



風和通信

159号 2016年 7月 1日発行

NPO法人 風和

〒669-2414 篠山市宮ノ前264

TEL 079-556-2258

FAX 079-506-1618

http://www.npofu-wa.net



介護保険でどうなってるの？



大月 傑

介護保険のしくみに関わる疑問・質問を受けることがあります。訪問介護やデイサービスなど、介護保険による介護事業を利用して人々やその家族はよく知っていることでも、ふだん介護事業に関わらない人には、介護保険のしくみは分からないことが多いかもしれません。

介護保険制度は、介護が必要な人が安心してデイサービスなどの介護事業を利用できるように、40歳以上の国民がみんなでお金を出し合っ、介護事業にかかる費用を負担する社会保険の仕組みのひとつです。例えば、デイサービスを利用するのに1ヶ月で10万円の費用が掛かる場合、9万円を介護保険が負担し、1万円を利用者個人が負担します。(1割負担の場合)。一般的に年金など収入が少ない高齢者が安心して介護事業を利用できるように、個人の負担を少なくしているのです。

また、介護保険制度の財源は、40歳以上の国民が負担する介護保険料が半分を、残り半分を税金で賄っています。つまり、介護事業にかかる費用が増えると介護保険料が上がるだけでなく、税金による負担も増えるということで、国は介護事業にかかる費用を抑えようという施策を進めてきています。

昨年から、収入の多い高齢者の自己負担が2割になりました。将来すべての人の自己負担を2割にしようという検討も進められています。しかし、1割から2割へとと言うと少ないように聞こえますが、これまで1万円の負担が2万円と2倍になるわけですから、多くの人にとって大きな負担になることは明らかです。国の財政を改善することは必要ですが、人の生命や暮らしに関わることから、もっと暮らしの現実に目を向けてほしいと思います。

みんなの暮らしをかんがえてあげよう!!



7月の予定

- 1日(金) 午後2時半 音楽の会
- 4日(月) 午後2時半 カラオケ
- 7日(木) 午後2時半 手芸サロン
- 8日(金) 午後2時半 音楽の会
- 12日(火) 午後2時半 お習字の会
- 13日(水) 午後2時半 織物の会
- 14日(木) 午後2時半 手芸サロン
- 15日(金) 午後2時半 音楽の会
- 21日(木) 午後2時半 お楽しみ会
午後3時半頃 パン移動販売
- 22日(金) 午後2時半 音楽の会
- 26日(火) 午後2時半 お花の会
- 28日(木) 午後2時半 手芸サロン
- 29日(金) 午後2時半 音楽の会

後川いきいき塾

毎週火曜 午後1時半

旧後川小学校にて

※ デイサービス、いきいき塾など
見学の体験 いっぱいお言葉
お聞い合おせ下さい。

※ 暑い毎日、シャワー、水分
補給をこまめに下さい!!

<p>黒住教 日置教会所 所長 藤木千皓 篠山市井上251 Tel 079(556)2380</p>	<p>あなたの(もっと) に、こたえたい 中兵庫信用金庫 篠山市日置 412-6 城東支店 556-3151</p>	<p>民間車検工場 株式会社 城 東 篠山市日置 914 079-556-2180</p>	<p>老いと介護に つどい場 お茶の実 お気軽に・・・ 篠山市住吉台92-1 090-7109-6734</p>	<p>風和通信ご持参で 10%引きます! 天然酵母のパン屋さん 白殻五粉 http://www.koubo-pan.com 篠山市小川町2 079-552-8881</p>	<p>対人援助職・家族の ためのセルフケア Office KURIHARA 篠山市住吉台 63-13 http://officekurihara.com/ ● ご予約は HP または郵送で</p>
--	--	---	--	--	--

梅ぼし

福島原発事故のために避難し、篠山に移住された方が中心になって、篠山で作った梅干しを福島で暮らす人に贈る「梅干しプロジェクト」が今年も続けられています。風和もみなさまに呼びかけて梅の提供や梅干し作りに協力しています。

梅干しを贈られたYさんから届いたお手紙を紹介します。

『3年前に風和さん主催の保養に参加させて頂いたYです。

去年、皆様の梅干しをプレゼントされてどんなに嬉しかったことか。安全な梅干しを手作りしたくても、材料もなかなか見つけられず（放射能、農薬など）、手に入っても天日干しが出来ない。したくない。と考えあぐねていたので、本当に感謝です。

今、お弁当のおにぎりの中に入れたり、カゼの時のお薬になったりと大活躍しています。

安全だと思うと、うまさ倍増です。わかりやすいレシピが入っていたのも助かりました。

ありがとうございました。』

今年も「梅プロジェクト」に協力して梅干しを漬けたいと思います。梅干し用の梅と赤しそをおゆずり下さい。よろしく願います。

ごめんなさい、お返しは出来ません。梅干しは、お返しは出来ません。梅干しは、お返しは出来ません。

後川いきいき塾4年目を迎えて

いほのぼのしあわせいきいき



福井順子

週1回6ヶ月間の教室に、現在17名の塾生の方々が通われています。血压測定、健康チェックに始まり準備体操、筋力トレーニング、整理体操、そして最後にレクリエーションをしています。最近では血压測定の待ち時間に、簡単な脳トレを始めました。

筋力トレーニングは、いきいきデカボー体操をリニューアルしたもので、重りバンドを手首や足首に巻きつけ、椅子を使ってゆっくり手足を動かしていく体操です。重りの重さは、自分の筋力や体調により決めますが、中には2kgの重りを着けている方もおられます。

「体を動かすと気持ちがいい」、「こむら返りが減った」、「二の腕や太ももの筋肉がついた」、「椅子からの立ち上がりが楽になった」等々の声が聞かれ、継続することの大切さを感じられます。又時々、「あんた重りつける足違うで!」、「えっほんまやハハハ」等の会話、そして見守るみんなの優しい眼差し、ほのぼのとした雰囲気にも含まれています。

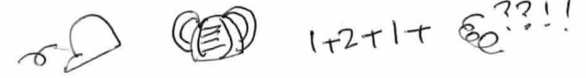
2時間という短い時間ですが、皆さんとの触れ合いや何気ない会話の中にぬくもりを感じます。そして正に「今」というこの確かな瞬間を生きておられる姿に感動です。「ここに来られるから、家の仕事を頑張れるんや」と笑顔で言われた方の言葉が印象的でした。スタッフ一同、人生の大先輩の方々にパワーをいただいています。

ご支援ありがとうございます



寄付金、お菓子、エンドウ豆、小松菜、お米、いちご、玉ねぎ、ドクダミ、大根、着物、タオル、などをいただきました。ありがとうございました。

ふうわなくらし91



4月から1年生になった息子の宿題は、小さな10本の指を使って数を足したり引いたりさんすう、ひらがなの書きとりや本読みのこくご。毎日えんぴつを削ったり時間割りを合わせたり、持ち物を確認したり、1年生の息子と共に私も1年生な気持ちです。

(大月 傑)



ふうわなくらし91のドクダミ茶。つくって頂きました。夏バテ防止にどうぞ。

<p>世の中を明るく 心あたたかく マツモト電化 サービス</p> <p>篠山市安口 884 079 (557) 1064</p>	<p>7 サンセゴン</p> <p>〒669-2441 篠山市日置37</p>	<p>床屋 ヤマグチ</p> <p>篠山市0番 477 079 (556) 3828</p>	<p>いこいサロン カラオケ喫茶 友</p> <p>篠山市福住 169-2 ☎079-557-0727</p>	<p>丹波ささ山特産品 販売・卸し やき栗直売 丹波ささ山 森本</p> <p>篠山市河原町206 079 (552) 4792</p>	<p>腫(かかと)による身体調整治療 燧笑(きしょう) 鍼灸整骨院 篠山市日置294-6 旧 森本米穀店 完全予約制 080-1514-2759 受診の際は保険証をご持参下さい。</p>
---	---	--	---	--	---