

С о д е р ж а н и е(目次)

	ii
Как работать с книгой	本書の使い方
урок 1 Что такое система страхования по уходу?	1 介護保険って何?
Колонка: Секрет в том, чтобы работать и головой Гимнастика для профилактики состояния, требующего ухода ①	14 コラム: 介護予防体操 1
урок 2 Что такое «обследование для установления права на получение услуг»?	15 「認定調査」って何?
Колонка: Секрет в том, чтобы работать и головой Гимнастика для профилактики состояния, требующего ухода ②	26 27 コラム: 介護予防体操 2 じゃんけん
урок 3 Что такое «степень нужды в уходе»?	31 「要介護度」って何?
Колонка: Секрет в том, чтобы работать и головой Гимнастика для профилактики состояния, требующего ухода ③	35 コラム: 介護予防体操 3
Не <i>судоку</i> , а чтение вслух	
урок 4 Составление «Плана ухода»	41 ケアプラン作成
Колонка: При когнитивных расстройствах —обильно потреблять воду!	56 コラム: 認知症の人は水をたっぷり!
урок 5 Прокат реабилитационной техники и переоборудование жилища	57 用具レンタル・住宅改修
урок 6 Как разговаривать с работником по уходу ① (главным образом — при физическом уходе)	69 ヘルパーさんと話す①(身体介護場面を中心に)
Колонка: Приёмы оказания помощи при уходе, позволяющие избежать боли в пояснице	71 コラム: 腰を痛めない介護術
урок 7 Как разговаривать с работником по уходу ② (главным образом — при повседневной помощи)	89 ヘルパーさんと話す②(生活援助場面を中心に)
Колонка: «Что, вместе?! И я тоже?!»— Услуги по уходу, способствующие самостоятельности —	96 コラム: 一緒に? 私もやるの? 自立を促す介護サービス
Колонка: Избавление от запоров ведёт к улучшению психического и физического здоровья	114 コラム: 便秘を解消して心身の健康アップ!
урок 8 Услуги по амбулаторному уходу	117 通所サービス
урок 9 Краткосрочный и длительный уход в стационаре	131 ショートステイと入所
Колонка: Гастростомия и тренировка для возвращения радости от еды	143 コラム: 胃瘻と食べる喜びのリハビリ
урок10 Что это за болезнь – деменция?	145 認知症って何?
Колонка: Группа самопомощи, участники которой делят друг с другом проблемы ухода	157 コラム: 介護の悩みを分かち合う
Колонка: Уход в последней стадии и процесс до преодоления горя	158 コラム: ターミナルケアとグリーフワーク