

**실천 목표**

어르신과 더불어 행복한  
지역사회를 가꾸는  
얼쑤 동래데이케어 방문요양

**얼쑤 동래 데이케어**

제 2020-12

발행인 : 이 영 애  
담당자 : 김 영 주  
발행일자 : 2020. 12. 1



**올 한해도 큰 사랑을 주신  
어르신들께 깊은 감사를 드립니다.  
12월에는 더욱더 건강관리에  
유의하시고, 행복이 넘치는 연말을  
보내시길 기원합니다**

**코로나19 전파를 차단하고 국민 건강을 지키기 위해 마스크 착용 의무화를 시행합니다. 마스크, 이렇게 착용해주세요.**

**착용가능한 마스크의 종류**

- ✓ 보건용 마스크(KF94, KF80 등)
  - ✓ 비말차단용 마스크(KF-AD)
  - ✓ 수술용 마스크
  - ✓ 입과 코를 가릴 수 있는 천(면) 마스크, 일회용 마스크
- ※ 망사형마스크, 밸브형 마스크, 스카프 등의 옷가지로 얼굴을 가리는 것은 인정하지 않음

**올바른 마스크 착용법**

- ✓ 마스크는 입과 코를 완전히 가리도록 착용
- ※ 마스크를 착용하지 않았거나, 마스크를 착용하였으나 입과 코를 완전히 가리지 않은 경우는 미착용으로 간주



\* 마스크를 착용하지 않거나 올바르게 착용하지 않은 위반당사자의 경우, 10만원 이하의 과태료가 부과됩니다.(횟수에 관계없이)

# 건강한 겨울나기, 이렇게 준비하세요!

겨울철 장시간 한파에 노출되면 저체온증, 동상 등 심각한 건강피해가 나타날 수 있습니다.

## ✓ 건강 수칙을 지켜주세요! ▶



### 생활습관

가벼운 실내운동, 적절한 수분섭취, 고른 영양분을 가진 식사하기



### 실내환경

실내 적정온도(18~20°C)를 유지하고 건조해지지 않도록 하기



### 외출 전

체감온도 확인하기 (날씨가 추울 경우 야외활동 자제)



### 외출 시

따뜻한 옷입기 (장갑, 목도리, 모자, 마스크 착용)

## ✓ 이런 분들 더욱 조심하세요! ▶

### 저체온증 위험군



음식이나 보온 (옷, 난방)이 적절하지 않은 노인



장시간 야외에서 지내는 사람 (노숙인, 등산객, 실외작업자 등)



술을 과음하거나 항우울제 또는 금지된 약물을 복용한 사람



추운 환경에서 지내는 영유아

### 동상 위험군



장시간 야외에서 지내는 사람 (노숙인, 등산객, 실외작업자 등)



극심한 추위에도 적절한 의복을 입지 못한 경우



혈액순환 장애가 있는 경우

## ✓ 한랭질환 증상 시 이렇게 조치하세요! ▶



가능한 한 빨리 의사의 진찰을 받으세요.



따뜻한 장소로 이동하세요.



젖은 옷을 모두 제거하세요.



담요나 옷으로 몸을 따뜻하게 합니다.



동상 부위가 있다면 따뜻한 물에 담급니다.





## 장기요양보험공단 소식 안내

### □ 청각장애인을 위한 보청기 급여 지급 안내

국민건강보험공단은 청각장애인에게 양질의 보청기를 적정 가격에 제공하기 위해 2020년 9월부터 '장애인보청기 급여제품 결정가격 고시'를 실시하였습니다.

• 지원대상: 청각장애 등급을 받은 건강보험 가입자 및 피부양자

• 지원금액

- 111만 원(구입 1개월 후 일시 지급)

- 20만 원(구입 1년 후 4년 동안 연 1회 최대 5만 원씩 지급)

※ 건강보험 대상자는 기준 금액(111만 원), 실구입가, 고시 금액 중 낮은 금액의 90%, 상위 본인부담 경감 대상자는 위 금액 중 낮은 금액 전액 지급

• 대상 제품: 보건복지부 장관이 고시한 307개 제품

• 문의: 국민건강보험공단(1577-1000)



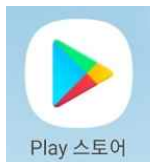
♥ '행복한 동행 장기요양 웹진' 을 소개합니다

국민건강보험공단에서 매월 발행하는 노인장기요양보험 소식을 받아보실 수 있습니다.

• 스마트폰 앱 설치방법 :

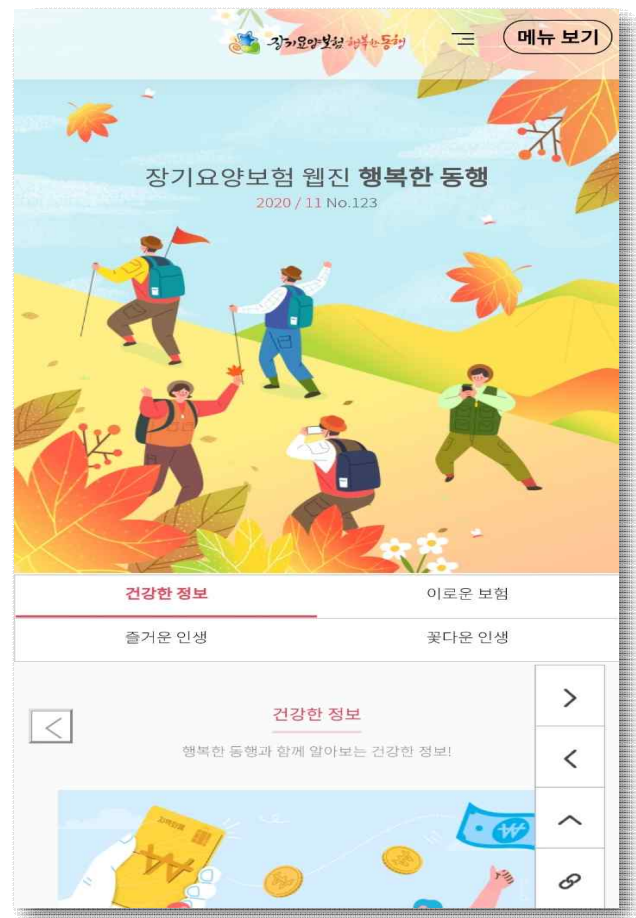
Play  
스토어

▶ '장기요양웹진' 검색 ▶ 설치



장기요양웹진  
노인장기요양보험

스마트폰 장기요양웹진  
첫화면



# 중증질환 산정특례 혜택을 알려드립니다.

산정특례 제도는 진료비 부담이 높고 장기간 치료가 요구되는 중증질환 (암, 뇌혈관·심장질환, 희귀질환 및 중증난치질환, 결핵, 중증화상, 중증외상, 중증치매)에 대하여 건강보험 본인부담을 경감시켜주는 제도입니다.

※ (적용 전) 외래 30~60%, 입원 20% → (적용 후) 외래·입원 관계없이 0~10%

- ◆ 적용 절차: 산정특례 질환 확진(의료기관 방문) → 등록 신청(의료기관 EDI 신청 대행 또는 공단에 직접 제출) → 등록결과 통보(메일, 알림톡) → 진료 시 특례 적용
- ◆ 적용 시기: 확진일 30일 이내 신청 시 '확진일', 30일 경과 후 신청 시 '신청일'
- ◆ 적용 범위: 산정특례등록 질환 및 산정특례등록 질환과 의학적 인과관계가 명확한 합병증 진료 시 본인부담 특례 적용
- ◆ 건강보험 질환별 산정특례 제도 혜택

구분	암	뇌혈관 질환	심장 질환	중증 화상	중증 외상	결핵	희귀 질환	중증난치 질환	중증 치매
본인 부담률	5%	5%	5%	5%	5%	0%	10%	10%	10%
특례 기간	5년	최대30일	30일, 최대60일	1년	30일	치료기간	5년	5년	5년
		*수술·입원	*수술·약제투여		*입원		*상세불명 희귀질환1년		*V810은 연60일 (연장 사유 발생시 60일 추가등록)

※ 뇌혈관·심장질환 및 중증외상은 등록절차 없이 고시에서 정한 상황 발생 시 적용

\* 자세한 내용은 공단 홈페이지(<https://www.nhis.or.kr>) 접속 정책센터 > 국민건강보험 > 보험급여 > 보험급여개요 > 본인일부부담금 산정특례 제도를 클릭하여 확인하실 수 있습니다.



# 일일 점검표

오늘 날씨는 어떨까요?



맑음



구름



비



흐림



눈



바람

오늘 기분을 표현해 보세요.



행복



기쁨



우울



슬픔



화남



피곤



졸림

오늘 내가 한 일

오늘 아침 몇 시에 일어나셨나요?

오늘 운동은 얼마동안 하셨나요?

오늘 돈은 얼마를 사용하셨나요?

오늘 전화통화를 했거나 만났던 사람은 누구인가요?

오늘 뉴스나 드라마는 보셨나요?