



こんにちは、トーカイです。  
日頃は株式会社トーカイをご愛顧賜り誠にありがとうございます。  
皆様の地域では梅雨明け宣言は発表されましたか？ 憂鬱な梅雨が終わるといよいよ夏！水分補給をしっかりと行い、熱中症にお気をつけください。

## 熱中症に気をつけよう！

梅雨明け宣言が発表されるといよいよ夏本番。梅雨明け直後は、暑さに身体がまだ慣れてないためか、熱中症になる方が多いそうです。

熱中症対策をして、暑い夏を乗り切りましょう!!

### 熱中症はどんな状態？

気温が高い状態が長く続くと、発汗して水分や塩分が失われてしまい、また湿度が高いと汗が蒸発せず、熱がこもったままになった結果、体の中の熱が放出されなくなってしまう状態です。



#### 熱中症はどんな症状？



こんなときは救急車を呼びましょう!

- 意識がもうろうとしている
- 呼びかけても反応がない
- 自力で水分摂取ができない

#### 熱中症の主な要因は「環境」と「からだの状態」の2大要因

##### 環境

- 気温や湿度が高い ●風が弱い
- 日差しが強い

##### からだの状態

- 激しい運動などにより体内でたくさん熱が産生された
- 暑さに体が慣れてない
- 疲れや寝不足
- 病気などで体調がよくない

「環境」と「からだの状態」の要因が重なったときに熱中症が起こりやすくなると考えられています。特に注意が必要な時期は、梅雨の晴れ間や梅雨明け直後、しばらく涼しい日が続いた後、急激に暑くなった日などです。

### 熱中症予防のポイント

#### ① 暑さに負けない体づくり

- 水分をこまめにとる
- 塩分をほどよくとる
- 睡眠環境を快適に保つ
- 丈夫な体をつくる



#### ② 暑さに対する工夫

- 気温と湿度を気にする
- 室内を涼しくする
- 衣服を工夫する
- 日差しをよける
- 冷却グッズを身につける



#### ③ 暑さから身を守るアクション

- 飲み物を持ち歩く
- 休憩をこまめにとる
- 熱中症指数を気にする



カンタン  
熱中症対策  
飲み物レシピ

### 経口補水液

- 水 500cc
- 砂糖 大さじ2 ●塩 小さじ1/4

ナトリウム、水分の吸収率がとてもよく「飲む点滴」とも言われています。

北九州  
編

トーカイ従業員おすすめ情報をピックアップ!

## トーカイのご当地グルメ

株式会社丸ふじ『門司港発祥 焼きカレー』

〒802-0023 福岡県北九州市小倉北区下富野5-10-2 TEL:093-541-1948

明治から昭和にかけて大陸間貿易の拠点として繁栄した門司港では西洋と東洋の良さが混在し、多くのハイカラメニューが誕生しました。

その中の1つが昭和30年代に喫茶店で誕生したと言われている「門司港焼きカレー」です。ご飯にカレーをかけ、グラタン風にオープンで焼いたところ、実に美味しかったのでメニューとして出したら大評判だったとの事。

現在でも門司港では30店以上のお店で焼きカレーが提供され、名物料理として親しまれ「焼カレー MAP」が作成されるほどご当地グルメとして定着しています。

■URL <http://www.marufuji-obento.co.jp/>



(左から中野・池田・安藤・古賀・田中)

九州の玄関口である福岡県北九州市。「焼きカレー」発祥の門司港は、ホテル・商業施設などを大正レトロ調に整備した街並みで、国土交通省の都市景観100選を受賞しています。

北九州を訪れた際は、「門司港レトロ観光」と「焼きカレー」を堪能してみてください!!

#### 「焼きカレー」の定義

門司港で提供されている「焼きカレー」について、特に決められた定義はありませんが、オーソドックスな形状は「ごはんの上にカレーをかけ、チーズと玉子をのせてオープンで焼く」というものです。

しかし、お店によって玉子がのっていないものもあるため、少なくとも(1)「カレーとチーズがかかっていること」(2)「焼いていること」の2条件が揃っていれば「焼きカレー」と呼んでいるようです。

### 読者プレゼント 20名様

トーカイ通信に関する意見・ご感想などをお寄せいただいた方の中から抽選で20名様にプレゼント。 ※詳しくは裏面をご覧ください。



## 一定以上所得者の利用負担見直しについて 『高額介護サービス費』の基準が変更になります

『高額介護サービス費』は、所得に応じて負担上限額を設定することで、介護サービス利用者の自己負担を軽減してくれる制度です。8月から2割負担の対象となり、介護サービス費の負担額を心配されている方も、『高額介護サービス費』を申請することで全ての方の負担が2倍になるわけではありません。今回は、『高額介護サービス費』について概要とポイントをまとめました。

### 2015年8月から高額介護サービス費の利用者負担限度額が一部の方について44,400円に引き上げられます。

同じ月に利用した介護保険の利用者負担が一定額を超えたときに支給される「高額介護サービス費」の利用者負担段階区分（所得などに応じた区分）に「現役並み所得者（※）」が新設され、新しい限度額が設定されます。

※現役並みの所得の方

同一世帯に課税所得145万円以上の**65歳以上の方（第一号被保険者）**がおり、単身383万円以上、2人以上520万円以上の収入の方

利用者負担段階区分	月額負担上限額	
	平成27年7月まで	平成27年8月から
(VI) 現役並みの所得の方*	——	世帯：44,400円
(V) 一般世帯（市民税課税世帯で上記（VI）以外の方）	世帯：37,200円	世帯：37,200円
(IV) 世帯全員が市民税非課税の方	世帯：24,600円	世帯：24,600円
(III) 合計所得金額＋課税年金収入額が80万円以下の方	個人：15,000円	個人：15,000円
(I) 生活保護を受給されている方	個人：15,000円	個人：15,000円

#### ポイント1 高額介護サービス費の対象者には申請書が届きます

高額介護サービス費の対象者には、各市区町村から申請の案内が送られてきますので、その**申請書**で手続きを行うと**高額介護サービス費**が支給されます。

なお、高額介護サービス費は申請しないと**2年で特効**になります。

介護保険料の滞納で自己負担が1割から3割に引き上げとなる方は、「高額介護サービス費」の払い戻しが受けられません。

#### ポイント2 高額介護サービス費の対象外

下記は高額介護サービス費の対象外です。

- 福祉用具購入費、住宅改修費
- 施設サービスを利用した時の、食費・居住費・日常生活費 など

#### ポイント3 収入額の申請が必要です

「一般世帯（世帯上限：3万7200円）」か「現役並みの所得の方（世帯上限：4万4400円）」かの**収入**による**負担上限額の判定**は、要介護被保険者又は居宅要支援被保険者から、収入額が単身383万円未満、2人以上520万円未満である旨の「**介護保険基準収入額適用申請書**」の提出があった場合に行われます。

#### ポイント4 2割負担者でも、これまでとあまり負担額が変わらず同等のサービスを受けられる場合があります

高額介護サービス費の支給申請を行うことで、2割負担利用者の負担額も軽減される場合があります。

例 夫 収入290万円【2割負担対象者】 ⊕ 妻 収入66万円【1割負担対象者】 高額介護サービス費限度額：世帯で37,200円の場合

		自己負担額			支給額 (払い戻し額)	実質負担額	ポイント
		夫【収入290万】	妻【収入66万】	夫婦合計			
事例1	～2015年7月	1割 20,000円	1割 10,000円	30,000円	0円	30,000円	3万円だった自己負担額が2015年8月以降は3万7200円になるため、 <b>7,200円</b> の自己負担増になります。
	2015年8月～	2割 40,000円	1割 10,000円	50,000円	12,800円	37,200円	
事例2	～2015年7月	1割 30,000円	1割 20,000円	50,000円	12,800円	37,200円	高額介護サービス費の支給により2015年8月以降も3万7200円のままで <b>自己負担の増額はない</b> ことになります。
	2015年8月～	2割 60,000円	1割 20,000円	80,000円	42,800円	37,200円	

※医療保険と介護保険の両方に自己負担額がある世帯は「高額医療・高額介護合算制度」の対象となる場合があります。

参考情報：厚生労働省 老健局 介護保険計画課 平成27年3月31日 通知文書「介護保険最新情報 Vol.445」/ 平成27年5月20日 通知文書「介護保険最新情報 Vol.473」

#### お知らせ

トカイ通信に頂きましたご要望にお応えし、ホームページで『トカイ通信』のバックナンバーを閲覧できるようにいたしました。

■アクセス方法 (株)トカイホームページトップ画面 → 介護用品レンタル → 最新情報 ■URL <http://www.tokai-corp.com/silver/>

#### トカイ通信に関するご意見・プレゼントの応募について

プレゼント応募締切：2015年7月31日(金)

トカイ通信に関するお声をお寄せいただいた方の中から抽選で「焼きカレー（2箱セット）」を合計20名様にプレゼントいたします。右記方法にてお声をお寄せください。ご感想もお待ちしております!! (ペンネーム可)

【プレゼントのご応募について】

「内容」のところにご意見とご希望の**プレゼント商品名**をご記入ください。当選者には、ご登録いただきましたメールアドレスより、改めて送付先をお伺いさせていただきます。（ご連絡は、@tokai-corp.com がドメインのアドレスより送信させていただきます。）

【個人情報の使用目的について】

ご記入された個人情報等は以下の目的にのみ使用し、以下の場合を除いて、第三者に提供いたしません。

- 統計データを作成し、今後のトカイ通信の作成や商品やサービスの向上を図るため
- プレゼント当選者への商品の発送のための配送業者への住所・氏名・電話番号の開示のため

ご応募の受付は終了しました