

# あかしや通信 令和元年7月号

〒089-0552 中川郡幕別町札内あかしや町 42 番地の 10

Tel 0155-55-4165 Fax 0155-55-4166

海の日

## 《7月の行事予定》

日程	行事内容
7月12日(金) 午後	防災避難訓練
7月13日(土) 13:00~15:00	RUN 伴まくべつ 2019
7月16日(火) 14:00~15:00	フラダンスボランティア訪問(ハナレイ様)
7月17日(水)	不在者投票
7月18日(木) 12:30~15:30	1F 外出レクリエーション
7月22日(月) 14:00~15:00	あっちこっち紙芝居(1F)
7月24日(水) 13:00~15:00	テイクア焼肉会



### 認知症になっても変わらない暮らしができる地域づくりを目指して



## RUN TOMO-RROW 2019 (らんとも) RUN TOMO

『らんとも』は認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症の人もそうでない人も、みんなでタスクをつないで、日本を縦断するプロジェクトです！今年でチームあかしやは5年連続5回目の参加です。すっかり恒例行事です。

今年は十勝全体を7つのエリアに分けての実施です。幕別エリアは7月13日(土)に開催決定！タイムスケジュールについてはあかしやのホームページにアップしております。オレンジのTシャツ軍団を見かけましたら、ぜひオレンジ色のグッズを手にもって応援をお願いします！



(写真は昨年のもので)

## 『介護保険負担限度額認定証』及び『介護保険負担割合証』について

7月中旬から下旬に各市町村より『介護保険負担限度額認定証』及び『介護保険負担割合証』がご自宅に郵送されます。ご自宅に届きましたら、あかしや事務室にご提出くださいますようお願いいたします。

### ● 『介護保険負担限度額認定証』について

対象者：現在認定を受けている利用者様、又は下記の要件に該当する方

《認定される為の要件》

- ・本人と配偶者を含め、世帯全員が非課税であること。
  - ・預貯金額等が単身で1,000万円以下、夫婦で2,000万円以下である。
- ※詳細については市町村にお問い合わせください。

現在、適用となっている負担限度額認定証の有効期限は『平成31年7月31日』迄です。認定を受けている方も更新の手続きが必要(自動更新ではありません)。お住いの市町村より「介護保険負担限度額申請書」が届きますのでそれぞれの市町村役場で手続きをお願いいたします。お手続きのない場合、8月以降、継続して食費・居住費(滞在費)についての負担軽減を受けることができなくなります。

### ● 『介護保険負担割合証』について

対象者：すべての利用者様(※申請の必要はありません)

お住いの市町村役場より7月中旬に『介護保険負担割合証』が交付されます。通所ご利用者様は連絡帳袋等をご活用いただき、ご提出をお願いいたします。

介護保険負担割合証	
交付年月日 年 月 日	
氏名	
住所	
フリガナ	
性別	
生年月日	昭和 年 月 日
年齢	歳
世帯主	○ 是 □ 否
利用者の割合	
開始年月日	平成 年 月 日
終了年月日	平成 年 月 日
備考	
届出番号	
交付した市町村	

**ご提出期限：8月16日(金)まで**



## ～リハビリこぼれ話～

皆様こんにちは。7月に入りましたが、夏らしいスカッとした天気とはいかず、今年はどうも暑い日が続いていますね。毎年夏バテでご飯がのどを通らなくなる作業療法士の江波です。

これから夏になり暑い日が続く季節になってきますね。水分補給も重要ですが、食べることも大切です。「医食同源」という言葉がありますが、日頃からバランスの取れた美味しい食事をとることで病気を予防し、治療しようとする考え方です。(ちなみに、「医食同源」とは中国語ではなく日本で作られた言葉だそうです。)食は身体の源です。少しずつでもよいので、しっかり食べて暑さに負けないように今年の夏は乗り越えたいですね。今年こそは夏に負けないぞー！！