



イベント情報

8月イベント 納涼祭



Nice Smile



紫陽花ドライブ



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

財務省は、財政健全化に向けた建議の中で、利用者の自己負担を原則2割負担とする論点が健在です。それは、一気に引き上げるのではなく階段を登るように段階を踏んで、最終的に自己負担2割の実現に持って行くとしています。じき介護保険法改正では、現在は利用者全体の20%である自己負担2割以上の対象を、25%に引き上げる事となるでしょう。利用者の4人に一人が該当します。医療保険の後期高齢者への自己負担2割化を実現したことから、次は介護保険の自己負担2割化に舵取りを進めます。医療保険も介護保険も、想定される自己負担2割対象の分岐点は年収200万円です。この年収基準となった場合、企業年金などの受給者の多くは該当すると思われます。そのときに利用者は、介護も医療も、現在の支払額の倍額を支払うこととなりますが、年金自体の受給額は変わりません。利用するサービスを選別して、今までと同額の支出に抑える利用者が出ることは間違いありません。その事態を想定して、支払が倍になっても使い続けたいと思わせる介護サービスの提供が出来るかが重要です。次期改正は、多くの介護サービス事業者にとっての大きな経営上の分岐点になっていきます。

黒ちゃん



皆様、こんにちは。はっぴーライフの黒崎です。先月の66新聞で紹介した「ミニ向日葵」が開花しました!! 葉っぱは虫に食べられてしまいましたが、花は元気に咲きました。

いや～。向日葵は見てると元気が出ます。暑さに負けずに頑張ります。



とみちゃん



こんにちは。山岸です。

今回は私のコロナ禍での免疫力アップ食事編です。日本は食品添加物世界一位だそうです。全く食品添加物を取らないのは難しいですが、なるべく取らないように心がけています。まずは亜硝酸Na。ウイナー・ハム・たらこ・明太子などに発色剤として使われています。これは強い発がん性が認められているそうです。中には使われていないハムなどもあるので、しっかりと商品に書かれている原材料名をみて選ぶようにしています。ただ、原材料名が細かい字で見にくい! スーパーで細かい字と日々格闘しています(笑)

カトちゃん



こんにちは! はっぴーライフの加藤です! 今年の夏も、マスクと一緒に過ごす暑い夏になりそうです。感染症予防と共に熱中症対策も、取り組んでまいります。

涼しい場所、水分補給、休息を十分に摂るなど様々あります。外出の際は、直射日光対策、身体を冷やす対策で万全に過ごしていきたいと思います。

自分は、早速水で濡らすと冷たくなるタオルを熱中症対策で準備しました。スタッフと共に【水分補給】の声掛けを皆様にもさせていただきます。

ヒロタカ君



「運動で生活習慣病を予防、改善しよう!」

こんにちは。3RD Placeマネージャーのヒロタカです。糖尿病、高血圧、脂質異常症といった「生活習慣病」を予防するには、食生活の見直し、適度な運動が重要となります。運動による肥満の改善や中性脂肪の分解、インスリンの作用向上、血圧を下げる作用などは、生活習慣病の予防・改善効果に繋がります。実際に「1日30分、週2回の運動習慣がある人は、ない人と比べて生活習慣病の発症リスクが低い」ということが研究により報告されています。生活習慣病を予防するには、毎日の通勤や家事の合間なるべく多く体を動かすようにしたり、休日に運動をしたり、といった無理のない積み重ねが重要です。「無理なく、楽しんで運動を継続する」ことで心と体の健康を手に入れましょう!

お風呂のお湯は毎日温泉を使用しています!

手すき和紙作り

細かく刻んだ紙と水を混ぜ合わせます!



型に溶液を流し込み漉きます!



飾りを入れたりアレンジして乾かして完成!



新小金井事業所

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	2名	書道・クラフト、トレーニング はっぴーミュージック 書道では、作品の展示も行っています!	要介護 2
火	3名	書道・クラフト、トレーニング はっぴーミュージック 季節のカレンダーづくりも好評いただいています!!	要介護 2
水	要相談	クラフト・はっぴーミュージック 作品作り、皆様熱中されています!	要介護 1
木	1名	クラフト・はっぴーミュージック 毎週季節の歌を、皆様楽しんでます!	要介護 3
金	1名	クラフト はっぴーミュージック お話し好きの方が多く、賑やかに過ごされています!	要介護 2
土	要相談	トレーニング はっぴーミュージック 皆様の若さの秘訣は、〇〇トレーニングです!	要介護 2

見学、お問合せは各事業所までお問合せ下さい。



新小金井事業所 ☎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! はっぴー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>