

# NK-79

## あったか介護生活

- サイズ……46/4切・13枚(535×380<sup>mm</sup>)
- 用紙……クリーム上質70kg
- 梱包数(重量)……50冊(12kg)
- 名入スペース……75×380<sup>mm</sup>
- 名入印刷寸法……60×330<sup>mm</sup>以内
- 表紙名入印刷……有

元号  
紙

## 介護の知識や心がけをやさしく紹介。曜日ごとの予定欄付!

### 違いを知ろう、在宅介護と施設入居

#### 介護生活

介護が必要になったとき、在宅介護か施設入居という選択があります。在宅介護は、生活環境の変化が少なく安心して暮らすことができますが、家族は長時間介護をせねばなりません。一方、施設に入居すると、専門知識を持った介護スタッフやパートがつけられ、身の介護と食事をサポートで活動的な生活を送ることができますが、出費が増えるデメリットは避けられません。しっかりと情報を収集して納得のいく選択をしましょう。

#### 介護を始める前の情報収集

- 家族や近所の人々の意見を聞き、介護の負担を減らす。
- 専門家の意見を聞く。

●介護保険の申請を済ませる。

●入居できる施設を調べる。

2024 **1** 令和6年 睦月

JAN

日曜日 月曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日 日曜日

日 月 火 水 木 金 土 日

31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	12 DEC	2 FEB

#### 介護を始める前の情報収集

●家族や近所の人々の意見を聞き、介護の負担を減らす。

●専門家の意見を聞く。

●介護保険の申請を済ませる。

●入居できる施設を調べる。

---

#### かんたんケア

朝のしょうがドリンクで体を温めよう  
しょうがは血行をよくし、体を温める効果。胃腸の働きを助ける。飲み過ぎると、胃腸に負担がかかる。飲み過ぎると、胃腸に負担がかかる。飲み過ぎると、胃腸に負担がかかる。

★介護のポイントと「かんたんケア」をイラスト付きで解説!

土曜日  
の予定

## デイサービス

★曜日ごとの予定が管理しやすい!

# 7

赤口  
旧26日

七草

★大きく見やすい数字  
★広いメモスペース  
★旧暦・六曜・行事入り

2024 CALENDAR

## あったか 介護生活

みんなで学ぼう やさしい介護の心がけ