

「杜協ふれあい」

R6

2
月
号



ケアマネジャーだより

立春とはいえまだまだ寒さが厳しいですが、
このところ日が長くなったように思います。
春の訪れが待ち遠しいです♥
福寿草やふきのとうの芽吹きが楽しみです。
引き続き手洗い・うがいを徹底しましょう。



かぶと長ネギの豚汁

2月に旬の野菜を使ったお味噌汁です。

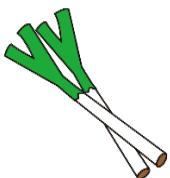


<材料> (2人分)

- ・かぶ 1個
- ・長ネギ 1/2本
- ・豚バラ薄切り肉 100g
- ・だし汁(水+顆粒だしまたは出汁パックでも) 400cc
- ・白味噌 大さじ1.5
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・みりん 小さじ2
- ・ごま油 大さじ1

<作り方>

- ① 長ネギは3cmの斜め切りにし、かぶは皮を剥いて厚さ1cm弱ぐらいのいちょう切りにする。豚肉はお好みで一口大に切る。
- ② 鍋にごま油を熱し、長ネギと豚肉を炒める。
- ③ 肉が焼けたら、だし汁とかぶを入れて加熱する。(出汁パックの場合は、かぶと一緒に入れて、出汁をとる)
- ④ 沸騰したら弱火にして、かぶが柔らかくなるまで7~8分ほど茹でる。アクは適宜取り除く。
- ⑤ かぶが柔らかくなったら火を止め、白味噌を溶き加え、しょうゆとみりんを加えてよく混ぜる。
- ⑥ 食べるタイミングで再加熱し、温めたら完成。



介護保険以外のサービスについて

< 塩尻市にはこんなサービスがあります >

① タクシー利用助成券の支給

※高齢者世帯へのタクシー利用助成券の支給（民生委員の証明が必要）
自動車等の交通手段を持たない高齢者世帯かつ市民税非課税世帯
※寝台タクシー利用料金の助成（事前登録・償還払い制）
在宅で介護を受けている要介護認定3, 4, 5の方
（自宅と医療機関の間の送迎に車いすまたは寝たまま乗車できるタクシー）

② 配食見守りサービス

栄養改善が必要な高齢者の自宅に安否確認を兼ねて食事を届ける
65歳以上の高齢者世帯で栄養改善が必要な方かつ市民税非課税世帯

③ 介護用品券の支給

要介護認定4または5と認定された方を在宅で介護している
市民税非課税世帯のご家族に対して介護用品券を支給

④ 訪問歯科検診

自ら歯科検診を受けることが困難な方に対して訪問による
検診を行い口腔状態や機能の改善を図ります。

⑤ 介護サービス利用助成券の支給

在宅で介護認定等を受けている低所得世帯に対して居宅サービス等
の利用料の支払いに使える助成券を交付します。

★ほかにもいろいろなサービスがあります。
担当のケアマネジャーにご確認ください。
令和6年度の更新時期になりました。
年度途中でも申請できます。



《社協ふれあいサービスについてのアンケートについて》

居宅介護支援事業所社協ふれあいではアンケート調査を実施しています。ご回答いただいた皆様、ご協力ありがとうございました。アンケート用紙の回収は随時訪問した際に受け取ります。よろしくお願いいたします。

居宅介護支援事業所社協ふれあい連絡先

TEL 0263-53-8851 FAX 0263-53-5029

茂木 興 染谷 岡田 堀田 佐藤 杉山 津田 松岡

-社会福祉法人 塩尻市社会福祉協議会-

