

10月14日 NPO 法人福祉振興会主催<青梅市>
認知症の早期発見と初期介護～認知症地域指導者研修～開催!!



好評の研修会、東京都青梅で開催！家族介護の他、地域の福祉に興味を持ち、専門的な知識・技能を修得、ボランティア（有償）等、地域の福祉活動に貢献する意欲のある方歓迎!!

■研修日程：平成19年10月14日（日）9時～17時<予定>

■研修会場：青梅商工会議所会議室<青梅駅より徒歩5分>

青梅市上町373-1 TEL：0428-23-0111

■研修対象：一般の方（高齢者を支えるご家族）有償ボランティア希望の方、介護従業者等

■募集定員：35名（先着順受付）

■受講料：4,500円（テキスト・疑似体験費用込み）

■応募方法：下記までお電話にてご連絡下さい。

■主催：NPO法人福祉振興会 ※研修担当（小関・福本）

■協賛：WAC あいネットワーク・地域創造ネットワーク・WAC（社）長寿社会文化協会

★お問合せ時間は（月）～（土）9時～16時まで ★フリーダイヤル：0120-14-4137/FAX：044-433-4712

夏休み特集<短期集中連載②>
蕎麦師矢野邦一のそば打ち講座

緊急連載第2弾！先月はそばうちに必要な道具や材料について説明を致しました。今月はいよいよこれらを使って、そばを打つ実際に体験します。

★材料<約5人分>：そば粉：500g/割り粉：150g/打ち粉：適量/お湯：150cc/水：70cc/つなぎ：卵<1個>、山芋<少々>：入れると風味良く仕上がります。

★作り方

【水まわし】鉢<ボール>にふるったそば粉（500g）と割り粉<中力粉>（150g）を、もみほぐすようにしながら良く混ぜる。糸を引くようにお湯（150cc）の半分注ぎ、粉の一粒一粒に水が行き渡るように混ぜます。粉にまんべんなく水が行くようにします。行き渡ったら、さらに半分の水を加え丁寧に繰り返す。この時、卵やすりおろした山芋を加えると風味が出ますが、最初はうまくいかない場合もあります。

【捏ね】水がまんべんなく行き渡ったら、粉を小さくな玉にし、徐々に大きくしていきます。玉をつぶしては起こして重ね、粘りが出るまで繰り返します。やがて玉の表面につやが出てきたら生地を回転させながら端から中心へ折り込むように練り込んでいきながら生地の中の空気を抜いていきましょう。丁度中華饅頭のような具合になればOKです。

【延ばし】打ち粉をまんべんなく打ち板と生地にうちながら掌で丸くなるように広げる。麺棒を使って更に延ばしていきます。

【丸出し】生地の上に打ち粉をふる。麺棒に体重をかけ押し付けるようにしてさらに生地を広げる。その後、生地を回しながら麺棒を転がし、縦横交互に麺棒に巻きつけて転がし生地を丸角に成形、厚さ<1.5mm～2.5mm>位になるまで細かく延していく。

【たたみ】打ち粉を生地の上にたっぷりふり、2つ折りにする。さらに打ち粉をふって四つ折りにする。このとき打ち粉が足りないと切ったときにそばがくっついてしまうので十分に打ち粉をふる。

【切り】まな板の上に打ち粉をたっぷりふり、たたんだ生地を乗せ、生地の上にも打ち粉をふる、端から駒板をズラしながら一定間隔<2mm 間隔>ぐらいに切っていく。この状態で20～30分程茹でるまで寝かせておくのがコツ。

【ゆで】大き目の鍋にたっぷり湯を煮立たせ、そばを一人前づつほぐしながら入れていく。強火で2分ほど茹でるとそばが浮き上がってくる、ここでコップ半分くらいの差し水をしく2回、再度浮き上がってきたところを網ですくい流水で手早く洗い盛り付けをする。そば湯はあとでそばつゆで割っていただく美味しく。

【そばつゆ】市販の「そばつゆ」を使用しても構わないがメーカーによって味にかなりの開きがあるようです。本来は「醤油」「みりん」「砂糖」でかえしを作りこれを暫く寝かし、これを「かつお」や「コンブ」等で取ったダシ汁で割り自分好みのそばつゆを作りたい。

【食い】そして最後が食べ方、ソバは“刈りたて、挽きたて、打ちたて、茹でたて”が一番美味しいと言われるが、現実的にはなかなか無理な話。しかしこれから秋にかけてソバ収穫のシーズン。自分で打てば少なくともこの条件のかなりを満たすことになる。ワサビ、海苔、ネギ、青紫蘇、ミョウガ等の薬味を用意してください。まず最初はそばだけを食べます。そばのでき具合を味わい。次に薬味は使わず、つゆをつけて食べ、つゆの個性を味わう。その後薬味を使ってそばを味わえば、可愛い自家製ソバを満喫することが出来ます。



←①【水まわし】



↓②【捏ね①】



←③【捏ね②】

↓④【延ばし】



↓⑤【切り】



蕎麦師：矢野邦一

カイゴのゴカイ⑱

～介護の誤解～

「介護保険を上手に利用」

介護保険のお世話になるというと、どうしても「ヘルパーさんやデイサービスの手配」「施設の利用」等お世話としての介護をおもいがちですが、それだけだと思ってしまうのがゴカイ。意外と忘れられがちなのが住宅改修や福祉用具の購入にも介護保険が利用できるということ、上手に利用しない手はありません。

住宅改修の場合は利用限度は20万円までで、数回に分けて使用することも出来ますし介護度が3段階上がった時点で再度利用できるようになります。とはいっても、介護保険利用ということで住宅改修なら何にでも利用できるわけではなく高齢者のいる世帯に対し、その住宅を高齢者居住に適するよう改造するために要する費用を助成して本人の自立や介護者の負担軽減をはかるといったもの。というワケで、認められるのは、既存の浴室、便所、玄関等について対象者が利用する部分に限られてきます。具体的には「トイレや浴室、廊下等の手すりの取り付け」「床の段差の解消やスロープの設置」「滑り防止および移動をし易くするための床や通路面の材料の変更」「引き戸等への扉の取替えやドアノブの変更や戸車の取り付け」「和式から洋式への便器の取替え」「そしてこれらの改修に付帯して必要となる改修」等が対象となります。ただし新築や増改築時の使用には認められず、改修後の申請もNGです。工業者に指定はありませんが、事前申請が必要で手続きにはある程度の知識が必要になるため慣れた業者を選んだほうが無難でしょう。更に住宅改修には各自治体で高齢者住宅改修助成事業があり、上乘せのサービスを受けられるケースもあるのでこちらも要チェックです。

また「福祉用具購入費支給サービス」はポータブルトイレや入浴用いす等の入浴補助用具等、レンタルするには相応しくないと考えられる一部福祉用具の購入に関しても年間10万円までの補助が受けられます。しかもこちらのサービスは年度が変われば改めて福祉用具購入費の支給を受けることができます。

いずれにしても制約や事前申請が必要になるのでケアマネージャーや信頼のおける業者に相談することをお勧めします。もちろん介護認定が必要になり、一割は自己負担となります。



この店がお薦め<番外編>

かいこの学校

介護する人、される人の頼もしい味方

今回はお薦めの「お店」ではなく……「学校」!？実はこれ、介護保険ができて間もない4年前に創刊された、月刊誌の名前。全国の書店で毎月16日に発売されている、お年寄りや身体障害者の介護をするご家族のための生活情報誌です(株式会社日本医療企画発行)。

雑誌名『かいこの学校』の由来を、編集部にお聞きしました。「介護って、いざ始まってみるとわからないことが多いものです。この“学校”では経験豊かな先輩(介護経験者)や先生(介護職や医療職)が毎月、介護に役立つ情報をアドバイスしています。誌上で具体的な悩みを相談でき、家族に言えないホンネもポロリ。知識の勉強だけでなく、たくさんの仲間に出会えて元気になれる“学校”の雰囲気を楽しんでいるんです」そんな『かいこの学校』の“校長先生”を務めるのは、諏訪中央病院名誉院長の鎌田實先生。介護の経験者・支援者との対談(懇談会)や、心温まるエッセイが人気です。そのほか、介護保険制度、認知症のこと、お年寄りが食べやすい料理や役立つ介護用品などが、初めて介護する人にもわかりやすく紹介されています。これまでに、当バナナ園グループが開催する、地域交流会(2006年11月号)や認知症地域指導者研修(2007年2月号)の記事も掲載され、9月15日発売の10月号にはボランティア活動の記事が紹介されます。お楽しみに!川崎市では有隣堂川崎BE店医学書センター、横浜では紀伊國屋書店横浜店、有隣堂医学書センターなどで買えるほか、ご近所の書店からの取り寄せ、下記ホームページや電話での申し込みもできます。いま介護中の方はもちろん、将来の介護が心配な方々も、どうぞ読んでみてください。



“校長先生”を務める鎌田實先生の対談を好評連載中



■『かいこの学校』お問い合わせ先
■<http://www.jmp.co.jp/gakko>
■TEL.03-3256-2864 秋山、樋口

毎月16日、全国書店発売。500円 ※今なら旅行や食事券が当たる、期間限定キャンペーン中!

★バナナニュース読者プレゼント★

抽選で5名様に雑誌「かいこの学校9月号」をプレゼント!右の応募券をはがきに貼り住所・氏名・年齢・お電話番号明記の上「あい介護ネットワークズ・プレゼント係り」までお送り下さい。
211-0001 川崎市中原区上丸子八幡町 816

BN
9月号
応募券

バナナ園グループ スタッフ<登録ヘルパー/正社員他>募集中!!

★グループホーム他当社の介護施設・事業所では只今正社員他スタッフを募集中です★

◆資格無くても可能職種あり◆

- 募集内容 ①非常勤登録ヘルパー<ヘルパー2級以上必要>登録のみもOK!
②グループホーム等の管理者候補、主任ヘルパー<正社員・有資格者・経験者優遇>
③非常勤施設内ヘルパー<週2日以上勤務可能な方>④夜勤専任パート社員
- 給与: ①時給1,150円<生活>~1,750円<身体>
②月給185,000円~280,000円<資格・経験により優遇>
③時給900円~1,000円<資格・経験により優遇>④1勤務12,000円~13,000円
- 勤務時間 ①都合の付く時間でOK②③ 9:00~17:00 ④17:00~9:00<夜勤>
- 休日: ①4週6休及び年間15日の祝日分の指定休日<15日の祝日分の指定休日>
- 勤務地: 川崎区四谷上町/幸区南加瀬/中原区小杉陣屋町/中原区下小田中/多摩区三田
- 問合せ: あい介護ネットワークズ 担当: 永田・若狭 ☎044-433-4651

■本社ビル→
川崎市中原区
★訪問介護部門
★居宅支援部門
★教育事業部門



グループホーム空室情報

空室情報、入居に関するお問い合わせ
は上記の各施設もしくは総合案内
☎044-433-4651
までご連絡下さい



月刊 MONTHLY BANANA NEWS (毎月1日発行)
編集: あい介護ネットワークズ
川崎市中原区上丸子八幡町 816 ☎044-433-4651
<HP> <http://www.bananaen.com/>

バナナ園グループ

- グループホーム「川崎大師バナナ園」☎044-280-2386
- グループホーム「バナナ園」☎044-588-0645
- グループホーム「第二バナナ園」☎044-587-1773
- 高齢者ケア付住宅「IDSバナナ園」☎044-580-3210
- グループホーム「バナナ園ほりうち家」☎044-722-5361
- グループホーム「のんびりーす」☎044-797-3314
- グループホーム「バナナ園生田ヒルズ」☎044-911-1599
- デイサービスバナナ園☎044-588-0890
- あいケアサービス☎044-433-4651
- すこやかケアプランセンター☎044-411-3120