



まごころ通信

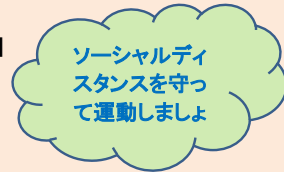
VOL. 018 2020年9月

🍷) 食べ物のカロリー、運動で消費するには…？

食べ物(カロリー)	ランニング	ウォーキング
シリアル(ポウル1杯、172kcal)	16分	21分
チョコレートバー(229kcal.)	22分	42分
甘いソフトドリンク(138kcal.)	13分	26分
ブルーベリーマフィン(265kcal.)	25分	48分
ポテトチップス.(小袋171kcal)	16分	31分
チキンとベーコンのサンドイッチ(445kcal)	42分	1時間



※ランニングは時速5～8キロ、ウォーキングは時速3～5キロから5～8キロを基準とした。
1日に必要とされるエネルギー量は、成人男性:約2500kcal
成人女性:約2000kcal



♥️ 往診と訪問診療

往診と訪問診療、どちらも自宅などで診療を受けるという点では違いが無いのですが、時に両者が混同された使い方をされていることがあるようです。

○往診→医師が診療上必要があると判断したとき、予定外に患者さんの自宅などに赴いて行なう診療で、基本的には困ったときの臨時の手段です。

○訪問診療→在宅医療を行なう患者さんで、疾病や傷病のため通院が困難な方に対し、医師があらかじめ診療の計画を立て、患者さんの同意を得て定期的に患者さんの自宅などに赴いて行なう診療。尚、急変時には緊急訪問に伺ったり、入院の手配を行ったりするなど、臨機応変に対応することからも、「第一のかかりつけ医」として、多くの場合、24時間体制で在宅療養をサポートするのが、訪問診療の特色です。

♥️ 介護保険サービス紹介(8) 福祉用具貸与

福祉用具貸与とは、指定を受けた事業所が利用者の心身の状況、希望及びその生活環境等をふまえ、福祉用具を貸与するサービスです。福祉用具貸与の対象は以下の13品目で、要介護度に応じて異なります。

①②特殊寝台及び付属品(ベッドと柵やサイドテーブル等) ③床ずれ防止用具 ④体位変換器 ⑤手すり ⑥スロープ ⑦⑧車いす及び付属品(クッション等) ⑨歩行器 ⑩歩行補助杖(一本杖は含まれない) ⑪移動用リフト ⑫徘徊感知機器 ⑬自動排泄処理装置

誤った使い方をすると事故やトラブル、廃用を進めることにもなりかねません。ケアマネジャーや福祉用具専門相談員に相談して適切に利用しましょう。

介護が必要になったとき、
その人がその人らしく生活できるよう
お手伝いします。

- ◎介護保険ってどうすれば使えるの？
- ◎仕事をやめなくても親の介護は続けられる？
- ◎退院はしたけれど一人で生活できない・・・
- ◎最近物忘れが多くなってきた・・・どうしよう？
- ◎一人暮らしの親が閉じこもりがちで心配・・・



まずは気軽にご相談ください



株式会社

まごころの里

ハートピア居宅介護支援事業所

〒360-0162
埼玉県熊谷市村岡307-1

☎ 048-536-5511
FAX 048-536-5512

事業所番号
1173103274

ホームページ
<http://www.magokoronosato.com/>

メールアドレス
info@magokoronosato.com

