



けんこう福袋



ご存知ですか?

知っておきたい『ほけん』のこと

第16回 自宅介護の暮らしぶりについて

ご自宅での介護を希望される場合、食事・入浴・排泄介助などのサービスそれぞれに金額が設定されており、要介護度により利用できる金額の上限が決まります。介護保険を利用すれば利用者はその一部を負担することになります。

●自宅介護のAさんの例(男性80歳)

1割負担、要介護4(介助なしで日常生活を送ることが困難な状況・寝たきりに近い)。79歳妻、45歳長男と同居

①サービス利用を抑える

朝	月	火	水	木	金	土	日	夜
	長男							
妻	妻	通所介護	妻	妻	通所介護	妻	長男	
		訪問入浴	妻		訪問入浴	妻		
	長男							

1年間の自己負担額:234,096円
費用負担少&家族の負担大

②サービスを限度額まで利用

朝	月	火	水	木	金	土	日	夜
	介護サービス			介護サービス				
通所介護	通所介護	妻	通所介護	通所介護	通所介護	通所介護	長男	
		妻		妻		妻		
	長男			妻		長男		

1年間の自己負担額:371,172円
費用負担大&家族の負担少

介護は数年にわたり続くこともあります。家族の負担を少なく、介護費用による生活費の圧迫を避けるためにも個人型の介護保険をおすすめします。ご相談は店舗店頭で!

ほけんのご相談を受付けております
各薬局の募集人にお気軽にご相談ください!



- 〈山形〉
 本社・舟形調剤薬局 舟形町
 金山調剤薬局 金山町
 大町調剤薬局 新庄市
 かむろ薬局 新庄市
 まつもと薬局 新庄市
 ちとせ薬局 山形市
 にした薬局 山形市
 どうまち薬局 山形市
 亀城薬局 酒田市
 ゆのはま薬局 鶴岡市
 おおもり薬局 東根市
 ざおう薬局 山形市
- 北山形薬局 山形市
 みどり薬局 天童市
 かねざわ薬局 新庄市
 宝田薬局 鶴岡市
 上花沢薬局 米沢市
 とがみ薬局 山形市
 ひろの薬局 酒田市
 東大町薬局 酒田市
 沖の町薬局 新庄市
 〈宮城〉
 とよま薬局 登米市
 鳴子調剤薬局 大崎市

- 〈秋田〉
 ファミリー薬局 由利本荘市
 〈岩手〉
 諏訪調剤薬局 花巻市
 ほしがわ・花城薬局 花巻市
 はやせ薬局 遠野市
 スマイル薬局 八幡平市
 川又薬局 二戸市
 さくら通り薬局 北上市
 西青山薬局 盛岡市
 クローバー薬局 盛岡市
 すばる永井薬局 盛岡市
 花城薬局 花巻市



店舗案内



インスタグラム



7月【秋田県】

がっこ



東北の魅力紹介

本コラムでは魅力ある東北各地の物産や名所名物を毎月紹介していきます。

皆様「がっこ」と聞いて何のことはわかりますか?秋田県では漬物のことを「がっこ」といいます。「いぶりがっこ」と聞くと、分かる方も多いかもしれませんね。秋田では様々な食材を「がっこ」にします。白菜、大根、にんじん、ナスなどの定番以外にも菊の花、そしてハタハタ等食材は多岐にわたります。今回はいぶりがっこについて少し詳しくお話をさせていただきます。



いぶりがっこは人参や大根などの野菜をナラやサクラ等で2~5日燻した後に米糠や塩、ザラメなどで漬け込み2か月以上発酵熟成させてつくります。

いぶりがっこには「植物性乳酸菌」が含まれます。「植物性乳酸菌」は腸内環境を整える善玉菌の一種です。大根や人参を原料にしており、米糠も使用される為、「ビタミン」や「ミネラル」、「食物繊維」が豊富に含まれています。



そのまま召し上がっていただくだけでもご飯のおかずやお酒のおつまみに最高ですが、クリームチーズと一緒に召し上がっていただくと相性抜群です。是非試してみてください。

こんなに美味しいいぶりがっこですが、注意すべき点があります。やはり漬物ですので塩分が多めです。いくら美味しいからと言って食べすぎには十分ご注意ください。特に高血圧をお持ちの方は特にご注意ください。



ぬくもりの薬局 ラッキーバッグ株式会社
〒996-0021 山形県新庄市常葉町1-32 TEL. 0233-29-8177