

# 賀茂通信 (かもめーる)

静岡県賀茂健康福祉センター  
賀茂保健所  
賀茂児童相談所  
賀茂知的障害者更生相談所

## 障害者週間（12月3日～9日）のご紹介

### 障害者週間とは？

- ★障害者週間（12月3日～12月9日）は、国民の間に広く障害者の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障害者が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的として、障害者基本法第9条で設定された啓発週間です。
- ★この期間を中心に、国、地方公共団体、関係団体等においては、意識啓発に係るさまざまな取組を展開します。



ヘルプマーク

※静岡県下田総合庁舎1階に「授産品」  
(障害のある人が働く障害福祉サービス事業所の製品)の  
無人販売コーナーがあります。  
ぜひ、お立ち寄りください。



## 健康福祉関係の月間・記念日など（12～2月）

12月	1月	2月
<ul style="list-style-type: none"><li>★世界エイズデー(1日)</li><li>★不法投棄撲滅街頭キャンペーンパトロール(初旬)</li><li>★人権週間(4～10日)</li><li>★世界人権デー(10日)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>★はたちの献血キャンペーン(1～2月)</li><li>★ノロウイルス食中毒防止重点期間(11～1月)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>★アレルギーの日(20日)</li></ul>

## ご家族のネットやゲームの使い方で、気になることはありますか？



「ネット・ゲームを、あまりにも長時間やり過ぎている」  
「止めるように言うと、怒り出す」  
「ネット・ゲームのやり過ぎで、寝坊してしまう」

最近のゲームの特徴として、

- ・スマホがあれば、ダウンロードが可能（誰でも、いつでも、どこでもできる）
- ・チームを組んでPLAYをするため、抜けだしにくい、止めにくい  
ゲーム内での努力により、チームに貢献できたり、承認されたりする
- ・課金により好成績が出せる場合がある（ギャンブル性も絡む）などがあります。

もうすぐ年末年始。家で過ごす時間が長くなります。

休みに入る前に、話し合ってゲームをするときの我が家のルールを  
決めておきましょう。

約束作りに役立ちます。静岡県精神保健福祉センターのリンク⇒



### 《 話し合いのポイント 》

一緒に考える時間や話し合えることが大事

『一方的にルールを押しつせず、親、子の双方の話し合いで決める』

『ルールが守れなかった場合、どう対応するかあらかじめ決める』

ただし

上記のような問題が起こっているのに、やめられない状態は注意が必要です。

お子様やご家族の様子が気になる場合は、ご相談ください。

相談先：賀茂健康福祉センター福祉課（電話番号）0558-24-2056  
静岡県精神保健福祉センター（電話番号）054-286-9245

子ども虐待防止のオレンジリボン



### 所内各部門の参事・部長より（第2回：児童相談所長）

児童相談所は子どもに関する様々な相談を受け付ける機関です。対応しているのは、養護(虐待)相談、障害相談、非行相談や育成相談などです。相談の半分近くは、お子さんの特性に合わせた子育てがうまくいかないといった養育に関する内容です。相談に来られる保護者の方からは、この状況を何とかしたいという思いが伝わってきます。子育てに対する不安や苛立ちがエスカレートすると、お子さんに対して手をあげてしまったり、暴言を言ってしまったりといった「虐待」に発展してしまいます。虐待は子どもの成長に著しい悪影響を与えてしまい、問題の解決からますます遠ざかる結果になってしまいます。

私たち相談機関は、ご家族の心配や、お子さんに対する思いを共有したいと思っています。お子さんに対してどのような対応をしたらいいのか悩むときには、家族だけで抱え込まず、一緒に考えていきませんか？

子育てで困っている方や、困っている方を知っている方、子どものことで相談を希望される方は、お住まいの市町の母子保健担当課・児童福祉担当課又は児童相談所へご相談ください。

賀茂児童相談所長 奥澤 晶子

# 下田メディカルセンター発行「在宅療養情報」

## 在宅療養情報No.13

自宅で利用できる介護保険サービスについて①



回覧

今回は、在宅療養中に自宅で利用できる**介護保険サービス**について紹介します。利用するには以下の手順が必要です。

### ①申請

住民票のある市町の介護保険担当窓口で、**要介護認定申請**をする必要があります。本人・家族が窓口や郵送で申請できます。本人・家族による手続きが困難な場合は、市町の介護保険担当窓口にご相談下さい。



### ②認定調査・要介護認定

介護認定調査員による訪問調査の内容と主治医からの意見書を基に、医療・保健・福祉等の専門家で構成された**介護認定審査会**で要介護度を決定します。決定後、認定結果通知と介護度が記載された介護保険証が届きます。

### ③サービス利用の手続き

認定結果を基に、要支援1、2の方は市町の地域包括支援センターに、要介護1～5の方は依頼したい居宅介護支援事業所に連絡し、**ケアプラン（介護保険サービスの利用計画書）**を作成してもらいます。



ケアプランの作成は、**ケアマネジャー（介護支援専門員）**が行います。

ケアマネジャー（介護支援専門員）は、

**居宅介護支援事業所**に所属し、**ケアプランの作成**や実際に**サービスを提供する事業所との調整**を行う専門職です。ご自宅に訪問し、ご本人、ご家族が今後どのように暮らしたいかをお聞きした上で利用するサービスの種類や利用回数などを決定し、利用にかかる費用などの説明も行います。



サービス利用開始後も、定期的に利用者宅を訪問します。サービスの提供状況やご本人の健康状態、家族がサービスに満足しているかなどを聞き取り、ご相談内容やお体の変化に合わせ、ケアプランの見直しやサービスの再調整も行います。

※ケアプランの作成費用は**全額介護保険**でまかなわれるため、**自己負担はありません。**

## 訪問系介護サービス（自宅に訪問してもらい利用するサービス）

サービス利用の際は、ご本人の介護保険の負担割合や要介護度に応じ、**1～3割の自己負担額**を支払います。

### 訪問介護

ホームヘルパーが決められた時間に自宅を訪問し、**身体介護**や**生活援助**を行います。

**身体介護**でできること

食事摂取・入浴(自宅の風呂での介助)・おむつ交換・排泄・着替えの介助など

**生活援助**でできること

調理・洗濯・掃除・買い物など  
**本人の生活維持に必要な家事**



**重要!** 同居家族がいる場合、生活援助は利用できません。(特別な場合を除く)

### 訪問入浴介護

自宅の浴槽での入浴が困難になった人向けのサービスです。

サービス事業所が簡易浴槽を持参して訪問し、入浴介助を行います。

ヘルパーと共に看護師も訪問し、入浴前に血圧などの体調確認を行った上で、入浴介助を行います。



### その他

医療系サービスの『訪問看護』『訪問リハビリ』は、通院が困難な方で医師が必要性を認めた場合、介護保険でも利用できます。

また、通院困難な方を対象に医師・看護師・薬剤師・歯科衛生士などの専門職が自宅を訪問し、療養上の指導や健康管理等を行う『**居宅療養管理指導**』（医療行為は含まない）も利用できます。



サービス利用には、利用者本人が家族以外の人との交流が得られる、家族が専門職に介護に関する相談ができるという利点もあります。

**地域包括支援センター** 各市町に設置されている介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者を支える「総合相談窓口」です。ご相談に対し、専門知識を持った職員が対応してくれます。

- |                  |               |                |               |
|------------------|---------------|----------------|---------------|
| ・下田市地域包括支援センター   | ☎0558-36-4146 | 月～金 8:30～17:15 | 下田市役所市民保健課内   |
| ・東伊豆町地域包括支援センター  | ☎0557-95-1106 | 月～金 8:30～17:15 | 東伊豆町役場健康づくり課内 |
| ・河津町地域包括支援センター   | ☎0558-34-1938 | 月～金 8:15～17:00 | 河津町保健福祉センター内  |
| ・南伊豆町地域包括支援センター  | ☎0558-36-3335 | 月～金 8:30～17:15 | 南伊豆町健康福祉センター内 |
| ・松崎町地域包括支援センター   | ☎0558-42-3966 | 月～金 8:15～17:00 | 松崎町役場健康福祉課内   |
| ・地域包括支援センターにしないず | ☎0558-52-3030 | 月～金 8:15～17:00 | 西伊豆町福祉センター内   |
- ※土日・祝日・年末年始(12/29～1/3) 除く

●このチラシに関する問い合わせ先  
賀茂地区在宅医療・介護  
連携推進支援センター

☎0558-25-3535





# 冬の感染症予防対策



冬はインフルエンザやノロウイルスなど、感染症の流行しやすい季節です。

感染症の種類はいろいろありますが、基本的な予防対策は同じです。きちんと予防することで、元気に冬の季節を楽しみましょう！

## 感染症に かからない・うつさない ために



### 1 感染経路を断つ！

#### 「こまめな手指消毒・手洗い、うがい」

色々な場所を触ることで手にウイルスなどがつき、自分が感染したり、周りの人へ感染を広げてしまうことがあります。

帰宅時や食事前、顔を手で触れる前後などに手指消毒や手洗いを行いましょう。

#### 「咳エチケット」

咳などの症状があるときは、自分の咳やくしゃみで他の人に感染させないために、マスクやハンカチを使って口や鼻をおさえましょう。



### 2 免疫力を高める！

免疫が弱っていると、感染しやすくなったり、感染した際に症状が重くなってしまう恐れがあります。普段から**十分な睡眠**と**バランスの良い食事**を心がけ、免疫力を高めておきましょう。

いのち輝き、笑顔あふれる社会を。



生きがいと健康づくり  
イメージキャラクター  
「ちゃっぴー」

静岡県健康福祉部



静岡県賀茂健康福祉センター

〒415-0016 下田市中 531-1 (静岡県下田総合庁舎 4 階) 電話 0558-24-2032

ホームページ <http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-710/> FAX 0558-24-2159