

短期入所生活介護

短期入所療養介護

小規模多機能型居宅介護

看護小規模多機能型居宅介護

短期入所生活介護

事業所名		引田荘指定短期入所 生活介護事業所	湊荘指定短期入所 生活介護事業所	特別養護老人ホーム 絹島荘
住所		〒769-2901 引田922-18	〒769-2701 湊1183-5	〒769-2520 馬篠1227-20
TEL FAX		0879-33-7001 0879-33-7005	0879-25-0674 0879-25-9638	0879-25-6511 0879-25-6511
種別		短期入所生活介護・多床室・個室	短期入所生活介護・ユニット型	短期入所生活介護・多床室・個室
定員		20人	20人	20人
送迎	送迎	○	○	○
	土日対応		○	○
	送迎範囲	東かがわ市	東かがわ市	東かがわ市・さぬき市
受け入れ介護度		要支援1以上	要支援1以上	要支援1以上
対応可能な医療内容	看取り		○	○
	経管栄養		胃ろう	胃ろう・経鼻
	療養食		○	○
	インスリン		○	○
	在宅酸素		○	○
	喀痰吸引		口腔・鼻腔	口腔・鼻腔
	膀胱カテ	○	○	○
	ストマ	ウロ・便	ウロ・便	ウロ・便
	点滴		○	○
	服薬管理	○	○	○
	麻薬使用			
	受診送迎		緊急時とロングのみ	緊急時とロングのみ
	重度認知		要相談	○
	ガン末期		要相談	要相談
	機能訓練	○	○	○
介護保険給付以外の費用			特別な食事実費 散髪代2,000円/回	朝食代360円 昼食代650円 夕食代525円 個室1231円/日 多床室915円/日 散髪代1500円/回
事業所の特徴・PR			全室個室で洗面台、トイレ完備。年間通して利用、送迎対応。1ユニット10名の少人数ケアで、利用者の希望や身体状態に合わせたきめ細やかなサービスの提供。ノーリフティングケアの実施。四季折々の献立や身体状態に合わせた食事の提供。	一人ひとりの笑顔があるケアを目指します。絹島荘に来れば元気になる、自分が必要とされる場があります。土日・祝日の送迎対応可能。管理栄養士による、地産地消の食材を使用しての献立で、身体状況に応じた食事の提供。

短期入所療養介護

事業所名		介護老人保健施設 ひまわり	介護老人保健施設 リリックケアセンター
住所		〒769-2601 三本松1665-1	〒769-2701 湊1867-2
TEL FAX		0879-25-6600 0879-24-6611	0879-25-0103 0879-24-0103
種別		短期入所療養介護・多床室・個室	短期入所療養介護
定員		空室利用	空室利用
送迎	送迎	○	○
	土日対応	日曜不可	要相談
	送迎範囲	東かがわ市・さぬき市	東かがわ市
受け入れ介護度		要支援1以上	要支援1以上
対応可能な医療内容	看取り		
	経管栄養	胃ろう	
	療養食	○	○
	インスリン	○	
	在宅酸素	○	
	喀痰吸引	口腔・鼻腔	○
	膀胱カテ	○	○
	ストマ	ウロ・便	ウロ・便
	点滴	○	
	服薬管理	○	○
	麻薬使用		
	受診送迎		
	重度認知	○	○
	ガン末期	要相談	要相談
	機能訓練	○	○
介護保険給付以外の費用		部屋代 多床室430円/日 個室1,700円/日 食費1,690円/日 施設洗濯代250円/回 散髪代1,800円(税別)/回 日常生活費・教養娯楽費実費150円/日 申込電化製品電気代33円/日	電気代2,000円～5,000円/月 洗濯代2,000円～5,000円/月 散髪代2,000円/回
事業所の特徴・PR		空室利用型です。利用時の個別リハビリの実施も可能です。レクレーションや行事等も実施し、楽しめるよう努めています。	

事業所名	駅前やすらぎ処	ナースホーム絆
住所	〒769-2702 松原656-1	〒769-2519 小砂509-1
TEL FAX	0879-26-5650 0879-25-6775	0879-24-9215 0879-25-7716
定員	登録29人・通い15人・宿泊5人	登録29人・通い15人・宿泊9人
営業状況	通い・8:00～18:00 訪問・早朝、夜間対応は高齢者 アパート入所者のみ	365日・24時間営業 通い(基本)9:00～16:00
送迎訪問可能地域	東かがわ市 ※一部要相談	東かがわ市
受け入れ可能な 医療内容	<ul style="list-style-type: none"> ・在宅酸素 ・膀胱カテ(見守り) ・ストマ(見守り) ・服薬管理(実施) 	<ul style="list-style-type: none"> ・看取り ・経管栄養 ・在宅酸素 ・喀痰吸引 ・人工呼吸器 ・気管カニューレ ・点滴 ・中心静脈栄養 ・導尿 ・膀胱カテ ・腹膜透析 ・褥瘡
介護保険給付以 外の費用	朝食400円 昼食400円 夕食600円 おやつ代0円 宿泊代2,000円/泊 オムツ代実費	朝食500円 昼食600円 夕食700円 おやつ代0円 宿泊費2,000～6,000円/泊 オムツ代実費 電気代100円/日 洗濯代200円/回
支援内容	通い・訪問・泊り※泊りサービス については毎週金曜日のみ	通いサービス 訪問サービス(看護・介護) 宿泊
事業所のPR	小規模人数での対応であり、静かに落ち着いて過ごせる施設であります	

腰痛を
予防しよう！

忙しい合間の「腰痛予防の「これだけ体操」」

移動など前屈みでの作業後、重い物を持った後、しばらく座りっぱなしだった後(特に腰に違和感を感じた時)には、「これだけ体操」をやりましょう!

●**どうやるの?**

息を吐きながら、**3秒間**

骨盤をしっかり押すだけ

1~2回

このときは**中止!**

あごを軽く
水平に引く

胸を
開く

同肘をできるだけ
近づけながら
骨盤を前へ
押し込んでいく

足は
肩幅より
少し広めで
平行に置く

骨盤を前へ
しっかり
押し込む

ひざは
曲げない

痛みがお尻から
太もも以下に続く
場合は中止し、整形外科にご相談
ください。

Q:なぜすぐに腰を反らすと良いのでしょうか?
A:後ろへズレた腰椎が中央に戻りやすいからです。

通常、腰椎は椎間板の中央
にあります。

前屈み姿勢によって腰椎が
後方へ移動し、椎間板の
バランスが崩れます。

すぐ反らせば、容易に腰椎
がバランスの良い中央へ
戻ります。

*余裕があれば前屈み作業の前にも1~2回しっかり反らしておくと
さらに良いでしょう。

厚労省サイトから引用