

やまびこ

題字／坂本昭文

まちとむら 未来をひらく 広域連合 南部町 伯耆町 日吉津村

素敵なまち、それはあなたのまちです。



日吉津海岸(日吉津村)

夏はマリンスポーツをする人たちでにぎわう、松林が美しい海岸。日野川河口ではモーターバラグライダーも楽しめます。海辺を散歩すれば、雄大な大山と日本海の風景がひろがります。

●平成22年度介護保険料年額

●ホームページ開設

●職員の異動

●「シリーズ地域包括支援センターだより」脱水にご用心!

●介護相談員に相談してください

●情報公開状況

平成22年度 介護保険料年額

介護保険料は大切な財源です。納付にご協力ください。

納付書での納付（普通徴収）の方は7月中旬に納付通知書または口座振替通知書が、年金からの引去り（特別徴収）の方は8月上旬に特別徴収開始通知が届きます。保険料額をご確認ください。

段階	対象者	計算方法	保険料額（年額）
第1段階	・生活保護の受給者等 ・世帯全員が町村民税非課税で老齢福祉年金の受給者の方	基準額×0.5	26,300円
第2段階	世帯全員が町村民税非課税で、本人の課税年金収入額+合計所得金額が80万円以下の方	基準額×0.5	26,300円
第3段階	世帯全員が町村民税非課税で、本人の課税年金収入額+合計所得金額が80万円を超える方	基準額×0.75	39,400円
第4段階	町村民税課税世帯で、本人が町村民税非課税の方	基準額	52,600円
第5段階	本人が町村民税課税で、合計所得金額が200万円未満の方	基準額×1.25	65,700円
第6段階	本人が町村民税課税で、合計所得金額が200万円以上300万円未満の方	基準額×1.5	78,900円
第7段階	本人が町村民税課税で、合計所得金額が300万円以上500万円未満の方	基準額×1.7	89,400円
第8段階	本人が町村民税課税で、合計所得金額が500万円以上の方	基準額×1.8	94,700円

介護保険料の納付軽減措置があります

災害や経済情勢の悪化により、主たる生計者の所得が著しく減少した場合の緊急措置として、保険料の減免措置があります。

広域連合または南部町、伯耆町、日吉津村の介護保険担当課にご相談ください。

*職員の異動のお知らせ(4月1日付け)

所属	職種・氏名
事務センター	保健師 番原 佳子 (南部町から)
南部地域包括支援センター	保健師 清水 知代 (事務センターから)

利用されている介護サービスに不満や不安、疑問はありませんか？

介護相談員に、お気軽にご相談ください。



介護相談は、研修を受けた南部町・伯耆町・日吉津村の住民16名により、3町村内にある介護保険施設や通所介護サービス事業所で毎月1回行われています。

相談員は、利用者や利用者家族から介護サービスへの不満や疑問などの相談を受け、利用者のプライバシーに配慮しながら利用者と事業所相互の橋渡しをし、課題の改善方法を探り不安等の解消を図る役割を担っています。

「不満はあるが相談はなかなかできない。」との声も聞かれ、相談はまだ少ない状況です。「介護相談員」と書かれたジャンパーを着ている相談員に、ぜひお話ししてください。

相談に関する問い合わせは

- 南部箕面屋広域連合事務センター
電話39-6224
- 南部町、伯耆町、日吉津村内の介護保険施設・
通所の介護サービス事業所

● ● ● ● ● 情報公開状況 ● ● ● ● ●

平成21年度 南部箕面屋広域連合情報公開施行状況

- 情報公開条例に基づく施行状況 … 公開請求なし
- 個人情報保護条例に基づく施行状況…開示請求49件(開示49件・不開示0件)

南部箕面屋広域連合のホームページを開設しました

介護保険制度のしくみや介護保険を利用するための手続き、介護保険サービスの内容、申請用紙などを掲載しています。ぜひご覧ください。

URLアドレスは ▶ <http://www.nan-mino.jp>



脱水にご用心!



高齢者は脱水になりやすい!?

成人は身体の約65%が水分でできています。しかし年をとるにつれて身体の水分量は減っていき、高齢者ではおよそ50%まで下がると言われています。つまり、高齢者はもともと身体の中の水分が少ないために、若い人に比べて脱水になる危険性が高いのです。

脱水は放っておくと危険です



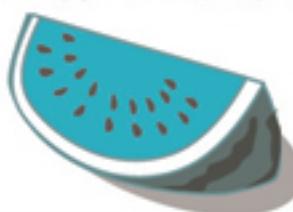
高齢者は、口の渴きを感じにくい・もともと肌が乾燥気味…など、脱水を見逃しやすく、気がついたときにはすでに重症・手遅れにもなりかねません。

○水分摂取量の目安は食事以外に
約1500mlです。

「500mlのペットボトルを1日に3本」を目安に飲んでみましょう。
※朝起きたら、食事中や食後、体を動かす前後など、こまめに水分をとりましょう。

大切なのは予防です!

- きちんと食事をとりましょう。汁物や果物（スイカ等）など水分を多く含むものをとることもよい方法です。
- 下痢や嘔吐があるときは、特に脱水に気をつけましょう。



※心臓病・腎臓病などで水分制限がある人は、水分摂取量についてかかりつけ医によくご相談ください。