

ぎんちゃん通信

2018年4月第49号



花見シーズンもあつと云う間に終わってしまいました。桜の季節、観光客の多かったこと。そして外国人観光客の多かったのには驚きでした。感心したように桜の花を覗きこむ姿や仲間・家族と写真に収まろうとする楽しそうな様子に、金沢へようこそ、楽しんでいってね、という気持になりました。この観光客の応対にきっとシルバー会員の働きがあちこちであったことでしょう。忙しかった会員さん、お疲れ様でした。

介護保険法改正（4月1日～）について

3月26日「金沢市介護サービス事業者連絡会訪問介護部会研修」に参加しました。

「自立支援・重度化防止に資する観点から身体介護に重点を置く」ということから介護報酬の単価が見直されて、要介護の身体介護を中心である場合は3～11単位上がり、生活援助を中心とする場合は2単位下がりました。（配分金は変わりません）そして生活援助中心型の担い手を増やすために新しい研修制度を設けることなどがわかりました。この他にも今後訪問介護で重要視されることなどお知らせしていきます。

ホットなヨーグルト

ヨーグルトを毎日食べている方はきっと多いはず…なぜ毎日食べるの？と聞くと「体にいいから」という答えが返ってきます。その体に良い効果がアップする食べ方が「ホットヨーグルト」。その名のとおり温めたヨーグルトです。市販されているヨーグルトを電子レンジで一食分30～40秒温めていただきます。ヨーグルトの乳酸菌やビフィズス菌は37～40度の環境を好み、活動が活発になることから、温めたヨーグルトは効果アップが期待出来る、と言うわけです。私、果物入りやジャムを入れるのが好きなんですけど、と言う方はそれも大丈夫。バナナ、きなこ、蜂蜜、お好きな味でどうぞ。温め過ぎてアツアツにならないことだけ、気を付けて下さいね。ホットと呼びますがほんのりぬるい程度です。

百万石まつりを楽しもう！

はや6月の話かいね～と言われそうですが、シルバー人材センターは今年も踊り流しに参加します。会員さんの参加受付を始めていますので、興味のある方ぜひご参加下さい。一度参加すると、楽しくて毎年参加するようになった会員さんがたくさんいます。思い切って新しいことに挑戦することや、頭と体を使って踊ることは脳トレにもなります。是非、みんなで踊りましょう。

4月の記録提出について お願い

4月末から大型連休に入ります。24日(火)から業務が終わり次第、記録を提出して下さい。28日(土)29日(日)30日(月)に業務のある方も一旦27日(金)までに提出していただき、残りは5月1日(火)に提出して下さい。申し訳ありませんが、5月3日～6日まで事務所は休業ですので、スムーズな事務処理のためご協力をお願い致します。