預金残高が500万以下になるまで補足給付が受けられません。

黒ちゃん



皆様、はっぴ〜ライフの黒崎です。  
今吉祥寺事業所では、【チューリップ】や【ユリ】の球根がスクスクと成長しています！  
スタッフの毎日のお世話のお陰で、春には見事な花を咲かせてくれそうです！  
皆様からは、『あら、すごく伸びたわね』『どんな花が咲くか今から楽しみね』と来所時の楽しみにして頂いております！季節のお花を、これからも育てていきたいと思っております！



ともちゃん



こんにちは。新小金井事業所の山岸です。  
先日、父が運転免許の自主返納をしました。80歳も過ぎたので、悩みに悩んだ末決断しました。  
父は運転するのが好きで、よく家族をドライブに連れて行ってくれました。  
私が学生の頃などは雨の日や、帰りが遅くなった時などは駅まで迎えに来てくれたり、父と車はいつも一緒でした。  
家族のような存在だったと思います。  
車がなくなり寂しそうにしている父。まだ回復には時間がかかりそうです。これからは私が運転して父をドライブに連れて行こうと思います。

カトちゃん



こんにちは。はっぴ〜ライフの加藤です！  
コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症が今年は世界的に流行しています。  
対策としては、感染リスクを下げ免疫力を落とさない事になります。感染リスクを下げるには、手洗い・うがいの他、マスクをつける、人が集まる場所を避けるなど様々あります。手洗いでは、手首や爪周りしわなどしっかりと洗いをしないと予防効果が下がってしまいます。免疫力を落とさない為には、睡眠(休息をしっかりとる)、食事などになります。  
生活リズムを整え、皆様で元気に過ごしましょう。

ヒロタカ君



『最初のスタートは小さくする』  
こんにちは！  
3RD Placeマネージャーのヒロタカです。  
運動もしたいけど、なかなか継続できないと声をよく聞きます。何でもそうですが、新しく始めたことを継続するのは難しいです。  
そこで『最初のスタートを小さくする』ことをお勧めします！例えば、目標が『-5kgダイエットする』にします。まずはジムに週1回通うのを目指しましょう。トレーニング時間は、1時間だけ頑張ってみましょう。食事モ夕食の少しだけ糖質制限するなど、小さな目標達成を目指しましょう。  
その小さな成功体験を積み重ねていくことで、自信になり大きな成功に繋がるかと思っております。

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  | 2名     | はっぴ〜ミュージック<br>歌の合間には、脳トレを交えて行っています！    | 要介護 2 |
| 火  | 3名     | クラフト・麻雀<br>クラフトは脳トレにもなる手先の運動にもってこいです！  | 要介護 2 |
| 水  | 3名     | クラフト<br>人気のカレンダー作りを行っています！             | 要介護 3 |
| 木  | 要相談    | はっぴ〜ミュージック・麻雀<br>季節の歌を中心に様々な曲を楽しんでいます！ | 要介護 2 |
| 金  | 2名     | シアターカラオケ<br>様々な年代の曲を楽しむことができます！        | 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     | クラフト、はっぴ〜ミュージック<br>皆様で協力して、壁に飾る作品を制作しています！ | 要介護 2 |
| 火  | 2名     | 書道、はっぴ〜ミュージック<br>書道は、集中力が高まりリラックス効果も得られます！ | 要介護 2 |
| 水  | 3名     | クラフト・はっぴ〜ミュージック<br>季節感のある作品作りを行っています！      | 要介護 1 |
| 木  | 要相談    | クラフト・はっぴ〜ミュージック<br>毎月恒例のカレンダー作りも好評頂いております！ | 要介護 3 |
| 金  | 要相談    | クラフト、はっぴ〜ミュージック<br>元気な歌声が、フロア一杯に響きます！      | 要介護 2 |
| 土  | 要相談    | 音楽療法♪<br>毎回テーマを決めて楽しんで頂いております！             | 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>