



ケアサポート・柚子便り



事業内容

1. 介護サービス計画（ケアプラン）の作成

介護支援専門員（ケアマネージャー）が、ご本人・ご家族のご希望をお聞きし、ご相談しながらケアプランを作成致します。

2. 市への介護保険申請の代行を致します

市の窓口への介護保険申請手続きの代行を致します。

3. 介護に関するあらゆるご相談をお引き受け致します

介護でお困りのことは、何なりとお気軽にご相談ください。
お電話を頂ければご自宅へ伺わせていただきます。

※ケアプラン作成の利用者負担金はありません

介護サービス（ケアプラン）作成費用は、全額介護保険から支払われますので、作成費用の利用者負担金はありません。



○●豆 知 識●○

脱水予防について

高齢者は体液が減少しやすく、水分や塩分の摂取に重要な食事量も十分にとれないことがある為、発汗による体温調節機構が十分機能せず、脱水症を起こしやすくなっています。気づかない間に「**かくれ脱水**」を引き起こしている場合もあり、注意が必要です。

脱水予防の為、以下の点に注意して生活しましょう！

- ① 温度・湿度の調整... 冷房や扇風機などを上手に活用しましょう。
- ② 衣服の調整... 高齢者は重ね着をしがちですが、風通りの良い服を選びましょう。また、外出時は帽子を着用すると良いですね。
- ③ 適切な水分摂取... 喉の渇きが無い時でも、定期的に水分補給を！
- ④ 食事と水分摂取... 野菜や果物等、普段口にする食べ物の中にも水分は含まれています。また、塩分を摂ることも大切です。

めまい・立ちくらみ・大量の汗・頭痛・吐き気・体がだるい・体に力が入らない等の症状が出たら無理をせず、受診するようにして下さいね！



ご案内

ご利用時間：月曜日～土曜日（日・12/31～1/3を除く）8：30～17：30まで

居宅介護支援事業所：ケアサポート・柚子（事業所番号 2172100972）

大垣市 外濑 2丁目 79番地

TEL (0584) 87-1915 FAX (0584) 87-1918

ケアマネージャー：崎原、駒月、野崎、林、山口、白井