

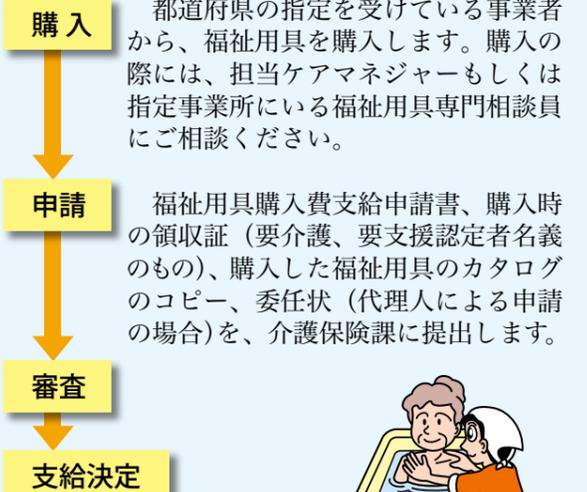
福祉用具の購入について

要介護および要支援認定者が、次の特定福祉用具を都道府県の指定を受けた事業者から購入したとき、要介護区分に関係なく10万円を上限とし、介護保険から購入費の9割（一定以上所得者は8割）が支給される制度です。支給を受けるには申請が必要です。

対象となる福祉用具

- 1 腰掛け便座（ポータブルトイレ、和式便器の上に置いて腰掛便座に変換する用具など）
- 2 自動排泄処理装置の交換可能部品
- 3 入浴補助用具（浴槽用手すり、シャワーチェアなど）
- 4 簡易浴槽（取水、排水に工事をとらなわないもの）
- 5 移動用リフトのつり具

申請の流れ



指定事業者について

茨城県内の指定事業者は、茨城県のホームページから確認することができます。

市介護保険課 介護保険係 ☎34-0417

けんこうひろば 2017 16

睡眠時無呼吸症候群の診断

現在の睡眠を評価するにあたり睡眠時間がしっかりと取れていることが大前提ですが、昼間の眠気などの程度あるか知るため、日常生活で眠気をもたらす8つの状況を各自が眠気のレベルにて点数化し評価する方法があります。以下にエプワース眠気尺度(ESS)を紹介し、下記8項目の合計点数が10点以上であれば要注意、15点以上なら精査といわれています。

また現在最も確実な診断法として用いられるのは終夜睡眠ポリグラフ検査(PSG)です。これは睡眠中の生理現象や睡眠の深さを測定し総合的に評価する検査法です。PSG検査にて1時間あたりの無呼吸指数(AHI)が5以上ある場合

エプワース眠気尺度(ESS)

- 1) 座って何かを読んでいるとき
- 2) 座ってテレビを見ているとき
- 3) 会議、映画館などで座っているとき
- 4) 乗客として1時間車に乗っているとき
- 5) 午後横になって休息をとっているとき
- 6) 座って人と話しているとき
- 7) 昼食をとったあと、静かに座っているとき
- 8) 座って手紙や書類を書いているとき

うとうとする可能性はほとんどない	0点
うとうとする可能性は少しある	1点
うとうとする可能性は半々ぐらい	2点
うとうとする可能性が高い	3点

合、閉塞性睡眠時無呼吸症候群と診断されます。5未満の場合は単純いびき症、20以上の場合には重症と判定されています。これらの検査は医師診療機関で行われます。次回治療についてお話しします。(結城市歯科医師会提供)



「精神デイケア流れ星」のご案内

一緒に活動してみませんか

「精神デイケア流れ星」は、人づき合いが苦手、家から出て活動したい、相談相手や友達がほしい、働くための自信を持ちたいなどの悩みを持つ方のためのグループです。生活リズムの安定、人間関係や就労などの社会生活に向けての自信を高めることを目的として実施しています。現在、6人のメンバーと精神保健ボランティア（毎回2人協力）が活動中です。

活動内容

革細工やスポーツ、園芸、料理、折り紙などがあり、メンバーで意見を出し合い、翌月の内容を決めていきます。

革細工では、コースターや印鑑入れなどを作成しています。初心者でもボランティアや先輩メンバーの助言を受けながら楽しく活動できます。

流れ星専用の畑で、みんなで野菜を育てています。5月は収穫した小松菜やほうれん草を使った炒め物やみそ汁を作り、試食を行いました。

- 【日時】 毎週金曜日 午前9時30分～ 午前11時30分
- 【場所】 健康増進センター
- 【料金】 無料

連絡先

結城市健康増進センター
健康増進係
☎32・7890



帝王切開のちよとしたこと

胎児はお母さんのおなかの中にいるときはすべて酸素も栄養も胎盤からへその緒を通してもらっています。それが生まれた途端に遮断されてしまいます。すぐに自分で呼吸を始めないと生きていけません。そのためには産道でのつらい道のりが必要だといわれています。分娩中、時間をかけて産道を通していくこと自体が、赤ちゃんにとっては母体外生活の準備時間でもあります。

おなかの中の胎児は羊水中に浸かっていますが、それと同時に肺の中にも羊水が肺液として満たされています。肺液は肺でいつも作られていて、肺からあふれてまわりの羊水となったり、それを飲み込んで消化管へも流れていきます。陣痛がはじまると胎児の肺液の産生が抑制されて分娩が進行するにつれて肺液が血管などに吸収されていきます。陣痛による刺激も肺液の吸収に重要です。この肺液がなくなることで新生児の呼吸

が始まります。帝王切開は胎児が産道を通り抜けることなく誕生することができるので、胎児にとっては楽な出生方法となります。しかし、帝王切開ではこの過程が省略されるので出生後に肺液の吸収が遅れて、確率的にはわずかですが呼吸不全を起こしやすくなります（水に溺れた状態です）。そのときには、新生児一過性多呼吸といわれ、赤ちゃんの呼吸が早くなります。とはいっても一般的に数日中には肺液は肺の中に吸収されるので、注意深い経過観察で落ち着くことが多いです。

胎児にとって楽な出産方法である帝王切開の方が呼吸の異常が多いなんて、意外です。よね。

(結城市医師会提供)



IKI・TEI亭

50号バイパス沿い

■結城市新福寺3丁目3番地11 ■TEL:0296-21-2343
■OPEN/11:30～23:00(LO:22:00) ■定休日/水曜日

介護付有料老人ホーム

しもふさの郷 百寿の家

サービス内容 介護付特定施設型有料老人ホーム ショートステイ・居宅介護支援事業所 デイサービス・介護タクシー クルニブホーム

TEL 0296-35-0294 FAX 0296-35-6155
結城市大字武井1248 HPアドレス http://www.shimofusa.ne.jp

資格取得! 地域医療に貢献する 准看護師

一募集要項頒布中一

当学院では、幅広い年齢層の生徒が学び、卒業後は地域医療の最前線で活躍しています。社会人の方々も数多くチャレンジしています。

入学相談・学院見学 随時受付中

真壁医師会准看護学院

筑西市二木成827-1 ☎0296-22-7702
(下館南中学校そば) http://www.m-ishikai.com/gakuin/

医療法人 達生堂 城西総合健診センター (城西病院)

●健診コース●

- ・日帰りドック
- ・一泊二日ドック
- ・二泊三日ドック
- ・脳ドック
- ・一般健診 (定期・採用時等)
- ・特定健診 (特定保健指導)
- ・特殊健診 (じん肺、有機溶剤)

健康診断のお問合せはお気軽に下記へ
〒307-0001 茨城県結城市結城10745-24
TEL 0296(33)0115 FAX 0296(33)8300
E-mail josai@josai-hp.com URL http://www.josai-hp.com/js/