

## 家族会通信

幸の会 R 2 年 12 月

### 【幸の会事務局】

加賀市小菅波町 121 番地 1 (加賀こころの病院内)  
加賀市南郷町 3 乙 4 (加賀のぞみ園内)  
加賀市山中温泉滝町リ 1-1 (たきの里内)

## 定例報告

今年もあと残すところわずかとなりましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。幸の会ではまだ対面や集合しての活動は自粛していくこととなりますが、皆様からの近況やご意見をお伝えしながら、皆様とのつながりが途切れないうちに今できる活動を続けていきたいと思っています。今回もたくさんのメッセージをいただきましたのでご紹介させていただきます。



### <皆様からのおハガキより>

10/14、リモート面会ができました。顔色も良く元気そうで安心しました。本人も家族の顔を見てとてもうれしそうにしていました。直接会える日が一日でも早くなることを願うばかりです。(追伸) 施設の職員の方々には感謝でいっぱいです。ありがとうございます。

加賀のぞみ園は、本人や家族が「のぞむ」ような安心・安全・思いやり・配慮・親切など、全てが整った介護施設だと思います。職員さんもお身体に気をつけて、お元気でご活躍なさってください。本当にありがとうございます。

夫の認知症状がだんだんひどくなり、のぞみ園でみていただいている間、ホッとしたり、今の時間をもっと大切にしなければと反省したりしています。助けていただいて感謝しています。どうかコロナが入ってきませんようにと祈る毎日です。ありがとうございます。

いつもお世話になっています。今は大変な時期ですが、職員の方も家族の方もいつまで続くかわからないけど、お互いに気をつけて頑張っていきましょう。

いつもお世話になりありがとうございます。コロナでなかなか顔を見ることができないのが残念ですが、変わらず過ごしていること、ありがたく思っています。家ではどう逆立ちしても世話できないであろうことを思うと、お互い穏やかに接しられることに感謝しております。コロナが収束し、話ができることを願っております。皆様もお元気で。

コロナウイルスに感染しないように気をつけています。職員の方も気をつけて下さい。



自分の娘や私や孫も「いとこ」だという母。先日、家族で母のことを話していた時、母が「いろりの人は皆、いい人ばかりや。変な人はおらん。いいとこや。今が一番幸せや」と話していたことを聞きました。私達家族にとっても、とても嬉しい言葉でした。母にそう思わせるいろりの職員の皆様に感謝です。心よりお礼申し上げます。またいろいろご迷惑をお掛けすることもあると思いますが、よろしくお願い申し上げます。

コロナ禍の中、父母が大変お世話になっております。今まで普通にしていたことがかなり制限され、困ったことと思っております。早く以前に戻れますように願っております。

自転車とバスで運動を兼ねて面会に通っていましたが、こう長くなると「あんた誰？」と云われそう。でも、反対に病院や職員の皆様のお蔭で安心してお願いできます。よろしく願いします。

たくさんのメッセージをありがとうございました。ご家族同士の面会が自由にできず、これまでより少し距離ができたことでお互いの存在を改めて思い、考えることもあるかと思えます。これから寒い季節になりますが、お互いに元気で会えるように体調に気をつけながらこの時期を乗り切っていきたいと思います。

## 事業所のご紹介

### ニーズ対応型小規模多機能ホームききょうが丘

小規模多機能型居宅介護として、加賀市で初めて(平成19年5月に)指定を受けた民家改修型の事業所です。

ご本人が望む在宅生活をできるだけ長く継続できるよう、ご本人やご家族の状況、希望に応じて、「訪問」「通い」「泊まり」を柔軟に組み合わせてご利用いただくことで、24時間365日切れ目のない支援を「安心」とともにお届けします。

やすらぎのある家庭的な雰囲気の中で、一人ひとりのペースでゆったりと過ごしていただきます。加賀市にお住まいの方で要支援1・2、要介護1～5の認定を受けた高齢者だけでなく登録定員に空きがあれば障がいのある方にもご利用いただけます。

#### ～ききょうが丘の外観～



#### サービスの内容



##### 《通い》

・ふつうのデイサービスと違い、ご本人の必要やご家族の都合で短時間から長時間まで柔軟にご利用ができます。身体介護、健康チェック、レクリエーションを通じた機能訓練、食事、入浴などができます。



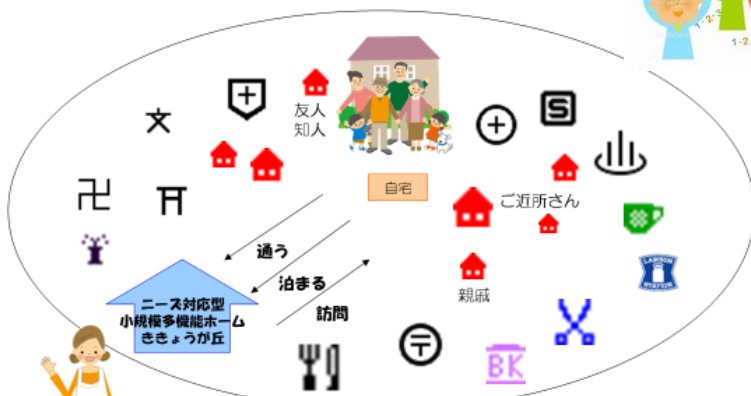
##### 《訪問》

・身体介護や生活介助(買い物、調理、お部屋の掃除、洗濯など)に限らず、服薬の支援、安否確認などを行います。訪問の回数や時間は、ご本人の生活状況に応じて個別対応を行います。

##### 《泊まり》

・通い慣れた場所で泊まることができるため、ご本人の安心につながります。退院後の自宅での生活の不安を解消するための利用も可能です。

#### 地域に根ざした新たな生活支援



利用者の生活を中心にホームの機能を変化させ、職員とのなじみの関係によりご本人や地域の力をいかけた支援、生活の継続を重視しています。



～事業所の概要～

| ご利用<br>いただける方 | 要支援1・2、要介護1～5の認定を受けている方<br>山代圏域・加賀市在住の方<br>※登録定員に空きがあれば障がいのある方もご利用できます。   |          |          |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
|---------------|---|----------|----------|--|--|---------|---------|---------|------|---------|---------|----------|------|---------|----------|----------|------|----------|----------|----------|------|----------|----------|----------|------|----------|----------|----------|------|----------|----------|----------|------|----------|----------|----------|
| サービス<br>提供時間  | 《年中無休》<br>登録定員 24名(登録定員を超えての利用はできません。)<br>通いサービス 午前8時～ 午後8時 1日の定員12名<br>泊まりサービス 午後8時～翌午前8時 1日の定員 5名<br>訪問サービス 必要に応じて随時(24時間対応)  |          |          |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
| 職員配置          | 管理者・介護支援専門員・看護職員・介護福祉士・介護職員   |          |          |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
| 利用料金に<br>ついて  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・自己負担は基本的に介護報酬の1割となります。ただし、一定以上の所得がある場合、2割もしくは3割負担となります。</li> <li>・利用料金は月額定額制(1ヵ月包括費用)となり、食事代・宿泊代は実費負担となります。</li> </ul> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">要介護度</th> <th colspan="3">1か月の料金</th> </tr> <tr> <th>1割負担の場合</th> <th>2割負担の場合</th> <th>3割負担の場合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>要支援1</td> <td>3,418 円</td> <td>6,836 円</td> <td>10,254 円</td> </tr> <tr> <td>要支援2</td> <td>6,908 円</td> <td>13,816 円</td> <td>20,724 円</td> </tr> <tr> <td>要介護1</td> <td>10,364 円</td> <td>20,728 円</td> <td>31,092 円</td> </tr> <tr> <td>要介護2</td> <td>15,232 円</td> <td>30,464 円</td> <td>45,696 円</td> </tr> <tr> <td>要介護3</td> <td>22,157 円</td> <td>44,314 円</td> <td>66,471 円</td> </tr> <tr> <td>要介護4</td> <td>24,454 円</td> <td>48,908 円</td> <td>73,362 円</td> </tr> <tr> <td>要介護5</td> <td>26,964 円</td> <td>53,928 円</td> <td>80,892 円</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>※ その他、各種加算があります。</li> <li>※ 食 事 代:朝食 250 円/日、昼食 400 円/日<br/>夕食 350 円/日、おやつ 100 円/日</li> <li>※ 宿 泊 代:1日 1,100 円(1泊2日の場合 2,200 円)</li> </ul> | 要介護度     | 1か月の料金   |  |  | 1割負担の場合 | 2割負担の場合 | 3割負担の場合 | 要支援1 | 3,418 円 | 6,836 円 | 10,254 円 | 要支援2 | 6,908 円 | 13,816 円 | 20,724 円 | 要介護1 | 10,364 円 | 20,728 円 | 31,092 円 | 要介護2 | 15,232 円 | 30,464 円 | 45,696 円 | 要介護3 | 22,157 円 | 44,314 円 | 66,471 円 | 要介護4 | 24,454 円 | 48,908 円 | 73,362 円 | 要介護5 | 26,964 円 | 53,928 円 | 80,892 円 |
| 要介護度          | 1か月の料金  |          |          |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
|               | 1割負担の場合   | 2割負担の場合  | 3割負担の場合  |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
| 要支援1          | 3,418 円   | 6,836 円  | 10,254 円 |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
| 要支援2          | 6,908 円   | 13,816 円 | 20,724 円 |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
| 要介護1          | 10,364 円  | 20,728 円 | 31,092 円 |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
| 要介護2          | 15,232 円  | 30,464 円 | 45,696 円 |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
| 要介護3          | 22,157 円  | 44,314 円 | 66,471 円 |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
| 要介護4          | 24,454 円  | 48,908 円 | 73,362 円 |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |
| 要介護5          | 26,964 円  | 53,928 円 | 80,892 円 |  |  |         |         |         |      |         |         |          |      |         |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |      |          |          |          |

山代地区高齢者こころまちセンター(加賀市委託事業)

登録利用者だけでなく、地域の身近な相談窓口として、山代地区高齢者こころまちセンターの委託を加賀市から受けています。住民が住み慣れた地域、自宅において自立した日常生活を営むための支援として、ご近所などの地域のさまざまな人や場を結びつける活動や町づくりの活動にも積極的に参加しています。



<お問い合わせ先>

ニーズ対応型小規模多機能ホームききょうが丘  
住所:加賀市山代温泉桔梗丘 4 丁目 1 番 1  
電話:0761-76-3660  
FAX:0761-76-3650

## 新型コロナウイルスとインフルエンザについて

新型コロナウイルスとインフルエンザは、どちらも感染性の呼吸器疾患で、ウイルスが付着した人や物に触れた手で自分の顔を触ったり、感染者の咳やくしゃみなどによる飛沫で感染し、さまざまな形で呼吸器系（鼻腔、咽頭、喉頭、気管、気管支、肺）に影響を及ぼします。重症化すると肺炎になったり死に至ることもあります。多くの特徴を共有していますが、2つの病気にはいくつかの重要な違いもあります。下記の表を参考にそれぞれの病気に対する正しい知識から予防と対策をとり、皆で元気にこの冬を乗り切っていきましょう。

### <新型コロナウイルスとインフルエンザの違い>

| 病気の種類         | 新型コロナウイルス  | インフルエンザ  |
|---------------|--|--|
| ウイルスの種類       | コロナウイルス  | インフルエンザウイルス  |
| 感染の原因         | 大人の間で感染が広がっており、最も深刻な影響を受けているのは高齢者と基礎疾患がある大人（子どもたちが重症化を免れている理由はわかっていない） | 子どもが感染の原因であることが多い  |
| 兆候と症状         | 発熱、悪寒、咳、息切れ、呼吸困難感、疲労、喉の痛み、鼻水、体の痛み、筋肉痛、頭痛など                             |  |
|               | 上記の症状が4日～5日以上継続する。味覚や匂いの変化の消失が含まれる場合がある。                               | 一般的な兆候や症状を含む軽度から重度の病気を引き起こす可能性がある。発熱した翌日には症状がほとんどなくなっていることが多くみられる。 |
| 潜伏期間          | 1日～14日（平均5.6日）   | 1日～2日  |
| 無症状感染         | 数%～60%（無症状患者でもウイルスの量は多く、感染力が強い）  | 10%（無症状患者ではウイルスの量は少ない）   |
| ウイルスの排出期間とピーク | 発症する2日～3日前から排出が始まりピークは発症1日前。感染力の強いウイルスの排出期間は10日以内（無症状であっても同等の感染力がある）。  | 排出期間は発症してから5日～10日（多くは5日～6日）で最大1週間。排出のピークは発症後2日～3日後。                |
| 重症度           | 重症になり得る  | 多くは軽症～中等症  |

|      |   |  |
|------|---|--|
| 致死率  | 約3%～4%（まだ報告されていない症例が多くあるため、実際はこの値を下回る可能性が高い）                                  | 0.1%以下   |
| ワクチン | 世界中でワクチンや治療薬の研究・開発中だが有効なワクチンはまだ存在しない。   | ワクチンはあるが、季節ごとに有効性は異なる。効果が持続するのは、一般的に5か月ほど  |
| 治療   | 軽症例については確立された治療薬はなく、多くの薬剤が臨床治験中。新型コロナウイルス陽性と診断された場合は、軽症・重症を問わず原則として「入院」となります。 | 安静にして睡眠を十分にとり高熱による脱水症状が起こらないように水分補給をする。抗インフルエンザウイルス薬（タミフル・リレンザ等）はウイルスが増えてしまってからでは効果が期待できないので早期治療が重症化を防ぎます。 |

（「一般社団法人日本感染症学会提言 今冬のインフルエンザと COVID-19 に備えて」を参考）

新型コロナウイルス、インフルエンザ、風邪の3つの病気を症状で区別するのは難しく、疑いがあれば検査で確認することになります。2つの病気に重複して感染する可能性もあります。病気を特徴でみてみると、新型コロナウイルスは嗅覚や味覚の異常、呼吸困難が現れれば感染した可能性が高く、発熱はよくみられるが風邪のような鼻に関する症状はまれでインフルエンザのような急な悪寒はみられないようです。インフルエンザは、急な高熱や悪寒、全身の強い筋肉痛、咳などがみられます。鼻づまりや鼻水、くしゃみ、38度以下の発熱が伴う場合は風邪の可能性が高いようです。

## < 予 防 >

インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症に限らず冬期感染症全般の感染予防対策として、皆さんが日頃より行っている下記のことを継続してください。



- ・手洗い、うがい、外出時のマスク着用、咳エチケット、3密の回避。
- ・寒い季節ですが、暖房を使用しながら1時間に5分程度の換気を行いましょう。
- ・湿度を60%前後に保ちましよう。ウイルスは乾燥した環境を好み、飛沫感染が起こりやすくなります。
- ・インフルエンザは重症化を予防するためにも予防接種を受けましよう。

## < 発熱時 >

発熱時は、まずかかりつけ医のある方はかかりつけ医へ、かかりつけ医のない方は「石川県発熱患者等受診相談センター」※<sup>1</sup> へご相談のうえ、指示に従って行動してください。新型コロナウイルス感染症の疑いがある場合は、発熱のあった2週間前からの行動履歴を確認されることがあります。どんな会合に出席したとか、誰とどこで食事をしたとかなどを簡単なメモに残しておけるといいでしょう。また、毎日決まった時間に体温測定をして体調管理をしましょう。

(※1) 【石川県発熱患者等受診相談センター（コールセンター）】

- ・ 対応時間 土日祝日含めて24時間（看護師等が対応）
- ・ 電話番号 0120-540-004（フリーダイヤル）



## < 感染を広げないために >

2019-2020年シーズンのインフルエンザの感染者は約700万人で、例年と比べると小規模の流行でした。新型コロナウイルスの感染を防ぐための予防対策などがインフルエンザにも有効だったのではという見方もありますが、実際のところは不明で今冬の流行がどうなるかはわかりません。インフルエンザは、治療薬を使用して症状が緩和されても周りの人にうつさないような注意が必要です。感染した場合は周囲へ感染を広げないように自宅療養をしてください。

## < 最後に >

インフルエンザや新型コロナウイルスだけでなく、冬期感染症を予防するためにも、今までの生活で心がけていることを継続していくことが大切です。皆さんも様々な問題や悩みを抱え制約された日常生活を送られていることと思いますが、決して一人で悩まないでください。誰かとつながり、心を許せる人に相談をして愚痴を吐き出してください。できないことを嘆くのではなく、どうしたらできるのかを皆で考え、感染予防をしながら自分らしく日常生活を送っていきましょう。