



# 地域包括支援センターだより

【問合せ先】桂川町地域包括支援センター（桂川町総合福祉センター内） ☎65・4401



## 介護保険サービスの紹介

～施設サービス～



<b>介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)</b>	日常生活において常時介護が必要で、自宅では介護が困難な方が入所する施設	※食事、入浴、排泄などの日常生活介護も受けられます
<b>介護老人保健施設</b>	病状が安定し、入院治療の必要がなくなりハビリなどに重点を置いた方が入所する施設	
<b>介護療養型医療施設 (療養病床等)</b>	急性期の治療が終わり、医学的管理のもとで長期療養を必要とする方が入所する医療施設	※平成30年4月に新設された施設です
<b>介護医療院</b>	「日常的な医学管理が必要な要介護者の受入れ」や「看取り・ターミナル（終末期）等の機能と「生活施設」としての機能を兼ね備えた施設	
<b>グループホーム</b>	認知症の利用者が入居して、食事、入浴、排泄などの日常の世話を始め、機能訓練などを受ける施設	



その他、軽費老人ホーム、有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅等の介護保険施設以外の施設もあります。それぞれの身体状況に応じた施設選びが必要となります。入居の条件で要介護認定が必要な施設もありますので、施設入所を希望される場合は、担当ケアマネジャーあるいは地域包括支援センターまでご相談ください。



### ■ 今月の体操 ■

### ★ 足の付け根筋トレ ★

※ 体が後ろに行かないようにしてゆっくり動かすと意外とキツイ！

1. 浅く座る
2. 上体が後ろにいかないよう注意して、右足を上げる  
**(1・2・3・4のリズム)**
3. ゆっくり右足をおろす  
**(5・6・7・8のリズム)**
4. 5回繰り返して行う
5. 左足も同様に行う



#### 注意点

・ 医師から禁止されている内容・痛みを伴う内容は、無理せず、可能な範囲で実施しましょう