



ご多聞に漏れず、「コロナ」の話題になります。何をするにしても常に「コロナ」のことがつきまとう毎日です。皆さんお元気といえども、以前のようなはつらつとした元気さは持ち合わせてはいないのではないのでしょうか。ぼちぼち体を動かし始めると、体が硬くなっていたり、体力がなかったりと衰えを実感されている方も少なくないと思います。そろそろ、警戒を解いて免疫力を高めるよう、活動を始めませんか。しかしながらワクチンが開発されるまでは油断はできません。新しい生活様式と言われるものを今一度確認してみます。（厚労省のホームページより）

「新しい生活様式」とは

日常生活



買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

働き方



- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

「人との接触を8割減らす、10のポイント」を公表したと載っていましたが、「オンラインで」「通販で」「動画で」「遠隔診察」など、国民全般目線ではない、ずいぶん勝手なことを言っているものだと思います。しかしながら私たち世代は覚えられないといけいけいでしょうね。昨年当事業所の交流スペースで年配の方にスマホ教室を開催しましたら、今回コロナでステイホーム中にLINEで画像のやり取りをしたりして、使い方を覚えて役に立った様子。タイミングよくスマホを使えるようになってよかったと我ながら思いました。

新型コロナウイルス感染症におけるケアマネジメント業務について

厚生労働省が新型コロナウイルス対策の為、介護保険事業の運営に対して様々な特例措置を打ち出してきました。ケアマネージャーも日々の業務において、訪問が基本のところ、利用者の同意を得て、下記のような対応もしております。

- ・ **モニタリング評価** → 電話・メール等での状況確認（どのような手段で、こういった内容の状況確認ができたのかは記録に残す）
- ・ **サービス担当者会議の開催** → 電話・FAX・メール等ですべての事業者に照会をかける 利用者や家族が参加できない場合は、事前に意見を聴取しておく（柔軟に対応 詳細は記録に残す）
- ・ **退院 退所時の連携** → 病院等の職員と面談以外（電話やメール等）で情報収集を行う

この他にも、通所系サービスは訪問サービスに替えての算定が可能となったり、サービス利用実績のない場合の居宅介護支援費の算定が可能になったりと、弾力的な対応が事務連絡より出されています。今後また新たな特例ルールが出てくるかもしれませんので、情報のアンテナをしっかりと張って、スムーズに適切な対応や仕事ができるようになります。

基本は通常時の
運営基準の対応
ですが、感染拡大
防止を踏まえた
臨時的な対応
が可能となって
います



これまでに示された運営基準等の柔軟な対応に関する事務連絡をまとめたページが厚労省HPに掲載されています。

「新型コロナウイルス感染症にかかる介護サービス事業所の人員基準等の臨時的な取扱いについて」のまとめ
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000045312/matome.html>

新型コロナウイルス関連の生活支援情報

- ・ 特別定額給付金（10万円の一律給付）
- ・ 子育て世帯への臨時特別給付金（0歳～15歳の子どもがいる家庭）
- ・ 緊急小口資金・総合支援資金（生活するお金の支援）
- ・ 持続化給付金（中小事業主・個人事業主のための支援）
- ・ 社会保険料等の猶予
- ・ 生活困窮者自立相談支援事業
- ・ 生活保護
- ・ 住居確保給付金（家賃の支援） 等々

支援策をまとめたリーフレットが厚生労働省により作成されています。
リーフレット「生活を支えるための支援のご案内」

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000045312/matome.html>



【介護に関するお問い合わせ】

居宅介護支援事業所 スマイルゆい

- ☑住所：〒870-1103 大分市敷戸西町1-3 ミスチャ-ハウスえん2F
- ☑TEL：097-504-7858 ☑FAX：097-504-7848
- ☑E-MAIL：furumura@wonder.ocn.ne.jp

編集後記



「コロナ」の話題ばかりの“ゆいだより”となってしまいました。徐々に以前のような生活へともどりつつありますが、まだまだ油断は禁物。栄養バランスの良い食事、適度な運動、良質な睡眠を心がけ、免疫力を高めるような生活を心掛けたいものです。

