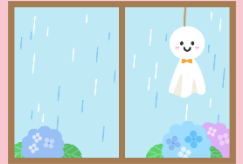




# シーダ・ウォーカー



## 時事寸考

シーダ・ウォーク施設長、医師の吉田です。前回の続きになります。Google の AI チャット Bard で「介護老人保健施設とは」と尋ねてみました。

『(前略) 要介護認定を受けた高齢者が、在宅復帰に向けてリハビリテーションを受けることができる施設です。老健では、専門職が、入所者の状態に合わせたケアを提供します。また、食事や入浴、排泄などの日常生活支援もおこなっています。老健の入所期間は原則 3 か月ですが、必要に応じて最長 1 年 6 か月まで延長することができます。老健に入所する際には、介護保険の利用者負担金がかかります。(中略) 在宅復帰を希望する高齢者にとって、リハビリテーションを受けることができる貴重な施設です。老健の利用を検討している方は、お住まいの地域の介護保険窓口にご相談ください。』



よくまとまっていますが老健には、「最長 1 年 6 か月」という決まりはなく、個人によって入所期間は異なります。なお、全国老人保健施設協会における老健の説明は次の通りです。

『(前略) 介護を必要とする高齢者の自立を支援し、家庭への復帰を目指すために、医師による医学的管理の下、看護・介護といったケアはもとより、作業療法士や理学療法士等によるリハビリテーション、また、栄養管理・食事・入浴などの日常サービスまで併せて提供する施設です。(中略) ご利用いただける方は、介護保険法による被保険者で要介護認定を受けた方のうち、病状が安定していて入院治療の必要がない要介護度 1~5 の方で、リハビリテーションを必要とされる方です。(以下略)』



『(前略) 介護を必要とする高齢者の自立を支援し、家庭への復帰を目指すために、医師による医学的管理の下、看護・介護といったケアはもとより、作業療法士や理学療法士等によるリハビリテーション、また、栄養管理・食事・入浴などの日常サービスまで併せて提供する施設です。(中略) ご利用いただける方は、介護保険法による被保険者で要介護認定を受けた方のうち、病状が安定していて入院治療の必要がない要介護度 1~5 の方で、リハビリテーションを必要とされる方です。(以下略)』

## 栄養科より今月の一押しメニュー

6 月 13 日の昼食は「えびピラフ、ミネストローネ、フルーツムース」です。おやつは紫陽花が彩られた和菓子をご用意しています。

梅雨が明けると本格的な夏が

やってきます。暑さで体調を崩さぬよう、しっかり食事を摂りましょう。



## シーダ・ウォーク ロビーコンサートの

### ♪ 演者さんを募集しています ♪

土曜日の午後に 1 階のロビーでコンサートを実施しています。(歌、楽器演奏、ダンスなど) 現在、演者さんを募集しております。ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

**03-5311-6262**

## シーダ・ウォーカー 法律相談

### 自転車のヘルメット着用について

警察官の方が自転車に乗って街中をパトロールしている光景はよく見ますが、その格好が少し変わったことにお気づきでしょうか。頭に被っているものが変わりました。これまでは警察帽を被っていましたが、いまは皆さんヘルメットを被っています。これは、道路交通法が改正されたためです。

今年の 4 月 1 日から、自転車の利用者はヘルメットを着用することが努力義務となりました。

努力義務と書いたのは法律で「着用を努める」という書き方だからです。ですので、もし、ヘルメットをかぶらずに自転車に乗ったとしても、罰則や罰金などのペナルティはありません。法律が改正されるまでは、ヘルメットの着用が努力義務とされていたのは、13 歳未満の子供まででした。

しかし、今年の 4 月からは、年齢に限定はなくなりました。

自転車を運転するすべての人がヘルメットをかぶることに努めなければならないのはもちろんのこと、同乗する児童・幼児にもヘルメットをかぶらせるように努めなければなりません。また、保護者は、児童や幼児が自転車を運転する際は、ヘルメットをかぶらせるよう努めなければなりません。

このように改正されたのは、自転車での重大な交通事故では、頭部に怪我をしていることが多いからです。国の調査によると、自転車死亡事故の約 7 割が頭部に致命傷を負っているそうです。

また、ヘルメットを着用していない場合の致死率は、着用している場合と比較すると、約 2.3 倍も高くなっています。弁護士の仕事をしていると、悲惨な交通事故にまつわる案件に関わることがあります。事故に遭ったご本人はもちろんのこと、突然に命を奪われたことの理不尽さに苦しんでいるご家族には掛ける言葉も見つかりません。努力義務であったとしても、自転車を利用される際には、自転車用ヘルメットを着用し、頭部を守っていただきたいと思います。

桜丘法律事務所 弁護士 小堀 惇

(電話) 03-3780-0991 (WEB) <http://www.sakuragaoka.gr.jp>



2023 年 5 月 25 日発行 vol.191 発行責任者: 吉田晴彦  
編集責任者: 落合直樹 発行: 社会医療法人河北医療財団  
介護老人保健施設シーダ・ウォーク  
〒167-0034 東京都杉並区桃井3-4-9  
TEL.03-5311-6262(代) FAX.03-5311-6180  
<https://kawakita.or.jp/suginami-area/cedar/>



高齢者の  
ための

# 熱中症予防対策

シーダウォーク看護師です。今年は5月から30℃を超える日がありました。  
真夏を迎える前に、熱中症予防対策を再確認していきましょう。

## エアコンを上手に使いましょう

熱中症は、室内や夜間でも多く発生します。

### エアコンを活用する



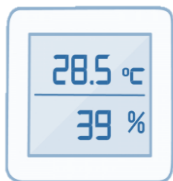
体に直接あたらないよう  
風向きを調整しましょう。

### 扇風機や換気扇を併用する



長時間、風が体に直接あ  
たらないように注意しま  
しょう。

### 温度・湿度を確認する



### 換気をして空気を入れかえる



## さらに 気をつけるポイント！

熱中症を防ぐため、状況に応じて  
マスクを外しましょう



※新型コロナウイルス感染者数もゼロではありません。  
感染対策も必要ですが、独りの時など会話をしない場面ではマスクを外すなど、工夫をしましょう。

のどが渴いていなくても  
こまめな水分補給をしましょう



1日あたり  
1.2リットル

※水分制限や塩分制限のある方は、  
かかりつけ医の指示に従いましょう。