

北海道胆振東部地震から1年経って

支援相談課 副主任 山腰 和也



胆振東部地震から1年経ちました。

あの日のことを思いだすと、地震が起きてから3分程でコミ白に向かいましたが、外は辺り一面真っ暗、信号も動いていませんでした。

コミ白に到着すると、夜勤職員は入所者の確認をしており、結果的には全員無事でしたが、入所者・職員共に不安な一夜を過ごしたことが頭から離れません。

現在は、地震前のコミ白と遜色なく日々過ごすことができますが、いつ起こるかわからない災害のために、施設としても個人としても備えていきたいと思えます。

震災後の防災を考えたコミュニティホーム白石の取り組み

福祉サービスを提供している施設として、施設の特性を踏まえ、ご利用者、職員にとって、いつ起こるかわからない災害時どうしたらよいのだろう？と話し合い、考え、備える準備をしております。

●BCP（事業継続計画）の見直し

※BCPとは

大規模地震などの災害発生によるサービス停止は、ご利用者の生命の危機や機能低下をもたらす恐れがあるため、災害時であっても命にかかわる最低限のサービスについては継続する計画。

●北海道胆振東部地震における全職員アンケート調査

●机上型災害時訓練実施（今回の地震時対応の振り返り、各事業所の災害状況把握）

●災害緊急連絡メール体制整備

●防災用具・備蓄品の確認、非常食試食会、追加購入等

次ページで一部紹介します



～介護保険負担割合証について～



介護保険サービスを利用したときは、費用の1割～3割を利用者が負担します。また、介護保険施設（短期入所も含む）に入所したときは食費・居住（滞在）費も基本的には全額利用者が負担します。

要介護（要支援）認定を受けている方、総合事業の事業対象者の確認を受けている方全員に利用者負担の割合（1割・2割・3割）が記載された「介護保険負担割合証」が交付されます。

1、交付対象者

上記の通り、介護保険負担割合証は、要介護（要支援）認定を受けている方、総合事業の事業対象者の確認を受けている方全員に交付されます。

なお、要介護（要支援）認定を受けていない方、総合事業の事業対象者の確認を受けていない方については、新規に要介護（要支援）認定、総合事業の事業対象者の確認が決定された際に交付されます。

2、介護保険負担割合証の使い方

介護サービスの利用時やケアプランの作成時に、お手持ちの「介護保険被保険者証」と一緒に「介護保険負担割合証」をご提出ください。

3、提出先

介護サービスを利用するとき → 介護サービス事業者、介護保険施設など
ケアプランを作成するとき → ケアマネジャー

4、介護保険負担割合証の有効期間

介護保険負担割合証の有効期間は、基本的に「当年8月1日～翌年7月31日」までの1年間です。なお、有効期間の途中で世帯員の転出入などがあった場合には、利用者負担が変更となることがあります。

5、介護保険負担割合の交付方法

要介護（要支援）認定を受けている方、総合事業の事業対象者の確認を受けている方に対しては、毎年7月に前年の所得状況等により利用者負担割合の判定を行い、有効期間が8月から翌年7月までの介護保険負担割合証が届きます（申請手続きの必要はありません）。



札幌市「なるほど実になる介護保険」より引用

何かありましたら、ケアマネジャーまで
お気軽にご相談ください。

社会福祉法人溪仁会
居宅介護支援事業所コミュニティホーム白石
連絡先 011-864-2252

ホームページにも色々な情報・お知らせなど掲載しております。ご覧下さい！！

ホームページ:

コミュニティホーム白石

検索



メールアドレス: komisiro@keijinkai.or.jp

編集後記

食欲の秋。
旬のくだものが美味しくて、やめられません。(M.T)

今回のリハビリお役立ち情報は、当施設の入所と通所リハビリを利用している方にお話を聞きました。

清水さんは病気を発症して入院し、退院後に当施設へリハビリ目的で入所しました。「最初はやっと退院できたという気持ちだったが、以前のように体が動くわけではないし早く家に帰りたい気持ちが強かった」。

入所中のリハビリは、ベッドや車椅子に安全に乗り移る練習、足の動きをよくするために歩行練習を中心に行いました。回数や時間など病院と施設でのリハビリの違いに不安はなかったとのこと。

入院中に行った外泊は事前準備ができておらず大変だったそう。「ここでの外泊は手すりやベッド、車椅子を準備してから外泊することができて、家に帰るのが近づいた気持ちになった」と清水さん。入所中に2度外泊をしてから約4カ月で自宅復帰をしました。

老健退所後は通所リハビリを週3回利用しています。「病院はいろいろな制約があり嫌だった。老健に入所して家に帰るためのリハビリや準備をしっかりとできてよかった。家に帰ってからは、自分の好きなことをしてリラックスできるのがいい。これからも家での生活を続けられるよう、地道に歩く練習のリハビリを頑張っていきたい」と話していました。



清水弘一さん

★職員紹介リレー★

施設ケア部 あらたに 荒谷 いくみ 郁美

1年程前からホットヨガを始めました。猫背はなかなか改善されませんが、汗を流すことは気分転換につながりとても気持ちが良いです。ヨガつながりでチェアヨガのインストラクターも取得しました。レモンカフェに参加して下さっている方やフロア利用者と一緒にチェアヨガをやることもあります。

無理せず椅子に座って行なえるヨガですのでみなさんにも好評です。

「ちょっとやってみたいわあ〜」って方がいましたら気軽に声を掛けて下さい★

写真は実際にレモンカフェで実施した時のものです。



防火避難訓練

コミュニティホーム白石と白石の郷では、年2回の防火避難訓練、年1回の災害訓練、年2回の防災講習を行っております。写真は平成30年度の防火避難訓練の様子です。



初期消火



火元から遠ざける防火区画への誘導(横移動)



防火区画からの避難(縦移動)

避難の時は、縦移動よりも横移動を行い火元から遠ざかり、火元から近い場所より優先避難、火元をまたがないなど、建物と設備を考慮し、防火区画などを意識しながら想定訓練を行いました。

ぼうさいグッズ

昨年の震災を経験し、今まで備えていた備蓄品に加え、非常時にさらに必要はものはなにかを検討し、追加購入いたしました。防災備蓄品の一部をご紹介します。



【スペースブランケット】

表面のゴールドは熱を吸収し、裏面のシルバーは熱を反射します。シルバーを内側に包まると暖かく、炎天下ではシルバーを外側にすることにより体温上昇を防ぎます。北海道では冬の寒さ対策グッズが重要と考え備えました。



【発電機】

扱いやすく入手しやすい、カセットボンベで動く発電機です。

折りたたみ式のハンドルと大型車輪がついているので、離れている場所への移動もスマートにできます。



【保存食 えびピラフ】

水だけで作れて、調理時の水の量を変えることで、ピラフと雑炊のふた通りの食べ方が選べます。常温で製造日より5年と長期保存が可能です。職員試食会では味も好評でした。



溪仁会の森 植樹活動

8月21日(水)レモンカフェにて株式会社DCMホームマックの協力のもと、幌東保育園の園児と『カミネッコン』を作りました。

カミネッコンとは再生紙段ボールでできた植樹ポットで、真っ白な部分に園児が可愛い絵を描いてくれました。



9月7日(土)当別町道民の森に園児と作り出した『カミネッコン』を含め、アカエゾマツ300本ほどを曇り空の中、DCMホームマックの方々、ボランティア、職員、職員の家族など総勢98名で植樹してきました。