



西の京だより

VOL.15



栄養士



毎日蒸し暑い日が続きますね。7月に入り、祇園祭の時期になると鰻を店頭で見かけるようになり夏を実感します。
当施設は7月17日祇園祭りの鉾巡行日に合わせて鰻の天ぷらをご提供しました。サクサクした衣の中にふんわりやわらかい鰻の身を味わっていただけるよう仕上げました。
おいしく召し上がって暑い夏を乗り切ってくださいねと思っております。



答え

A.正解：×
1月当たりの介護サービス費については基本的に全ての方に収入と所得の条件に合わせた上限が設けられています。例えば下の表の④年収80万円以上であり、市民税が非課税の単身世帯の利用者が1日あたり介護サービス費として1500円（1割）、月45000円支払った場合、24600円が上限となり数か月後に市町村へ申請することで差額の払い戻しを受け取ることができます。また2～3割負担の方も高額介護サービス費の上限を超えた分については払い戻しを受けることができます。（申請についてはお住まいの区役所等へご相談ください）

収入、所得の条件	高額介護サービス費の上限（個人）
① 生活保護を受給	1,500円
① 老齢福祉年金を受給	
① 年収が約80万円以下の方	24,600円
① 市民税非課税の方	
① 市民税が課税の方	44,400円
① 課税所得380万円以上690万円未満の65歳以上の方	93,000円
① 課税所得690万円以上の65歳以上の方	140,100円



デイケア空き状況



	月	火	水	木	金	土
一日利用 (昼食あり、入浴なし)	×	○	○	○	○	×
一日利用 (昼食、入浴あり)	×	△	×	○	△	×
短時間利用 (午前/午後) (昼食、入浴なし)	×/未	×/未	×/未	○/未	○/未	○/○

2024年8月1日現在 ○…空きあり △…あと少し ×…ご相談ください *未は準備中

無料体験・見学受付中

社会福祉法人 保健福祉の会 介護老人保健施設 西の京

〒604-8454京都市中京区西ノ京小堀池町16 代表TEL 075-821-3388 デイケアTEL/FAX075-821-3384

一部、感染対策を実施の上マスクを外し撮影している写真があります。ご了承ください。

立秋とは名ばかりの猛暑が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか？
暑いですね…テレビを見ていると、今年は史上最も暑い夏になるという報道がされているのを見ます。最近「酷暑日」という言葉を聞く機会も増えてきました。この「酷暑日」は気温が40度以上の事を指すようです…
厳しい暑さも今が峠です。皆様、健康には気を付けて、頑張りましょう！



熱中症まめ知識

熱中症に
注意しよう！



ご存じですか？「暑さ指数」
暑さ指数は、熱中症を予防することを目的として1954年にアメリカで提案された指標です。気温だけではなく、人間の熱バランスに影響の大きい「気温・湿度・輻射熱（ふくしゃねつ）」の3つを取り入れた温度の指標です（正確には、風（気流）も影響します）。輻射熱とは、日射しを浴びたときに受ける熱や、地面、建物、人体などから出ている熱です。温度が高い物からたくさん出ます。
暑さ指数が28（厳重警戒）を超えると熱中症患者が著しく増加すると言われていて、テレビの天気予報で出されている熱中症警報などもこの指標を参考にしています。

暑さ指数25以上の時は外出を控え、こまめに水分をとるなど対策をとりましょう。家の中でもエアコンをつけ、涼しく過ごしましょう。
全国840地点で計測されている各地の暑さ指数は、環境省熱中症予防情報サイト<https://www.wbgt.env.go.jp/>で確認できます。

暑さ指数 (WBGT)	注意事項
危険 (31以上)	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
厳重警戒 (28～31) ※1	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒 (25～28) ※2	運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休息を取り入れる。
注意 (25未満)	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。



