



配布●本紙は私たちがお届けする、終活にそなえる人のための「暮らしの情報新聞」です

2018年夏号
 注目Contents
 SONAEL18JUN030

- 暮らし面 * ふるさと納税で人気。お墓参りの「代行」という案
- 健康面 * 米軍式！ゴムを使ったトレーニングで健康寿命も延び～
- マネー&トレンド面 * 休眠口座の預金は通帳なくても払い戻せる？

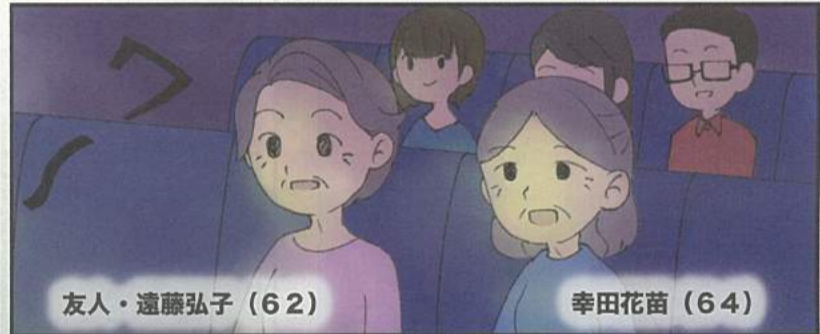
終活ラフストーリー

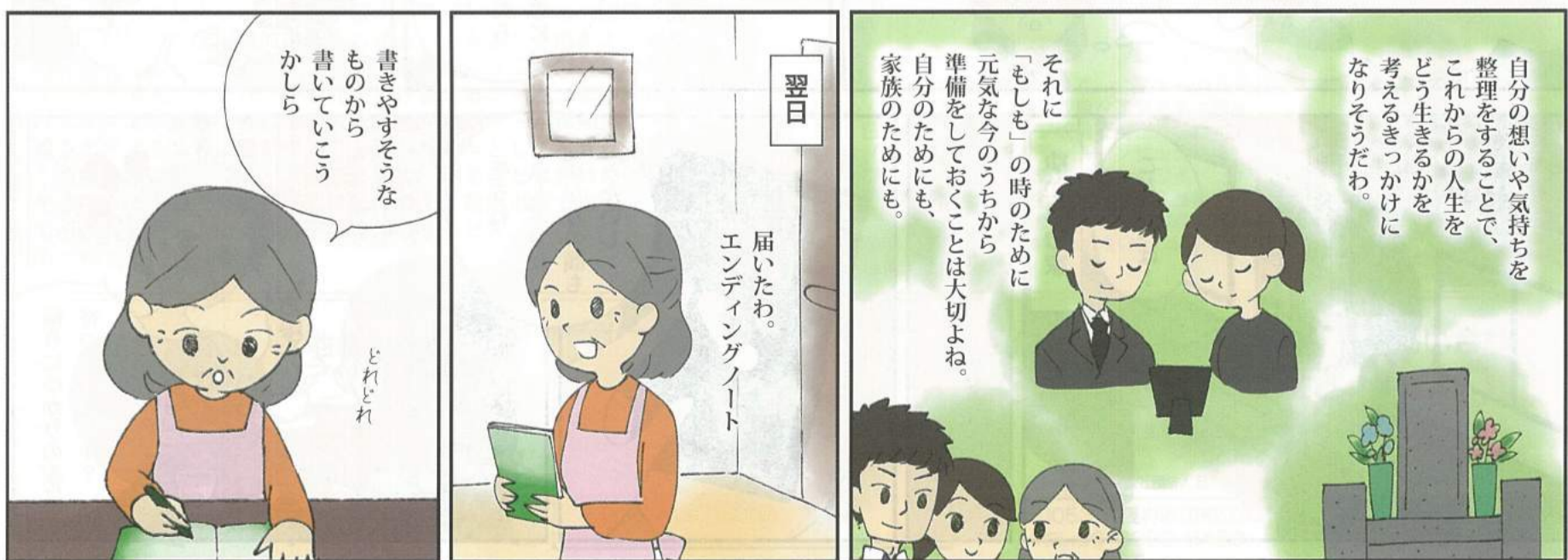
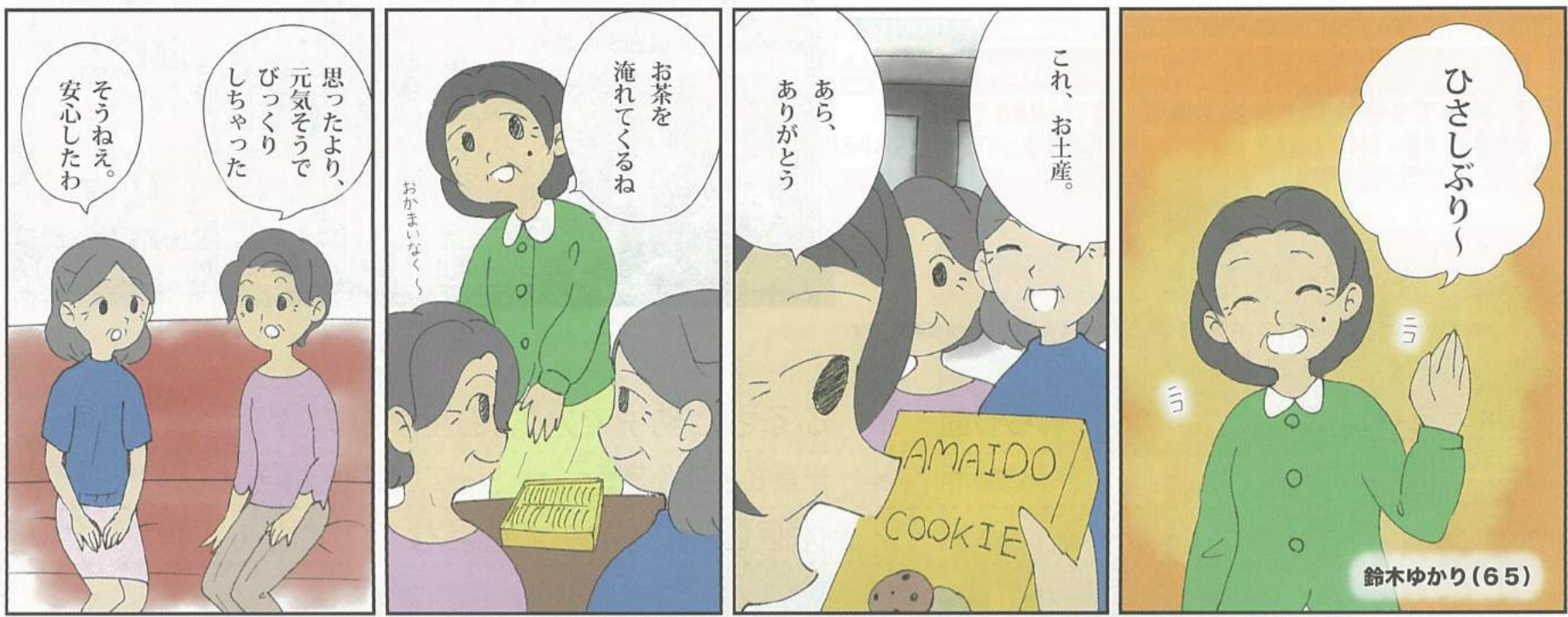
人生100年物語
 終活LIFEは突然に

「人生100年時代」と呼ばれるようになった昨今、今年節目の65歳を迎える花苗は、「まだまだ終活なんて」と考えていた。

作画・亜木ヤマネ

あの日、あの時、あの場所で、エンディングノートに会うまでは……







ふるさと納税の返礼に、「お墓参り代行」が人気

ふるさと納税の一括検索サイト『ふるさとチョイス』の登録データによると、ふるさと納税の返礼品として「お墓参り代行」サービスを登録する自治体が、2017年以降急増していることがわかった。同サイトによると、「お墓の清掃」「お墓参り代行」の登録数は、2015年の18件から2017年には206件と急増している。

●暮らしの目線 自治体からの豪華な返礼品が人気を集めている「ふるさと納税」。本来ふるさと納税は、自分の出身地や特定の自治体を寄付で応援することを目的として創設された制度です。寄付額のうち自己負担分を除いた額が所得税と住民税から控除されることもあって、お得な制度として人気を集めています。

ところが、各自治体が地域への寄付金を集めるために返礼品の豪華さを競い合い、結果として地域の特産品などの返礼品を目当てにした、ふるさと以外の自治体への寄付が目立つようになりました。「ふるさとはいずこへ♪」。少々、本来の趣旨と違うような～。

ところが、そのふるさと納税に動きがありました。ただ今、ふるさと納税の返礼品として急増しているのが、「お墓の清掃」や「お墓参り代行」といったサービスだということです。



写真はイメージ。ふるさと納税の返礼品として「お墓の清掃」や「お墓参り代行」といったサービスが急増している

これらは、ふるさとのお墓参りがなかなかしにくいという、現代のニーズに応えた形のサービスです。

自治体によりサービスの内容は異なりますが、お墓の清掃サービスは地元の農協やシルバー人材センターが行い、雑草を抜いたり、墓石を拭いたり、供花を備えたりしてくれるそうです。

そもそもご先祖様に感謝するためのお墓参りを他人にお願いするというのはど

うなのか。という意見はさておき、長い期間、お墓を荒れ放題にしておくことは、やはり心が痛みます。それに、歳を取って「そろそろお墓掃除がしんどくなってきた」という、実家で暮らす父母へのプレゼントとしても喜ばれるかもしれませんよ。

お墓参りの代行サービス、あなたならアリですか、ナシですか？

あの煩わしさから解放される？パスワードの定期変更が不要になった!?

PASSWORD...



定期変更は 不要!

定期的なパスワードの変更によって「推測しやすい文字列になり不正アクセスのリスクが高まる」との理由から、総務省は現在、「複雑で安全な」パスワードを使い続けるよう呼びかけている

総務省が「定期的な変更を行うこと」を推奨してきたインターネット利用時のパスワードについて方針を転換。定期的なパスワードの変更によって「推測しやすい文字列になり不正アクセスのリスクが高まる」との理由から、「定期変更は不要」という注意喚起を始めた。3月1日には、総務省の「国民のための情報セキュリティサイト」から「定期的にパスワードを変更しましょう」という記述が消去されるなど、対応が変化している。

●暮らしの目線 インターネットで様々

なサービスを利用する際に求められるパスワード。特にインターネットバンキングなど、高いセキュリティが必要なサービスでは、頻繁にパスワードの変更を要求され、煩わしさを感じている方も多いと思います。かく言う私もその一人。毎度、ウンウン言いながらパスワードを入力しています。「パスワードが異なります」「あ～、もう！わからんっ!!」(苦笑)。

生来のものぐさな私は、たとえパスワードの変更を促されても、しないで済むサービスなら変更することはなく、同じものを使い続けていました。だって、

変更したらパスワードを忘れてしまうから!! (逆ギレ)

これまで、こうした定期的なパスワードの変更は、他人にパスワードを知られたり、「なりすまし」による不正なアクセスを予防するために、有効な手段とされてきました。

しかし、現在は見解が異なります。パスワードの変更を繰り返すうちに、より覚えやすい文字列を使ったり、変更前と類似したものを使うようになっていたりして、結果的に第三者が推測しやすい文字列になってしまい、不正利用を招くリスクが増すのではないかと。そういう意見が高まってきています。そのため、総務省は現在、「複雑で安全な」パスワードを使い続けるよう呼びかけています。

安全なパスワードは、氏名や誕生日などはもちろん、特定の単語や規則性のある文字列は使わずに、不規則で複雑なものにした方が良いと言われています。また、パスワードをソフト等に記憶させ、自動ログインできるようにする機能も使わない方が良いそうです(パスワードを記憶した機器が盗難・紛失した際などに不正アクセスされてしまう恐れがあるためです)。

「そんな細かいことを言ったら、ログインできなくなって大変だよ」と言う方にとっては、「パスワードの定期変更は不要」だという話は、ちょっとした朗報になるかもしれませんね。

TOPIC 引き出しにしまった思い出の写真、電子化してスッキリ！

観光地などで写真を撮るとき、以前は「カメラで撮って」とお願いされるものでしたが、最近は「スマホで撮って」と言われることの方が多くなった気がします。もはや「カメラで撮影」という言葉は「スマホで撮影」に変わっている感がありますが、私たちの若いときの写真や子供の成長を記録したものの多くは、紙焼きの写真で残っている場合がほとんどでしょう。普段あまり使わない引き出しを開けると、そこにはいつ撮影したものかわからない写真が山のように入っていたりして、「いつか片付けないと〜」と思うこともあります。

終活では生前整理がテーマの一つですが、実際に片付けを始めると写真整理が大きな問題として立ちはだかります。「要らないものは捨てればいい」と言いますが、写真は捨てるににくいものの代表格。ついつい整理が後回しになってしまいがちです。

そこでオススメなのが写真の電子化。例えば、書類を電子化するスキャナを使ったり、写真の電子化代行サービスを使えば、一気に家にある写真を電子化できます。しかし、何千枚、何万枚とあるであろう写真をすべて電子化するには、



写真はイメージ。終活では生前整理がテーマの一つだが、実際に片付けを始めると写真は捨てるにいくついつい整理が後回しになってしまう。そこでオススメなのが写真の電子化だ

時間もお金もかかることでしょう。さらにせっかく電子化しても、量が多すぎて見返すこともなければ本末転倒です。

そこで提案したいのが、Google社のスマホ用アプリ『フォトスキャン』。こちらは紙焼き写真をスマホカメラで撮影する要領で写真を電子化していきます。フォトスキャンは、撮影時に光の反射や影の映り込みなどを自動的に排除し、遠

近補正もしてくれるスグレモノ。しかも無料で利用できます。

例えばこのアプリを使って、1冊のアルバムに収まる程度の写真を電子化してみたいかがでしょうか？ できあがったそれは、まさに「人生のベストアルバム」。写真の撮影場所や当時のエピソードなどと一緒に家族に披露すれば、きっと喜ばれると思います。

救急車を呼んだ方がいいの？ 救急時に迷ったら、「Q助」がお助け！

消防庁の発表によると、2017年に救急車が出動した件数は前年比2%増の634万件となり、8年連続で過去最多を更新していることがわかった。搬送者のうち、65歳以上の高齢者が占める割合は59%となっている。

●暮らしの目線 「救急車の出動件数が過去最多に」。毎年決まってこうした見



写真は今回紹介した「Q助」Web版の画面

出しの記事を目にします。2017年の救急車の出動件数は634万件、搬送者の人数は573万人でした。そのうちの約6割が65歳以上の方ですから、高齢者の増加が背景にあることはわかります。実際に、20年前の1997年は搬送者のうち65歳以上の高齢者が占める割合は34%ほどでしたので、20年で25%も増えています。

出動件数が増えることで問題となっているのは、救急体制の対応が間に合わないこと。通報があってから救急車が病院にたどり着くまでの時間は、過去20年で15分ほど長くなっています。

こうした課題を解消するために求められているのは、不要不急の出動要請を減らすこと。消防庁では、救急車を呼ぶ際に必要かどうかを判断するためのアプリ

を用意しています。愛称は「Q助」です。

Q助では、質問に対する症状などを選択しながら答えていくことで、緊急度に応じた必要な対応（「今すぐ救急車を呼びましょう」「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」など）が表示されます。その後、スマホから直接119番に電話をかけたり、医療機関や受診手段の検索をすることができます。

実際に救急車が出動したのに搬送のなかったケースは全体の約1割を占め、搬送されても長期入院となった重症者は全体の8%ほどなのだそう。それだけ不要不急の出動が多いということですね。とはいえ、救急車が必要かどうかを見極めるのに困るケースもあります。そのためのために、スマホにQ助、インストールしておいてはいかがでしょうか。

遂に1000万人超え 国民の12人に一人が「認知症サポーター」

全国キャラバン・メイト連絡協議会の発表によると、全国の「認知症サポーター」の人数が2018年3月末に1015万1589人となり、1000万人を超えたことがわかった。「サポーター制度」は厚生労働省が2005年から開始したもので、約90分の無料講座を受講することで認知症サポーターになれる。

●暮らしの目線 認知症について正しい知識を学んだ「認知症サポーター」の人数が、全国で1000万人を超えたそうです。これは、国民の約12人に1人の割合となる計算です。もしかしたら、あ

なたの隣に座るその人も認知症サポーターかもしれません、はい。

さらに驚いたのは、人口約1万5000人の福井県の若狭町で、のべ1万2000人余りが同養成講座を受講しているという話でした。町のほとんどの住民がサポーターなのではないかという割合です。驚きですね。

全国的に見ると、最近では小中学校単位で受講する動きもあるようです。若い世代が認知症に対する正しい知識や患者への正しい接し方を知る機会があることは、心強いことですね。認知症患者への偏見なども和らいでいくことでしょう。

認知症サポーターが広まった先の若狭町では、認知症が疑われたとき周辺の市町より早期に受診する人が多く、その分初診患者の重症度が低かったという調査結果も出ています。認知症の正しい理解が広まり、認知症を隠さずオープンに相談できる状況ができたことが、早期受診を促進しているのかもしれません。

やはり、大切なのは「正しい知識」なのだと思います。ぜひ皆さんも、受講の機会があれば認知症サポーター養成講座に参加してみてください。受講は無料で年齢制限もありませんので。

延びる「健康寿命」。トレーニングも、「のび〜る」のが人気？

2018年3月に公表した、厚生労働省の「健康寿命」についての調査によると、2016年は男性72.14歳、女性74.79歳となっていることがわかった。都道府県別の首位は男性が山梨県（73.21歳）、女性は愛知県（76.32歳）。健康寿命とは、「健康上の問題がなく自立した生活を送れる期間」のことで、3年前の調査から男性は0.95歳、女性は0.58歳延びている。

●暮らしの目線 70代の方の運動や健康に対する意識が高まっているようです。スポーツ庁がまとめた2017年度の世論調査結果によると、週に1回以上の運動をしている成人は51.5%となっていますが、中でも年代別で最も高いのは70代。実に71%の方が週に1回以上の運動を行っているそうです。

同年代の皆さんは、どのような運動を行っているのでしょうか？

例えば、フィットネスクラブ。クラブの利用者でもっとも多い世代は、こちらも60代後半から70代となっています。ヨガや太極拳などのプログラムは、体への負担も少なく高齢者の参加率が高くなっているそうです。また、私は今回

写真はイメージ。米軍の海軍特殊部隊から考案された器具を使った『TRX』と呼ばれるトレーニングが高齢者の人気を集めている



初めて知りましたが、天井や壁からつり下げられたゴムを使って筋力アップを目指す、米軍の海軍特殊部隊から考案された器具を使った『TRX』と呼ばれるトレーニングが高齢者の人気を集めているそうです。こちらは腰の湾曲を矯正する効果もあると言われていることが人気の理由のようですが、写真で見るとすごく

本格的ですね。みなさん本気だな〜。

先日の厚労省の調査では、こうした運動意識の高まりによって、ついに女性の健康寿命は70代後半に王手をかけるまでに延伸しました。男性の健康寿命も3年前からほぼ1歳延びています。このまま私たちが健康でいられる期間が長くなっていくといいですね。

TOPIC 転倒からの骨折は、「かい・おう・まん」に気をつけて！

高齢者の転倒からの骨折を防ぐための呼びかけや取り組みが盛んになっています。特に「大たい骨近位部(股の付け根)」の骨折から寝たきりになってしまう方は多く、そうなればちょっとした転倒だと思っても深刻な問題に発展してしまいます。



写真はイメージ。転びやすい場所を「かい・おう・まん」と覚えて転倒防止

高齢者の転倒は、日常生活において、ちょっとした注意や工夫をすることで防ぐことができるものも多いと言います。

その一つは、転びやすい場所を知ること。階段や段差のある所はもちろん、雨などでぬれているところや、様々なものが置いてある所などが代表例です。特に「雨が降った日の階段」「横断歩道の白い塗装部分」「マンホールの上」などは要注意です。

そこで弊紙では、転びやすい場所をご合わせにして覚えやすいようにしてみました。

「かい・おう・まん」。

階段、横断歩道、マンホール。うん、これなら強そうな名前で転ぶこともなさそうです(笑)。

欧米などでは「ビスフォスフォネート製剤」などの薬物治療の効果によって、大腿骨近位部の骨折の発生率が減っているとの報告がありますが、国内では骨折の遠因となる骨粗しょう症を治療する割合は高まっていないのが現状です。

骨粗しょう症の予防には、バランスの良い運動や食事はもちろんですが、それに加えて適度な日光浴をすると良いのだそうです。紫外線によって作られたビタミンDがカルシウムの吸収を助けるのだとか。太陽光を1日30分程度浴びるとこうした効果が見込めるそうです。

骨折には「たいようこう」と「かい・おう・まん」。そう覚えてください！さらに強そうで覚えやすくなりましたね(笑)。

TOPIC 今、医療現場で「画像診断報告書」の見落としが多発している？

CTやMRIなどの装置で撮影した検査結果を記載する「画像診断報告書」の情報が医師の間で共有されず、治療が遅れて患者が亡くなるケースが相次いで報告されているそうです。これは大学病院が死亡に至ったケースを公表したことで分かったものですが、どの病院でも起こりうる問題として、医療界は対策に動き出しています。

ではなぜ、このようなことが起こっているのでしょうか。

CTやMRIなどの検査で、例えば「半年後に再検査が必要」と画像診断報告書に記載された情報を治療を引き継いだ他の医師が見落とす。そうしたケースが多

いようです。背景には医師の専門性が高まったことがあります。専門に治療する臓器以外のことに必ずしも詳しくはない医師が増え、医師が連携して治療を行う中で重要情報を見落とししてしまうというのです。

つまり、これは画像診断報告書の問題ではなく、医師の連携の中で重要情報の見落としが起こるリスクがあるということです。

厚生労働省もこの問題を重視し、医療機関に注意喚起を行っています。

医療機関では、報告書に記載された検査などが実際に実施されたかどうか、その追跡を行う仕組みを整えたり、主治医

に重要情報を見落としが起きないように直接連絡することを周知したり、未読の報告書がないかを管理するシステムを導入したり、すべての患者に画像診断報告書を渡すようにしたり、あるいは患者向けの報告書を別途用意したりするなどの対策を始めています。

それでもやはり人間がすることですから万全はないでしょう。

私たちはこうした重大なミスが起こりうることを知り、私たち自身も治療についての重要情報を聞き漏らしたりしないよう、意識して治療を受ける必要があるのかもしれない。

このコーナーの情報の真偽は確定したものではありません。
参考としてお読みいただき、お楽しみいただけたら幸いです。

ホント!?

ゴルフをプレーすると、
記憶力がアップする!

国立長寿医療研究センターなどの研究班

「高齢者がゴルフをプレーすることで記憶力がアップする」という興味深い研究結果が、国立長寿医療研究センターなどの研究班から発表されました。

この研究は、ゴルフは未経験、または現在ゴルフをほとんどしていない65歳以上の男女106人を対象に行われました。グループをランダムに2つに分け、半数の53人には半年間、週に1度ゴルフ教室に参加してもらい、もう半

数には健康に関する講座を2回受けてもらい、その前後で認知機能検査の結果を比較しました。

すると、健康講座を受けたグループの人たちの記憶機能には変化は見られませんでした。ゴルフ教室に参加したグループの人たちは単語記憶検査で6.8%、文章の流れを記憶する論理的記憶検査で11.2%、成績の向上が見られました。

ゴルフと記憶力の関係。それにしてもユニークな研究ですね。

世帯年収の低い女性は
太りやすいって

ホント!?

滋賀医科大学のチーム

2010年の厚生労働省の調査で得られた20歳以上の男女約2900人のデータを対象に、年収や家計の支出、教育歴などの社会的要因と、体格や食事傾向などの生活習慣や健康との関連性を統計的に分析した結果、世帯年収が低い女性ほど太りやすいことがわかりました。

65歳未満で世帯年収が600万円以上の女性に比べると、200万~600万円未満の女性は1.7倍、200万円未満の女性は約2.1

倍も太りやすく、教育歴が9年以下の女性は10年以上の女性よりも約1.7倍太りやすいという結果になりました。また、世帯年収が低いほど、炭水化物の摂取割合が多いこともわかりました。世帯年収600万円以上の女性の炭水化物の摂取割合は56.8%ですが、200万円未満の女性の場合は59.7%でした。

収入や教育の違いが食事の傾向などに影響し、太りやすくなってしまふ可能性があるなんて、ちょっと驚きです。

エッ!

口の不健康が、
転倒を招く?

神奈川歯科大のチーム

神奈川歯科大によると、口の機能の低下が体のバランス機能の低下に影響を及ぼしている可能性のあることがわかりました。

神奈川歯科大が65歳以上の男女約4万人を対象に口の機能と転倒回数との関係を調べたところ、口の渴きが気になる男性は41%、お茶や汁物でむせる女性は64%も転びやすくなるという結果が出ています。また、歯が19本以下で入れ歯を使っていない人は、20本以上あ

る人よりも転びやすいという結果もありました。

口の健康を保つことで体のバランス機能も保て、転倒予防にもつながるとのことですね。転倒による骨折がきっかけで寝たきりになってしまうことも少なくないようです。ということは、お口のケアが、ひいては寝たきりの予防にもつながると言えそうですね。

「健康は口から」という言葉をよく耳にしますが、こうした調査結果に学んで、口腔ケアを大切にしたいですね。

「孤独でも、一人ではなかった最期」
(談||尾上正幸)

これは葬儀社である私が、すでに医者から余命を告知された方の「最期」について、相談を受けた時の話です。面談のために病院へ行くと、その方は「自分は独り身で、家族や親族はいないんだ」と自身の身の上を話されました。しかし、後にご家族や親族が不意に現れると、ご本人の希望を叶えられなくなる可能性があります。ですから、本当に独り身なのか、それが本当なら、いつから、どうして独り身なのかを教えてくださいとお願いしました。

結局、その方とは3回の面談を重ねて、離婚した奥様のこと、行方のわからなくなっている息子さんがいることなどを聞き出すことができました。そして、その方が抱えている孤独感は、家族が自分から離れていったことによるものなのだとすることも、分かるようになりました。

ある日の面談で、「お骨は散骨することに決めた」と伝えられました。そして、「子供の頃、北海道でおふくろと二人で住んでいた頃が一番楽しかった」という話も聞かせてくれました。「一度、北海道に帰りたかったですね」と私が言うと、「だから散骨にしたんだよ。散骨なら自分で泳いで帰れるからね。あなたと話をしておふくろのことを思い出したんだ。だから、そうすることにしたんだよ」と、ちょっとにこやかな表情で話されました。

そして、その日の夜にその方は亡くなられました。孤独だったと言う人生でも、振り返れば幸せなときがある。私は、本人がその豊かな時間を思い出して最期を迎えることができたこと、そしてそこに自分に関わることができたことに大きな意義を感じることができました。

この話には、後日談があります。散骨の予定日に私が散骨業者に電話をすると、その方の息子さんが散骨前に現れたと言うのです。そして「遺骨は自分が北海道に持って行きます」と話したそうです。その息子さんが、どのようにしてその散骨業者にたどり着いたのかはわかりません。しかし、父親のことを気にかけていたことは間違いのないでしょう。「自分は孤独」だと思っていたのは本人だけ。実際にそういうことは多いものです。ですから私は、本人が「孤独」だと話しても、その言葉をうのみにはしないようにしているのです。

(文=葬送ジャーナリスト・塚本優)

紛失しても大丈夫？ あなたの休眠口座に「お宝」あるかも？

2018年1月に休眠預金等活用法が施行された。同法により、10年以上取引のない休眠預金はNPO法人への融資など、公益活動に活用されることになっていく。

●暮らしの目線 今利用している銀行口座の数はいくつありますか？ 現在利用している口座以外にも、若い頃に作った口座、引っ越し前に使っていた口座など、使っていない通帳が手元にある方も多いのではないのでしょうか。使わなくなったけれども、特に解約をしておらず、少額ながらも預金がされたままの口座もあるかもしれません。中には、残高を見てびっくりするようなものもあるかも……。

今、長期間引き落としなどの取引のない預金口座に残っている「休眠預金」を、公益活動に役立てようという取り組みが、政府や金融機関によって始められようとしています。全国の休眠預金は、毎年700億円ほど発生しているとも言われています。

法律では最後の取引から5年を過ぎると預金を引き出す権利が失われるという時効がありますが、実際は時効後でも請求をすれば利息も含めて払い戻すことが金融機関の慣例となっているようです。

そして、もし通帳やカードを失くしても、銀行に口座名義の「名前」「生年月日」「住所」を証明することができ



写真はイメージ。新設された休眠預金等活用法により、10年以上取引のない休眠預金はNPO法人への融資など、公益活動に活用される

れば、休眠口座となっている口座の有無と残高を確認できるそうです。もしかしたら、思わぬ「臨時収入」があるかもしれませんね。

でも、銀行印が見当たらなかつたり、結婚などで名前が変わっていたり、引っ越しをして住所が変わっている場合などには、別途本人確認書類や手続きが必要です。具体的な手続きは銀行によって異なりますが、実際にいくつもの書類に記入して、手続きすることを考えると、金額によっては、労力と見合わないかもしれ

れません。

もっと困ってしまうのは、確認する口座が自分名義ではなく、亡くなった方や認知症になった家族のものとき。そうであれば手続きはさらに煩雑になります。これを機会に、自分のものだけでなく、お金まわりの整理をする目的で、家族みんなの口座の確認をすると良いかもしれませんね。休眠口座の臨時収入を期待しながら整理するのも良いかもしれません（報われなかったときは、恨まないでくださいね）。

TOPIC 年金の「5年の後納制度」が、今年9月に終了 手続きはお早めに

国民年金には「追納」や「後納」と呼ばれる制度があります。過去の分の保険料を遡って納める手続きのことです。通常は保険料の納付期限は2年となっていますが、現在は期間限定の措置として5年以内の未納分を納付できるようになっ



写真はイメージ。年に一度郵送される「ねんきん定期便」で未納期間や将来給付される年金について確認しておこう

ています。そして、その5年の後納制度が2018年9月で終了します。

心当たりのある方はいませんか？

何らかの理由で未納期間のある方は、将来の年金額が減ってしまう可能性があります。例えば「会社員の夫」の場合なら、退職したり、自営業を始めたり、65歳になったり、亡くなったりしたときに、年金の種別変更の届け出を漏らしてしまうケースがあるようです。また「専業主婦の妻」の場合なら、妻自身の年収が増えるなどで夫の健康保険の被扶養者から外れたときや、会社員の夫と離婚したときなどに漏れることが多いようです。

未納分は、年金事務所まで申し込んで保

険料を支払います。追納や後納をするときの保険料は、年度により異なりますが、1か月当たり1万5000円程度となります。2017年4月時点の満額の老齢基礎年金（77万9300円）をもとに計算すると、1か月分を後納した場合、年間に受け取る年金受給額は1624円増えるそうです。つまり、10年程度年金を受給すれば後納した1万5000円以上の金額が戻ってくるという計算になります。

将来受け取れる年金は少しでも多い方がいいと思います。もし届け出漏れの可能性があるなら、一度確認してみてくださいね。

TOPIC 教育訓練給付金を利用してスキルアップ→再就職！

資格を取ったり専門技能を身に付けるための勉強を始めるときに、一定の条件を満たせば雇用保険から費用の一部を負担してもらえる「教育訓練給付金」という制度があるのをご存知でしょうか？

「そういうのは、若い人のためのものではないか？」と思っていた方。実は2017年1月から、再就職する高齢者にも給付の対象が広がっています。例えば65歳で会社を定年退職し、無職になった後、再就職したなどのケースです。このとき再就職先で雇用保険に加入すれば対象となります。また、同じ会社で継続雇用され65歳を迎えた方も対象になり

ます。

教育訓練給付金には、語学やパソコンなどの幅広い技能を身に付ける講座が対象の「一般教育訓練給付金」と、専門性の高い資格の取得を目指す「専門実践教育訓練給付金」の2種類があります。

以下は、一般教育訓練給付金を中心にお伝えします。

一般教育訓練では、かかった費用の20%、上限10万円まで給付されます。

必要な条件は、初めて給付金をもらう場合なら雇用保険の加入期間が1年以上あること。つまり、再就職した場合は1年後から受給が可能になります。（正確

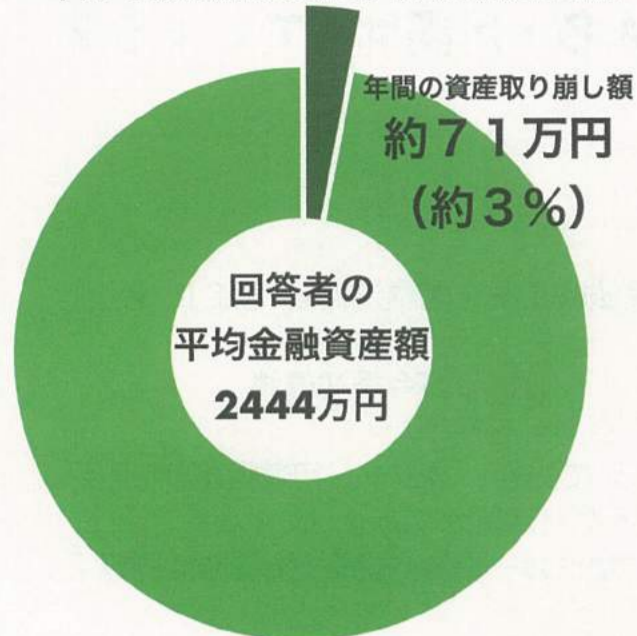
には、教育訓練を開始した日が「以前の職場に就職中」または「以前の職場を離職して1年以内・以前の職場で雇用保険加入期間1年以上」であれば受給資格があります）

申請窓口はハローワークです。講座の受講終了翌日から1か月以内にハローワークに申請してください。

専門実践教育訓練では給付金の支給率や上限額も大きく、さらに給付の対象となる講座も増えています。詳細については興味のある方は、ハローワークに出向いて相談してみるとよいと思います。

Dataで見る暮らし

平均金融資産額と
一年間で取り崩す資産の平均金額の割合



野村アセットマネジメント株式会社と
株式会社野村資本市場研究所が実施した調査データを再構成

約71万円

老後の一年間で取り崩す 資産の平均金額

野村アセットマネジメント株式会社など

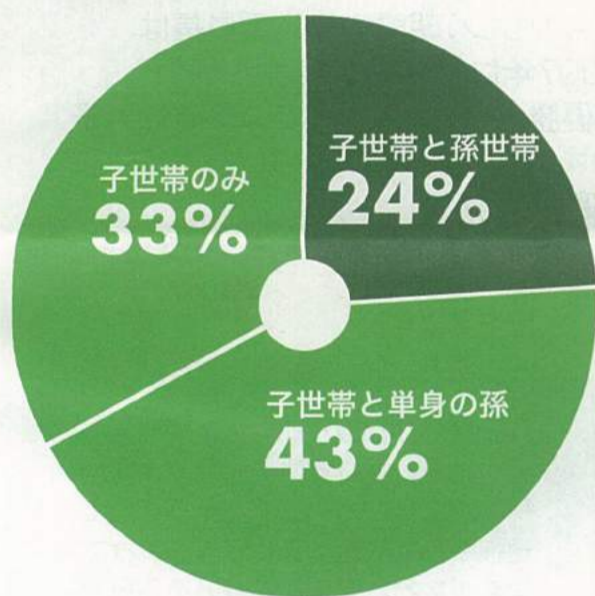
野村アセットマネジメント株式会社と株式会社野村資本市場研究所が、60歳から89歳の男女3054人を対象に金融資産の取り崩しについて調査を行ったところ、1年間で取り崩した金融資産の平均額は、約71万円であることがわかりました。

この年間の取り崩し額は、全回答者の金融資産額の平均2444万円に比すると3%に相当します。ですから、単純に計算すると、あと34年間は取り崩しが可能という計算になります。回

答者の平均年齢は72歳ですので、取り崩し可能年数の34年を加えると106歳。つまり、机上の計算では、106歳まで手持ちの金融資産で生活をカバーできることになっています。

「人生100年時代」などと叫ばれる昨今、豊かな老後生活を送るためには、どのくらいの資産が必要なのか不安に思う方も多いでしょう。この機会に自分の金融資産をしっかりと把握し、計画性を持って大切に管理したいところです。

親世帯が亡くなった後、
二世帯住宅に住んでいるのは？



旭化成ホームズ株式会社の調査データを再構成

24%

築30年前後の「二世帯住宅」が 三世代に継承される割合

旭化成ホームズ株式会社

プライバシーを守りつつ、適度な距離感で暮らせる二世帯住宅。いろいろ便利な面もありますが、親世帯が亡くなったあとの居住スペースは一体どうなっているのでしょうか？

旭化成ホームズ株式会社が、同社施工の築30年前後の二世帯住宅を対象に調査を行ったところ、亡くなった親世帯の居住スペースが孫世帯に引き継がれる割合は、約50%であることがわかりました。

親世帯が亡くなったあと、入れ替わりで親世帯の居住スペースに孫世帯が暮ら

している割合は24%です。しかし、現在単身の孫が結婚して親世帯の居住スペースに入る可能性も考慮すると、親世帯のスペースで孫世帯が暮らす割合は最終的には50%くらいになると考えられています。

親世帯が亡くなった後の空き部屋の利用方法で、もっとも多かったのは物置でしたが、リフォームしてカフェを始めたり、仕事や趣味の拠点とするなど、上手に活用している例もあるようです。

一世帯分のスペースですから、有効に活用できるといいですね。

50代以上の転職者の成約件数の推移



株式会社ジェイエシーリクルートメントのデータを再構成

約4倍

50代以上の転職件数の増加、 5年で

株式会社ジェイエシーリクルートメント

大手人材紹介会社の株式会社ジェイエシーリクルートメントの発表によると、50代以上で転職が決まった人の数が年々増加しており、ここ5年間で約4倍になっていることがわかりました。

同社を通じて転職した50代以上の方の人数は、2013年はわずか240人でしたが、2017年では約1000人に増えています。さらに、2018年はそれを超す勢いで増えているそうです。

50代以上の人の転職がこのように増えている背景として、知識や経験が豊富で即戦力になる人材であれば年齢

を問わず採用する企業が増えてきたことが考えられています。

特に、建設・不動産分野で即戦力を求める傾向が顕著に見られ、同社によると、建築現場経験のある人材の需要は5年間で9倍以上にもなっています。大手ゼネコンの元社員で国家資格者の場合は、70代でも引く手あまたな状況です。

かつては「35歳を過ぎると転職は難しい」と言われた時代もありました。しかし、人手不足の深刻化もあり、今後も即戦力となる経験豊富な人材の需要はますます高まりそうです。



楽しむ Quiz クイズ

[2018年3~4月]の出来事を振り返ります

クイズ頭の体操！ふりかえってQ^{キュー}

() に当てはまる人名・用語は何でしょう？

少し前のことを思い出す、頭の体操です。

★の問題にはヒントがあります。

- 3/13 政府は、成人年齢を20歳から(①)歳に引き下げる民法改正案を閣議決定し、国会に提出。2022年4月の施行を目指す
- 3/24 ノルディックスキー・ジャンプ女子のワールドカップで(②)選手が今季初優勝。男女を通じて歴代単独最多の通算54勝目に到達。翌日には55勝目を挙げた
- 4/1 米大リーグ・エンゼルス(③)選手が、アスレチックス戦で先発しメジャー初登板、勝利投手に。2日後に初本塁打を放ってから3試合連続で本塁打を記録するなど活躍が話題に
- 4/9 サッカー日本代表のバヒド・ハリルホジッチ監督の解任を日本サッカー協会が発表。後任には同協会の技術委員長を務めていた(④)氏が就任
- 4/16 防衛省が陸上自衛隊のイラク派遣時の(⑤)を公開。政府は自衛隊が活動していたイラク南部サマワを「非戦闘地域」と説明してきたものの、(⑤)には「戦闘が拡大」などと記載されていた★
- 4/25 人気アイドルグループ「TOKIO」のメンバー(⑥)さんが強制わいせつ容疑で書類送検されていたことが判明。東京地検は5月1日、不起訴(起訴猶予)とした
- 4/19 福田淳一財務次官の女性記者へのセクハラ発言が報じられた問題で、(⑦)は、同社の女性記者が被害を受けていたと発表。財務省は、24日に福田淳一財務次官の辞任を承認した
- 4/27 韓国の文在寅(ムン・ジェイン)大統領と北朝鮮の金正恩(キム・ジョンウン)朝鮮労働党委員長は、**南北軍事境界線上の(⑧)**で会談。南北首脳会談は2000年、2007年に続き史上3回目★
- 4/29 全日本体操個人総合選手権男子で、**順天堂大の(⑨)**が初優勝。19歳2か月での優勝は男子史上最年少。11連覇を目指した内村航平は3位に終わった
- 4/30 愛媛県今治市の松山刑務所大井造船作業場から脱走していた服役中の男が、(⑩)市で身柄を拘束。3週間以上の逃走劇に幕を閉じた★

答えは 12ページ

ヒント

「ニンポー、隠し文書の術」？
防衛省から公開されたのは、会社や組織などで一日の活動を記録したり、報告したりするアレです。私も会社で毎日報告していますが、「一日一報」するのもなかなか大変です(苦笑)。これまで政府が「ない」と説明していたこれらの文書が公開され、そこには自衛隊の活動拠点について「戦闘が拡大」と表現されていました

ヒント

極東の平和に一步前進！
歴史的会談が行われたのは、中華料理店のような名前の地域。南北の軍事境界線のあるこの地は、今は観光地にもなっているそうです。ただ、侵入禁止や撮影禁止の場所が多く、無事に帰ってこられるのか不安になります…。行くか行かないか「煩悶(はんもん)してん!!」

ヒント

「疲労した逃走カーブ」？
逃亡犯が、プロ野球チームの本拠地「マツダスタジアム」近くの路地で逮捕された映像はテレビでも流れていましたね。デーゲームのある日でしたので、野球応援に来ていた人たちもびっくりしたのではないのでしょうか。逃亡期間も長期にわたり、犯人も警察も疲れ果て、「ひろうしま」した。

訃報

ご冥福をお祈りいたします

- 3月1日 古賀新一さん (こが・しんいち=本名・古賀申策=こがしんさく、漫画家) 病気のために死去。81歳。怪奇ホラー漫画の第一人者。代表作である「エコエコアザラク」はテレビドラマや映画にもなった
- 3月10日 ユベール・ド・ジバンシィさん (ゆべーる・ど・じばんしい、フランスのファッションデザイナー) 91歳。フランスの高級ブランドであるジバンシィの創設者。「ティファニーで朝食を」などの映画でオーディリー・ヘプバーンの衣装を手がけた
- 3月13日 内田康夫さん (うちだ・やすお、作家) 敗血症のため死去。83歳。トラベルミステリーの名手。名探偵・浅見光彦のシリーズは人気を博し、何度もテレビドラマ化された
- 3月14日 スティーブ・ホーキングさん (すてい・ふん・ほーきんぐ、イギリスの物理学者) 76歳。「車いすの天才科学者」として広く知られ、宇宙物理学の分野で偉大な功績を残した
- 3月19日 立川左談次さん (たてかわ・さだんじ=本名・山岡通之=やまおか・みちゆき、落語家) 食道がんのため死去。67歳。江戸っ子らしいキレのよい口調が魅力の正統派。2016年に食道がんを公表して以来、闘病しながら高座を務めていた
- 3月28日 月亭可朝さん (つきてい・かちょう=本名・鈴木傑=すずき・まさる、落語家) 急性肺線維症のため死去。80歳。ちょびヒゲ、丸めがね、カンカン帽がトレードマークだった異色の落語家。コミックソング「嘆きのボイン」が大ヒットした
- 4月5日 高畑勲さん (たかはた・いさお、映画監督) 肺がんのため死去。82歳。日本を代表するアニメーション映画監督。映画「火垂るの墓」やテレビアニメ「アルプスの少女ハイジ」など数多くの人気作品を世に送り出した
- 4月17日 順みつきさん (じゅん・みつぎ=本名・光木千枝子=みつぎ・ちえこ、元宝塚歌劇団トップスター、女優) 胃がんのため死去。70歳。元宝塚歌劇団花組のトップスター。「ベルサイユのばら」のオスカル役や「風と共に去りぬ」のスカレット役を演じた
- 4月17日 バーバラ・ブッシュさん (ばーばら・ぶっしゅ、元アメリカ大統領夫人) 92歳。第41代アメリカ大統領ブッシュ氏の妻、第43代アメリカ大統領ブッシュ氏の母として、政治の名門ブッシュ家を支えた
- 4月23日 衣笠祥雄さん (きぬがさ・さちお、元プロ野球選手) 上行結腸がんのため死去。71歳。プロ野球・広島島の打者として活躍し、2215試合連続出場という記録を樹立した。「鉄人」の愛称で親しまれ、国民栄誉賞を受賞した



季節と暮らしを
もっと味わおう！

2018 歳時 Calendar

7 July

1 日	仏滅	海開き・山開き かつては夏の一定期間だけ、神聖な山に入山することが許された
2 月	大安	半夏生 (はんげしょう)、テニス・ウィンブルドン選手権 (ロンドン、15日まで) 半夏生に食べるのは蛸 (たこ)。この日に降る雨は大雨になることが多いとされる
3 火	赤口	お中元の準備 (7月上旬) 関東なら7月1日から7月15日まで、関西なら7月15日から8月15日までに贈り物が届くように
4 水	先勝	
5 木	友引	
6 金	先負	
7 土	仏滅	七夕、小暑 (しょうしょ) 七夕には天の川を模した素麺を食べ。七夕は古来、お盆を前に梅雨のケガレを祓う儀式
8 日	大安	暑中見舞い 、大相撲7月場所 (名古屋、22日まで) 小暑が過ぎたら暑中見舞いを書き始め、立秋までに出す。日付は「平成30年盛夏」とするのが慣例
9 月	赤口	
10 火	先勝	
11 水	友引	
12 木	先負	
13 金	赤口	プロ野球2018オールスターゲーム (大阪・熊本、14日まで)
14 土	先勝	
15 日	友引	旧盆、中元 古代中国では7月15日をお盆とした。日本では先祖供養とまじり贈り物をする習慣に
16 月	先負	海の日、後の藪入り (のちのやぶいり) 江戸時代、奉公人が休暇をもらい親元などに帰り、お墓参りなどをした日
17 火	仏滅	野球・MLBオールスターゲーム (ワシントン)
18 水	大安	
19 木	赤口	ゴルフ・全英オープン (スコットランド、22日まで)
20 金	先勝	土用の丑の日 夏土用は8月6日まで。土用の丑の日に薬草湯に入るとよい
21 土	友引	
22 日	先負	
23 月	仏滅	大暑 (たいしょ) 1年で最も暑さが厳しくなる。鬼の霊乱 (丈夫な人が体調を崩すこと) に注意
24 火	大安	
25 水	赤口	
26 木	先勝	
27 金	友引	
28 土	先負	
29 日	仏滅	
30 月	大安	
31 火	赤口	

8 August

1 水	先勝	土用の丑 夏の土用には、丑の日が2日ある場合があり、それぞれ一の丑・二の丑という
2 木	友引	ゴルフ・全英女子オープン (イギリス、5日まで)
3 金	先負	
4 土	仏滅	
5 日	大安	第100回全国高校野球選手権大会開幕 (21日まで)
6 月	赤口	広島原爆の日 午前8時15分に黙祷
7 火	先勝	立秋 暑中見舞いは、この日以降は「残暑見舞い」に
8 水	友引	中元を贈るのが遅れたとき、立秋までなら「暑中御伺」、それ以降は「残暑御伺」に
9 木	先負	長崎原爆の日、全米プロゴルフ選手権 (セントルイス、12日まで) 午前11時2分に黙祷
10 金	仏滅	
11 土	先勝	山の日
12 日	友引	お盆供養の準備 この日の夕方か翌日の朝に盆棚を作ります
13 月	先負	お盆の迎え火 夕方に盆棚や仏壇の前に盆提灯を灯し、玄関で迎え火をたく。仏様と過ごす3日間
14 火	仏滅	介護保険サービスの自己負担割合が上がる (8月中旬) 現行の2割から3割に (現役世代並みの所得のある人が対象)
15 水	大安	お盆、終戦記念日 全国戦没者追悼式が行われる
16 木	赤口	お盆の送り火 夕方に迎え火と同じ場所で送り火をたき、祖先の霊を送ります
17 金	先勝	
18 土	友引	第18回アジア競技大会開幕 (インドネシア、9月2日まで)
19 日	先負	
20 月	仏滅	
21 火	大安	
22 水	赤口	
23 木	先勝	処暑 (しょしょ) 暑さが鎮まり、朝夕過ごしやすくなる一方で、夏の疲れも出やすいとき
24 金	友引	地藏盆 8月23、24日の地藏菩薩の縁日に、町内のお地藏様をおまつりする。近畿地方や北陸、信州で
25 土	先負	
26 日	仏滅	
27 月	大安	テニス・全米オープン (ニューヨーク、9月9日まで)
28 火	赤口	
29 水	先勝	
30 木	友引	
31 金	先負	

国民生活センターからのお知らせ

雑木林を売却したはずが、別の新たな原野を買わされた

【第306号】(2018年4月17日)

【内容】 宅地建物取引業の免許を持つ業者から、電話で何度も、昔両親が400万円で購入した雑木林の売却を持ちかけられた。断ったが「約5千万円で買い取る」と言われ根負けし、会って話を聞いた。「他の土地と一緒に購入すれば節税になる」「購入費用は後で返す」等と説明され、よく分からなかったが、買い手のつかない土地が売れるならと思い、約400万円支払って契約書にサインした。しかし、いつまでも購入費用は返金されず、業者は電話に出ない。契約書を確認すると、雑木林を1200万円で売り、原野を1600万円で購入する契約となっていた。(60歳代 女性)

【ひとこと助言】

- ・過去に原野商法(値上がりの見込みがほとんどないような原野や山林等の土地を、将来値上がりするように偽って販売する手口)の被害に遭った人や、それらの土地を相続した人に、「土地を高く買い取る」と持ち掛け、言葉巧みに売却額より高い値段の新たな土地も一緒に購入させる二次被害の相談が見られます。
- ・「土地を買い取る」「お金は後で返す」などと言われても、きっぱりと断り、絶対にお金を支払わないようにしましょう。
- ・宅地建物取引業の免許があっても、悪質な勧誘を行う業者もいるので、注意が必要です。
- ・一度お金を支払ってしまうと、取り戻すのは困難です。不審な点を感じたら、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。

困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください。
 消費者ホットライン188は、身近な消費生活相談窓口をご案内する電話番号です。
 (本情報は、国民生活センターの協力で掲載しています)
 【見守り新鮮情報】消費者被害から高齢者を守る最新情報をお届け
www.kokusen.go.jp/mimamori

Information



これってどこで 手に入るの?

「(本紙)を購読したいけれど、どこで手に入りますか?」

という読者の皆様。

本紙は1面に記載されている配布元が、配布している情報紙です。

配布について詳しくは、1面に記載されている配布元または、本紙を制作している製作委員会にお問い合わせください。

「Sonael」製作委員会
 編集部
 〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-35-9 9F
 TEL 03-5927-1273 FAX 03-5927-1274

● 広告掲載、配布などに関するお問い合わせは、TEL 03-5927-1273 まで
 ご意見・ご感想もお待ちしております

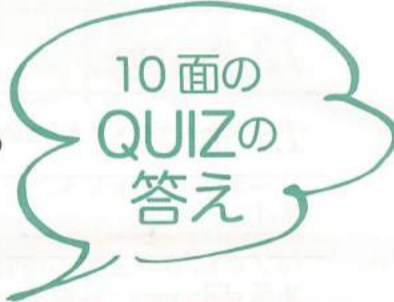
● 本紙の【暮らしの目線】は編集部の独自の見解に基づくものであり、その内容の真偽とともに、配布元の意見・見解とは異なる場合がございます。あらかじめご了承ください
 また正確な情報をお届けするよう心掛けておりますが、情報はあくまで記事執筆時点のものであり、最新の情報ではない場合がございます。あわせてご了承ください

© 本紙掲載記事の無断転載を禁じます

SONAEL18JUN030

- ①18
- ⑥山口達也
- ②高梨沙羅
- ⑦テレビ朝日
- ③大谷翔平
- ⑧板門店 (はんもんてん)
- ④西野朗
- ⑨谷川翔
- ⑤日報
- ⑩広島

あなたは何問、思い出せましたか?



聞けば分かるよ、なるほどしてん

鳴法堂辞典

【任意後見契約】

将来自分の判断能力が不十分になった場合に備えて、あらかじめ信頼できる人を後見人とし、財産管理の在り方や医療・介護契約の代行内容などを取り決めておく契約のこと。成年後見制度の一種ですが、法定後見制度とは異なり、本人が自由に後見人や後見事務の内容を決めることができるという利点があります。

契約内容は、財産管理や医療・介護などに関する事務や法律行為であれば原則自由に設定できるので、入居したい介護施設の指定はもちろん、自宅を売却して施設の入居費用に充てたい場合の要望なども契約書に盛り込んでおくことができます。契約書は公正証書で作成する必要があります。

なお、任意後見契約は事前契約であるため、契約を締結しただけではその効力は発生しません。実際に判断能力が低下し、任意後見予定者などの申立てにより家庭裁判所で任意後見監督人が選任されたときに初めて、その効力が発生します。

認知症対策として、注目を集めている「任意後見契約」。

興味のある方は一度、法律の専門家に相談してみましょう

一年金を受け取れるのが65歳からなので、それまでは働きたいと思っています。その時の健康保険制度が複雑でよくわかりません。

退職後に国民健康保険に加入することになれば、保険料の負担が増します。加入要件に影響するのは雇用延長したときの「働き方」、労働時間です。

—フルタイムか、短時間勤務か、ということですね。

雇用延長には、退職せずに引き続き雇用する「勤務延長」と、一旦退職をしてから「再雇用」する制度があります。定年後もフルタイムで働くなら、会社の健康保険組合（または協会けんぽ）に加入し続けられますし、厚生年金、雇用保険にも加入し続けられます。

でも、短時間勤務を選び、労働時間が週20～30時間未満、月収が8.8万円未満などの場合は健康保険や厚生年金が継続されない場合があります。条件は、会社の規模や労使の状況によって変わってきます。事前に確認しておいてくださいね。

—厚生年金に加入できなくなるとどうなるのですか？

国民年金の加入義務があるのは60歳までなのですが、年下の配偶者がいる場合は、国民年金の保険料を配偶者が60歳になるまで払う必要があります。

—健康保険はどうなりますか？



国民健康保険に加入したときは、保険料は退職前の前年の収入を基準に計算され、配偶者がいれば2人分の保険料を負担することになります。保険料の概算は自治体に相談すれば教えてくれます。

ほかに、退職後2年間、会社の健保組合や協会けんぽに加入できる「任意継続被保険者」という方法もあります。この場合の保険料は、退職前は会社と折半でしたが、全額自己負担に変わります。ただし配偶者が専業主婦なら扶養家族に入れることができます。

協会けんぽの場合は、年収が180万円未満で、かつ被保険者の年収の2分の1未満などの条件を満たせば、子供の健康保険に扶養家族として入ることもできます。

—雇用保険に未加入だと、完全に引退した後に失業給付がもらえなくなってしまうのですよね？

失業給付の受給期間は原則として離職日の翌日から1年間となっています。未加入期間が1年を超えると受給資格を失います。また再雇用後の収入が、60歳時点の75%未満になると受け取ることができる「高年齢雇用継続基本給付金」を受給する時も雇用保険への加入が条件です。60歳からの働き方と社会保険の関係は複雑ですので、自分のケースを確認しておいてくださいね。

Action for terminating
your life happily

終活

Q&A

終活とは、人生の「これから」を考える活動のことです

大好評、柴田典子さんの終活エッセイ！

フツーのおばさんから業界の第一人者になった、
エンディングデザイン・コンサルタント柴田典子の終活エッセイ

終活の裏側、そっとお話しします

Essay

お別れの権利は誰のもの？

著名人が亡くなったときのニュースなどで、「葬儀は家族だけで行われます」と伝えられるケースが多くなりましたね。現在は、著名人だけではなく多くの方が、家族だけで見送る「家族葬」を希望するようになっています。

今から50年前。東京の下町でダンボール会社を営んでいた私の祖父が亡くなったときには、新聞に祖父の葬儀の様子を知らせる記事が載り、家族でびっくりしたことがあります。それは祖父が著名だったというわけではなく、新聞社のヘリコプターがたまたま通りかかった上空から人だかりのできていた通りを見つけ、それを調べてみると祖父の葬儀だった、ということでした。

その頃から、バブル景気の波に乗り、葬儀は大規模化していきました。新聞の下段には社葬の死亡広告がびっしりと並んでいました。しかし現在は、葬儀のあり方が問われる時代になっています。お金をかけない、義理の会葬はいらない、家族だけで心から送りたい。だから、「家族葬がいい」と考える方が多くなりました。

先日、60代の若さで急逝された俳優さんも「葬儀は家族だけで行う」とのことでした。でも、最後まで一緒に仕事をされていた方々は急変を知って、故人に逢いに駆けつけているはず。葬儀には出られなくても自分の目で確認しないと信じられない、本人に逢って言葉をかけたい。私だったらそう思います。葬儀を終えてしまえば、もう対面はかなわないのです。

私の父は誤えんによっていきなり脳死状態になりました。そのとき母は、すぐに父の古くからの友人に知らせました。90歳近くになるその方は、意識のない父に逢いに来て、父の手を握り、話しかけてくれました。もう何十年も逢っていない方なのに…。そして父は意識が戻らぬまま、3週間後に他界しました。

葬儀には普通に訃報を出し、大勢の方にお越しいただきましたので気苦労もありましたが、それは負担に感じるよりも、「ありがたい」という気持ちを強く感じました。本当の悲しみに暮れるのは葬儀のずっと後のこと。私は、父の体があるうちは「もういないんだ」とは思えませんでした。

私は葬儀の現場をたくさん見てきています。無理に葬儀に人を集めることに意味はありませんが、訃報を出しさえすれば、少なくとも「会葬に来たい」と思ってくくださる方にはお知らせできます。もし、自分の葬儀で家族葬を希望するなら、家族が分からないかもしれない、心の通った友人や知人の名前を伝えておいてください。

母は90歳を超えました。まだ元気ですが、「私の時は家族だけで送って」と言っています。先日、その母が古い友人との電話で、「懐かしいね、暖かくなったら逢おうね」と会話していました。

母の葬儀のときに同年配の方が来られるかどうかは分かりませんが、私は訃報はお知らせするつもりです。ご家族に付き添われてでも来られるお気持ちがあるなら、お断りなんてできません。お別れの権利はその方にあるのですから。

柴田典子

ごく普通の暮らしを送っていた主婦が、葬儀社にパートに出かけ、そのまま葬儀業界にどっぷり浸かって、はや二十数年。葬儀社として何千という方々の「お別れ」に立ち会い、一主婦としての「家族の介護・見送り」を経験する。その過程で培った経験による丁寧で的確なアドバイスは、葬儀業界のみならず、主婦・高齢者からの熱い支持を得ている。自身が設立したオフィス・シバタでは、お葬式（運営・葬儀企画・悲嘆回復援助・供養）全般、葬儀生前契約、終活、エンディングノートなどの分野で、コンサルティングと講演などに精力的に活動している

柴田典子さんのオフィシャルブログ
「柴田典子の葬儀の話でごめんなさい」もご覧ください
<http://blog.goo.ne.jp/shibatatoriko>



岡山県 西中新田



母の日のカーネーションを作り
その前でみんなでパチリ！

大阪府 高殿



お花畑で記念撮影☆

大阪府 堺初芝



阜月で爽やか笑顔に
カブトで凛々しく

神奈川県 相模大野



手作りバラアーチの
完成記念撮影

滋賀県 近江石山



“ありがとう”
母の日

滋賀県 比叡山坂本



勇ましい兜姿でしょ！

滋賀県 近江守山



6月といえば紫陽花
もうすぐキレイな作品が完成です

岐阜県 日野東



母の日イベント。
全てのお母様に感謝

大阪府 住之江粉浜



たんごのせつく
みなさん元気です！

大阪府 阿倍野北畠



立派な鯉のぼりと記念撮影

兵庫県 神戸住吉



「春のうららの～住吉川？」
青春の歌 Sing, Sing and Singing

福岡県 須恵町



カエルの壁飾り
みんなで塗りました～！

大阪府 小野原東



結構重たいなあ。できるかな？
恒例となりました、消防訓練を実施！

大阪府 たかつき



ボランティアの方のハーモニカ演奏と
近所のお店でスイーツグルメを堪能したよ！

東京都 足立谷在家



足立区生物園にて、
お二人ともいいえがおですね！

香川県 もとやま



祝90歳
おめでとうございます(^-^)

東京都 宮前



深大寺植物園にて

東京都 成増



満面の笑顔

大阪府 深江橋



壁画完成！新緑の季節♪
ハイにっこり(笑)

神奈川県 横浜すみれが丘



畑の玉葱

大阪府 フィット&デイ 門真



門真のお箏三味線の演奏会です

大阪府 香里園



お花屋さんにお買いもの

大阪府 門真東



もぐもぐ
パーベキュー

大阪府 加納



5月のレクの様子です。

6月の **樹楽日和** きらくびより

樹楽 青葉台
きらく あおばだい
 〈事業所番号 2870905482〉

施設見学・ご利用のお問い合わせ お気軽にどうぞ!!
 〒669-1122 兵庫県西宮市青葉台2丁目18-2
 TEL.0797-81-7900 FAX.0797-81-7901



平成25年5月より開所し、早5年。樹楽 青葉台は地域に根ざし、利用者様と今日も元気に活動しています。開所当時と顔ぶれは変わるも、利用者様の笑顔を優先する気持ちに変わりはありません。5年前、アルバイトとして勤務していた青葉台に、管理者として着任して約1年半になります。意見の食い違いや摩擦、問題解決のために涙あり笑いありで真摯に向き合ってきました。

お庭作りや園芸、飾り付けや行事内容を職員だけが考えるのではなく、利用者様も一丸となってより良い施設を作っていく。利用者様にとって何が一番良いか、自分たちだけでなく周りも巻き込んで考えていくことを大事にしてきました。

ただ毎日来るだけでなく、毎日何かをしに来て頂けるように。今日終わらなかったことを明日に引き継げるように。四季を感じ、来季の楽しみを今から作れるように。今日楽しかったではなく、明日も来なくなる施設をモットーに、6年目も職員一同全力で取り組んで参ります！



【樹楽 青葉台】管理者：木村 剛

連載コラム **通所介護事業所のあるべき姿**

vol.031

一般社団法人 日本介護ベンチャー協会
 代表理事 斉藤 正行

今回改定で多くの積み残しとなった課題の本格議論がよいよスタートしてまいりました。4月13日に開催された「未来投資会議 構造改革徹底推進会合 健康・医療・介護会合第5回」において、厚生労働省より混合介護（保険外サービスの組み合わせ）の提供におけるルールの整理・統一を行なう方針が示され、訪問介護及び通所介護における事例も示されることとなりました。

具体的には、訪問介護、通所介護に共通するルールとして、

- ① 保険内と保険外サービスを明確に区分し、保険外サービス提供の記録を文書として残すこと。
- ② 利用者に対して、あらかじめ文書で説明し、同意を得ること。
- ③ 消費者からの苦情・相談窓口の設置等の措置を講ずること。

の3つが示されました。更に、個別に確認していくと、訪問介護においては「利用者の認知機能の低下の恐れがあることを踏まえ、両サービスの区分を理解しやすくするような配慮を行なうこと（具体的には、丁寧な説明の実施。エプロンや名札を付け替える。一度、家の外に出る。別のスタッフが対応するなど）」、「ケアマネジャーが保険外サービスの情報をケアプラン等に記載すること」がルールとして示されました。

通所介護においては、「原則として、理美容と緊急時の併設医療機関受診のみは、通所介護と明確に区分の上、提供可能である」ことが改めて示されました。加えて以下の4つのサービス、

- ① 巡回研修、予防接種。

- ② 事業所から外出する際に、保険外サービスとして個別に同行支援を行うこと。
- ③ 物販、移動販売、レンタルサービス。
- ④ 買い物等代行サービス。

については、「通所介護の利用料請求とは別に費用請求し、通所介護の提供時間には保険外サービスの時間を含めないこと」、「保険外サービスを提供する事業者からの利益授受を禁止すること」、「外部事業者が保険外サービスを提供する場合、事故発生時の対応を明確化すること」が新設ルールとして示されました。

従前より示されていた考え方に加えて、新設でのルールがつけ加えられるなど混合介護の弾力的な運用への筋道が示されることとなりました。前回お伝えした財務省による財政制度等審議会財政制度分科会での意見提言においても、軽度者改革（要介護1、2の介護保険給付外し）をいっそう進めていく方針が示されている中、保険外サービスによるプラス収入を作り上げる環境の整備は、介護事業者の持続可能性にとっては大変重要な項目であり、混合介護の促進は、次期改定における重要なテーマの1つとなることは間違いなく、今後の注目ポイントとなります。

——— 斉藤正行：プロフィール

コンサルティング会社勤務を経て、介護大手のメディカル・ケア・サービス(株)取締役運営事業本部長(株)日本介護福祉グループ取締役副社長を経て、現在は(株)日本介護ベンチャーコンサルティンググループ代表取締役、介護業界に最大級のイベント介護甲子園を運営する一般社団法人日本介護協会副理事長。介護業界における横断的・全国組織となる一般社団法人 日本介護事業連合会を2014年12月に設立し奔走する。



地域に密着した
 アットホームな
 デイサービス

樹楽

デイサービス 樹楽に関する総合問い合わせ
0120-03-1400

有信アクロス株式会社

一般社団法人日本フランチャイズチェーン協会 理事企業

〒564-0053 大阪府吹田市江の木町17-1 コンバーノビル 8F
 TEL.06-6339-8400 FAX.06-6339-5678