

## 定期巡回サービス 4周年を迎えました!

3月25日に川越市高階市民センターで行った医療介護連携推進会議ではケアマネジャー9名・連携先の訪問看護からは看護師4名、他事業所のヘルパーや地域包括職員にもご参加いただきました。

サービス実施報告・学習会・事例報告のあとはグループごとに分かれ意見交換を行いました。ケアマネジャーからは「ずっと困っていたが定期巡回で頻回に訪問してもらえるようになり本人も家族も安心して在宅生活が続けられるようになった。」「退院直後の生活が不安定な時



や、体調が急に悪化して施設入所まで自宅で生活させたい時に是非利用したい。」訪問看護からは「毎日訪問してくれるので薬がきちんと飲めるようになり体調が安定してきた。困ったときはいつでも相談してほしい。」とのご意見を頂戴しました。

これからも地域に根付いたサービスとなるようがんばります!

サービス提供責任者:鈴木絵里子

## 2025年度のヘルパーの取り組みについて 紹介します

ふじみ野ケアセンターのヘルパーは12名います。昨年度は利用者様が1日でも長く自宅で暮らせるよう生協10の基本ケアを実践することにしました。担当ヘルパーが利用者様に対して生協10の基本ケアの中の項目を決め、普段のケアの合間で毎回実施してきました。10月のヘルパー会議の中で実施している内容、利用者様の变化をまとめ、報告会を行いました。継続して実施することで、利用者様が自ら体操をするようになった、ヘルパー訪問時に体操することを心待ちするようになったなどの報告がありました。

利用者様の意欲を引き出すきっかけになっていると感じることができました。

次回は2月の報告会での利用者様とヘルパー自身の变化についてお伝えいたします。

訪問介護管理者 三船



# マリーゴールド

2026 6 No.45



## 家族介護 支援教室



3月20日、ケアホーム大井の交流広場にて、ふじみ野市受託事業「家族介護支援教室」を開催しました。組合員さんなど総勢20名が参加され、「介護保険」「認知症の方とのかかわり」「介護予防体操(生協10の基本ケア)」について講演しました。

参加されたのは実際に介護でお困りの方や、ご自身やご家族の老後に不安を抱えている方でした。「高齢者あんしん相談センターという場所があることを知らなかった。」「認知症の方の本人目線で考えられていなかった。」「リハビリは大変だけど、毎日の立ち座りから意識しなおしてみる。」「友人にも伝えたい。」等、たくさんの声をいただきました。また、市役所の方も同席されており、「今後ともこの企画を継続してもらいたい。」といったご意見もいただきました。

初めての企画でどうなるか不安もありましたが、大変盛り上がったイベントとなりました。私たちとしても貴重な体験が出来ました。引き続き、参加した皆が有意義な時間だったと思えるような企画を考えていきたいと思えます。

ふじみ野市 オレンジカフェふじみん登録事業  
オレンジカフェふじみん

my Life ほっと一息しませんか?

オレンジカフェは、認知症の方やご家族、地域の方たちがほっとできる居場所です。

おいしいコーヒーとともに、認知症に関する情報提供と交流をしています。my Lifeで、「認知症になっても私が私らしく暮らしていきたい」を一緒に考えてみませんか♪♪

日時 6月18日(木) 15:00~16:00

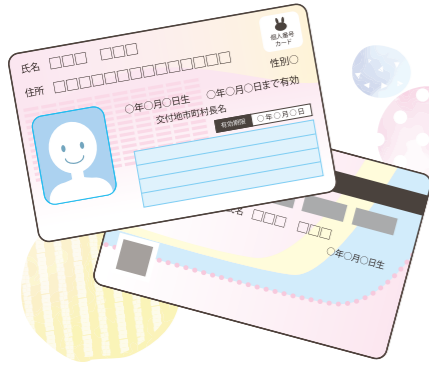
場所 生協ケアホーム大井 1階 地域コミュニティスペース コロンひろば

参加費 100円(お茶・お菓子代)

対象 認知症の方やそのご家族、認知症に関心がある方、日々の暮らしで困りごとがある方 等どなたでもご参加いただけます♪



# マイナ保険証について



2025年12月2日で事実上廃止となった紙の保険証。マイナンバーカード保有者は1億人でこのうち9割がマイナ保険証の利用登録をしているにも関わらず、マイナ保険証利用率はわずか64%(今年1月)です。マイナンバーカードを持つかどうかは任意であり強制ではありません。「マイナ保険証」がなければ医療機関を受診できない、ということはありません。

マイナンバーカードを持っているかどうかに関わらず75歳以上の方には「資格確認書」というこれまでの保険証にそっくりなものがお手元に届いているのでご持参ください。75歳未満の方は、マイナンバーカードを持っていない方にこの「資格確認書」が発行されています。マイナンバーカードを持っている方で、保険証に紐づけされていない方は、診療所の窓口にあるカードリーダーで手続きができます。

もしも、マイナンバーカードも資格確認書も手元にない、けれども受診が必要という場合には、保険資格が継続していれば従来の保険証をご持参ください。窓口でオンラインでの資格確認ができます。

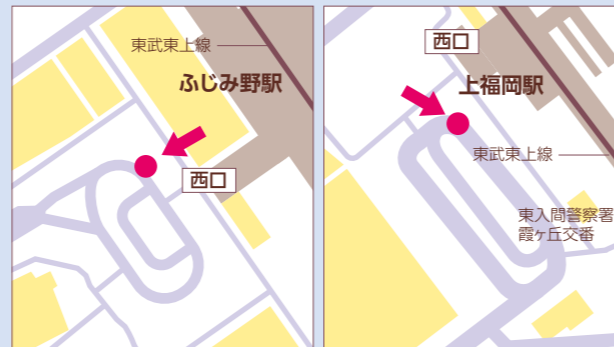


## 大井協同診療所 送迎車 巡回時刻表

**運行日** 月～金曜日 ※土日祝は運休です。ご注意ください。

**巡回ルート** 大井協同診療所→ふじみ野駅西口→大井協同診療所→上福岡駅西口

大井協同診療所発	ふじみ野駅西口発	大井協同診療所発	上福岡駅西口発
8:35	8:40	8:50	9:00
9:15	9:20	9:30	9:40
9:55	10:00	10:10	10:20
10:35	10:40	10:50	11:00
11:15	11:20	11:30	11:40
11:55	12:00	12:10	12:20
12:35	12:40	12:50	13:00
13:15	13:20		



## 大井協同診療所(内科) 6月の診療体制

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:45~12:00	中村 増山	中村 増山 関口	上西 増山 武田	中村 増山 杉戸	中村 増山 有山	輪番
午後 14:00~16:30	中村	増山	武田	杉戸 (14:00~15:00)	増山	
夜間 18:00~19:45		塩月(第1・3・4)		守谷(第1・3) 中村(第2・4)		
内視鏡(胃カメラ)	小泉		伊藤	梶		高橋(第1) 川村(第3) 竹口(第4)
訪問診療	増山	中村	増山	中村	中村	

- 栄養相談…毎週水曜日
- 第2土曜日、日曜祝日は休診

**大井協同診療所**  
〒356-0050 ふじみ野市ふじみ野1-1-15  
☎049-267-1101  
FAX049-267-1103  
通所リハビリ直通☎049-267-1115

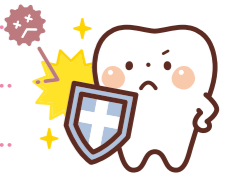


# フッ素を上手に活用しよう

6月4日~10日は歯と口の健康習慣!



歯は毎日、脱灰(カルシウムやリンが歯から溶け出す)と再石灰化を繰り返しています。虫歯の予防のために、歯の脱灰を抑え、再石灰化を促進する毎日のフッ素でのケアがお勧めです。



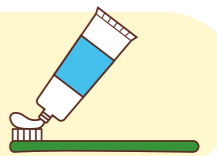
## フッ素の3つのはたらき

- ①歯から溶け出したカルシウムやリンの再沈着を促進します。
- ②エナメル質を強くし、酸に溶けにくい歯にします。
- ③虫歯を引き起こす細菌の働きを弱め、酸がつくられるのを抑えます。



虫歯予防の効果を高めるために、長い時間フッ素が口の中にとどまることが大切です。歯みがき剤の使用量やみがき終わった後のうがいの方法を、成人を例にご紹介します。

**歯みがき剤の量** 1~2cm (約1g)程度



**歯みがき後のうがい** 1回程度 (5~15mlの水で5秒程度)



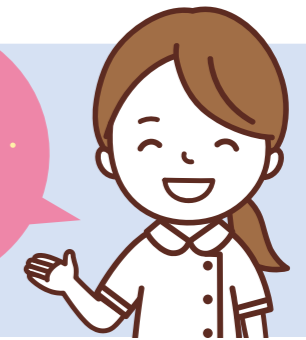
しっかりとうがいしたい場合は、いつも通りみがいてしっかりとうがいをしたのち、フッ素配合歯みがき剤をつけて、全部の歯に延ばすようにつけて、1回吐き出し、1回だけうがいをしましょう。

※フッ素濃度1,450ppmの歯みがき剤は6歳未満の子どものみには使用を控えましょう。  
※年齢に合わせて実施する方法や使用する商品を選びましょう。



## 6月4日は虫歯予防デー!

6月に販売品キャンペーンを開催します。ぜひこの機会にご活用ください。



## あさか虹の歯科 6月の診療体制

診療時間	月	火	水	木	金	土(第1・3)
午前 8:45~12:00	吉崎 窪田	吉崎 窪田	吉崎 窪田	吉崎 窪田	窪田	吉崎 窪田
往診	川田					本間
午後 13:00~17:00	吉崎 窪田	吉崎 窪田		窪田 鈴木	窪田 早田	吉崎 窪田
往診	川田			吉崎		本間
夜間 17:00~20:00				鈴木	早田	

- 第1・3水曜日 午前 8:45~13:00
- 木曜日 午後 12:00~17:00
- 水曜日午後外来、第2・4土曜日、日曜祝日は休診

**あさか虹の歯科**  
〒351-0033 朝霞市浜崎724-2  
☎048-476-8241  
FAX048-476-8242

