

# ボランティアさん募集中！！

マイホームはるみでは、ボランティアを募集しております。資格や経験は問いません。

ちょっとしたお手伝いや講座の講師、食事の配膳・下膳など、事前に打合せをさせていただきます。

また、ボランティアには興味はあるが、一歩が踏み出せない方にも職員がサポートしますので、下記までご連絡ください。

## ホームページをご覧ください♪

マイホームはるみでは、ホームページでも様々な情報をお伝えしております。

URL → <http://harumi.foryou.or.jp/>

もしくは「マイホームはるみ」で検索して下さい。

右のQRコードを携帯電話などのバーコードリーダーで読み取ると、ホームページにアクセスできます。



## 〈アクセス〉

### 〈電車〉

【東京メトロ有楽町線・都営地下鉄大江戸線】「月島駅」下車10番出口 徒歩8分

### 〈都バス〉

【業10：新橋 ⇄ 東京スカイツリー駅前】「晴海一丁目」下車

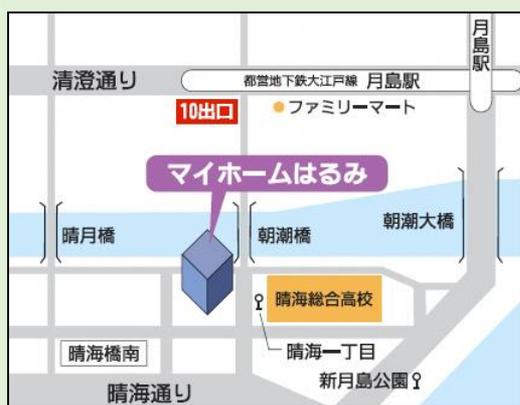
【東15：東京駅八重洲口 ⇄ 深川車庫】「晴海一丁目」下車

【錦13：錦糸町 ⇄ 晴海埠頭】「晴海一丁目」下車

【東16：東京駅八重洲口 ⇄ 東京ビッグサイト】「新月島公園前」下車

### 〈江戸バス〉

【南循環：中央区役所行】「朝潮橋南」下車





# 中央区立特別養護老人ホーム

## マイホームはるみ 広報紙

# はるミックス 6月号 (Vol.5)

平成30年6月29日発行

## マイホームはるみからの お知らせ

どなたでもご参加いただけます！



## 平成30年度 納涼祭

開催日時：平成30年7月21日（土）午後1時～3時

場 所：マイホームはるみ 1階

対 象：ご利用者・ご家族（後見人）様、ほか

内 容：◇盆踊り◇模擬店（軽食&飲み物）

参加費：ご利用者（特養・ショート・デイ）無料 ※①

ご家族（後見人）様は500円（お一人様）となります。

申 込：7月5日までに電話又はファクシミリにてお申し込みください。 ※②

※①ご利用者以外の方が模擬店ご利用の際は食券をお買い求め下さい。

※②ご利用者（特養・ショート・デイ）は申し込み不要です。



## 介護者教室・交流会

### 「知っておきたい腰痛予防のコツ

～体の負担が軽くなる正しい介護方法～

開催日時：平成30年7月18日（水）午後1時30分～3時

場 所：マイホームはるみ 4階多目的室

対 象：区内在住・在勤・在学者、その他介護に興味・関心のある方

内 容：介護による腰痛の原因と予防・対処方法を紹介します。

また、日常生活に取り入れられる腰痛予防体操も紹介します。

講 師：マイホームはるみ職員（理学療法士）

員 員：20人（先着順） 参加費：無料

申 込：前日7月17日までに電話か窓口にてお申し込みください。

■介護者教室とは…ご自宅で介護されている方等、地域の方などでもご参加いただけます。介護方法や介護者の健康づくり等についての知識・技術について、マイホームはるみの職員がお話しします。



## マイホームはるみビジョン 私らしく安心して過ごせる家「マイホームはるみ」

### 「マイホームはるみ」とは

マイホームはるみは中央区最初の区立特別養護老人ホームとして1991年（平成3年）に開設されました。保育園・中学校が同じ建物内に合築されている複合施設です。マイホームはるみでは、ご利用者の尊厳を大切に自立支援に努め、お一人おひとりのニーズを把握し、日常生活の充実に取り組みます。また、これまでの歴史を大切にしながら、地域のネットワークの中で密接な連携を図り、地域福祉の貢献に努めます。

中央区立特別養護老人ホーム マイホームはるみ 

TEL 03-3531-7635 / FAX 03-3531-7625

社会福祉法人奉優会

## 日常の様子 4月～6月

### ☆デザートバイキング☆

ケーキ、フルーツ、ヨーグルト、ゼリー、和菓子などそれぞれのお食事形態に合わせたデザートの中から好きなものをお選びいただけます。「これはなに?」「こっちがいかな」自分で「選ぶ」という行為は楽しみだけでなく、脳にも良い刺激を与えます。今回は36名の方にご参加頂き、たくさん食べて喜んで頂くことができました☆



### ★喫茶☆

毎週火曜日にボランティアの方にご協力頂き、喫茶を開催しています。5月最初の喫茶は子供の日☆手作りの兜をかぶって頂きました! なんと強そうなポーズを披露してくださいました!!



### ★晴海中学校運動会 応援★

ご招待を受け、ご利用者様と見学に行きました。青空のもと、気持ち良く運動会を応援し、昔に戻ったような気がすると仰っていました! 一番前の特等席にて観覧し「若い子が走ってるわ!」と満面の笑み。毎年応援に行っている方から初めての方まで楽しんでいただきました。



## 「介護保険サービス」のご案内

中央区広報紙 「区のおしらせ 中央」

平成30年6月11日号より

### 介護保険サービスの利用者負担

介護保険の制度改正により、8月1日(水曜日)から介護保険の利用者負担割合が変更になります。現在、介護保険の利用者負担は1割または2割ですが、一定以上の所得がある方は利用者負担が3割になります。対象者および負担割合についての詳細は中央区広報(6/11号)をご参照ください。

負担割合を記載した介護保険負担割合証は、要介護認定を受けている方および総合事業対象者に7月中に送付予定となります。なお新規に要介護認定を受けられた方には、要介護状態区分が記載された被保険者証と一緒に負担割合証を送付します。

### 施設サービス等を利用する際の食費や居住費(滞在費)の負担を軽減する制度 <利用者負担限度額>

特別養護老人ホームやショートステイなどを利用すると、介護費用の他に食費と居住費(滞在費)を負担する必要があります。この認定を受けると、所得の段階に応じた食費と居住費(滞在費)の限度額までを自己負担として支払い、残りの差額分を介護保険から施設に給付します。この制度の認定証の有効期限は7月31日(火曜日)までです。忘れずに更新手続きを行ってください。認定の可否は、ご本人と世帯の所得の状況によって決定します。また現在認定証をお持ちでない方で、施設を利用中または利用を予定されていて、要件を満たす場合も、詳細は中央区広報(6/11号)をご参照ください。

## 「はるみテラス」のご案内

マイホームはるみでは、60歳以上の地域の方を対象に、栄養のバランスのとれたお食事を提供する「はるみテラス」を開催しています。土・日・祝・祭日も関係なく365日、お食事を提供する事が可能です。毎日のお散歩の際にでも、ちょっと足を延ばしてみたいかかでしょうか。皆さまのご利用を心よりお待ちしております!!

【対象】 月島地域(佃、月島、勝どき、豊海、晴海)にお住まいで概ね60歳以上の日中ひとりまたは高齢者世帯の方  
かつマイホームはるみまで自力で来られる方

【定員】 昼食:12名 ・ 夕食:12名

【利用料金】 昼食:580円 ・ 夕食:550円

※お支払いは月末に現金にて精算となります。

【利用時間】 昼食:午後12時～1時、夕食:午後5時半～6時半

【食事場所】 1階ダイフロア、3階ボランティア室 など

※会場はご利用者数等に応じて変動する場合があります。

【利用方法】 利用登録用紙に必要事項をご記入いただき、会員登録をした後に利用開始となります。

登録後、食事申し込み用紙に記入いただき、食事を希望する月の前月25日までに提出していただきます。

※キャンセルは昼食:午前10時30分、夕食:午後4時30分までにご連絡いただければ当日でもキャンセル可能です。追加については2日前までにご連絡ください。

※食事の配下膳は基本的にご自身でおこなっていただきます。



## ☆新入職員紹介☆

<2階> 露崎雅貴

<3階> 米谷優太

<4階> 金類



一人ひとりに寄り添って  
全力で頑張ります!



ムードメーカーになれる  
ようがんばります!



一人前の介護職員に  
なれるよう頑張りたい!

## 職員研修

マイホームはるみでは、定期的に職員向け研修会を実施しています。今回は「福祉用具」「感染症予防」の研修を紹介いたします。

### <福祉用具研修>

福祉機器の勉強会を開催しました!今回は移乗用リフトを体験。立ち上がり・立位をサポートする機器と床からの起き上がり・立ち上がりをサポートする機器を体験。人の力では難しいことも福祉用具を活用することにより、負担を少なくできることもあります。ご利用者の生活が充実するよう、これからも勉強して取り組んでいきます!



### <感染症予防研修～食中毒～>

今回は感染症予防研修として、主に食中毒を対象に勉強会を開催しました。様々な食中毒の種類を学び、それぞれの対処・対策方法を学び、研修の後半では実際に手洗いを行い、洗い方によっては、細菌が手に残ってしまうことを学びました。

