

中部シニアライフアドバイザー協会

SLA通信

第94号

中部 SLA 協会 会長 畑島美奈子

毎年このころになると「なんて月日のたつのは早いのだろう」と反省とも嘆きともつかない思いでつぶやいています。

協会活動を考えるとき、ああもしたい、これもやりたいと思っただけは募るものの、例年の行事に追われ、今年も過ぎてしまいます。これを若い人の繰り言というのでしょうか。とはいえ、残された時を考えると、今やらなければいけないことを、今できる人達とやっていかなければなりません。

今やらなければいけないこととは、協会の5年先のビジョンの明確化であり、今できる人達とは協会会員の皆様です。協会設立25周年を迎える中、思いを強くしているこの頃です。

いっしょに考えていきましょう！

25周年記念 日帰りバス旅行

楽しかった！ また行きたい！ 感想多数。

日時 12月9日（月）～奥の細道むすびの地記念館・大垣城・大垣市郷土館・お千代保稲荷参拝



ゆったりとした車内のマイクロバスにて、時間通りに金山を出発。添乗員さんのユーモアを交えた日程紹介を受けながら、会員はそれぞれ親睦を図った。進行方向には雪を頂いた伊吹山を見ることもできた。現地ではボランティアガイドさんが迎えてくださり、奥の細道むすびの地記念館・市内散策・大垣城・大垣市郷土館をしっかりと案内して下さった。金蝶園饅頭店にてお買い物。昼食は料亭助六にて懐石料理に舌鼓を打った。食事をしつつ、会員活動を振り返るアルバムに見入り、またそれぞれ近況等を報告した。記念撮影後お千代保稲荷へ。それぞれの願いを

祈りお土産を買い帰路に就いた。帰りのバスでは、本日の私たちの姿を撮ったビデオをも流していただいた。和やかにしっかり親睦を図ることのできた一日であった。

参加者 21 名

《お知らせ》

📌 令和2年新年会を開催いたします

今年も新しい年のスタートはSLA新年会から！
仲間とのふれあいから頑張る力が湧いてきます！
詳細は通信94号5頁にあります！



📌 第48回全国一斉特設電話相談「シニアの悩み110番」を開催いたします

日時：令和2年3月28日（土）・29日（日）
10:00～17:00

相談室：中区千代田3-16-11第2杉浦ビル2F

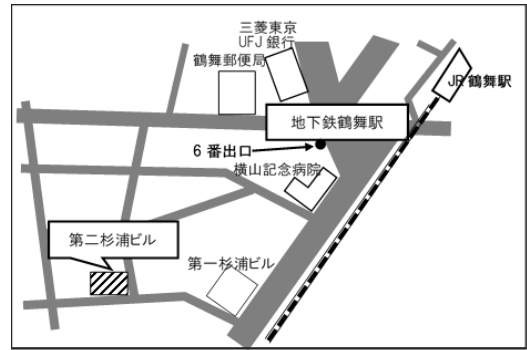
※相談員の皆様は28日・29日両日のご都合の良い日を下記までお知らせください。

・大歳(090-7852-7073)・宮地(090-8957-7231)

まで

※電話番号はまだ決まっておりません。「通信95号」でお知らせいたします。

※相談員以外の方も是非見学に相談室へおいでください。



📌 令和2年通常総会開催日決定

下記のように開催いたします。今回は例年にも増して多くの皆様の出席をお願いしたいと思います。

日時：令和2年4月17日（金） 11:00～14:45

場所：未定

📌 エンディングノート作成部会

第4回 日時：令和2年1月 日（ ） 場所：

📌 令和2年度名古屋市生涯学習課との協働企画講座開催決定

日時：8月20日～9月17日毎週木曜日 AM10:00～12:00

5回連続講座

場所：名東生涯学習センター

📌 このゆびとまれ第10回例会

笑いとお食事は健康のもと?! “新春の初笑い”

日時：2020年1月6日【月】 AM10:00～PM3:00頃

集合場所：地下鉄大須観音駅 2番出口（地下） AM10:00集合

内容：大須演芸場（落語・漫才・曲独楽等）

費用：4,000円（寄席・ランチ代含む）

昼食：大須磯料理まるけい

申込み先：白井恭子 0568-52-7580 090-8470-7573

申込み締切：12月27日（金）

寄席のみの参加でも可能です。（参加費2,700円）

《 報 告 》

◆ 幹事会報告/拡大会議

	日にち/出席者数	議題
第6回幹事会	9月20日(金) 出席8名	<ul style="list-style-type: none"> ・第47回全国一斉電話相談について ・SLAセミナーについて ・中部SLA25周年記念親睦バス旅行について
第7回幹事会	10月18日(金) 出席7名	<ul style="list-style-type: none"> ・SLAセミナーについて ・中部SLA25周年記念事業について バス旅行・エンディングノート簡易版について
第8回幹事会	11月15日(金) 出席9名	<ul style="list-style-type: none"> ・SLAセミナーについて(役割分担等) ・日帰りバス旅行について(役割分担等)
第2回拡大会議	10月18日(金) 出席9名	<ul style="list-style-type: none"> ・各部会と地域部会報告 ・SLAセミナーについて ・中部SLA25周年記念事業について バス旅行・エンディングノート簡易版について ・SLA活動の今後について

◆ 第47回全国一斉特設電話相談「シニアの悩み110番」報告

開設日時：2019年9月28日(土) 9月29日(日)

会 場：杉浦ビル2階

主 催：全国SLA協会・中部SLA協会 ※全国5協会参加

相 談 員：中部SLA協会電話相談部会部員

運 営：幹事会

相談件数(全国5協会合計171件 内中部SLA協会9件)

相談内容別順位

順位	1	2	3	4	5	6	6	8	9	10	10	10	10	10	
項目	遺言 相続	家族 親族	健康 医療	住居	経済	終末 期	生き 方	介護 福祉	人間 関係	年金 保険	成年 後見	仕事	消費 生活	その 他	合計
件数	63	34	27	13	8	7	7	5	2	1	1	1	1	1	171
中部	2	5	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9

相談内容による考察

今回、全国各協会より主な相談内容を集約することが出来たのでそれによる考察です。

相談件数1位の遺言相続については今年度から来年度にかけての相続法改正によって救われる相談も見られるが、改正内容は周知には十分とは言えない。

又相談内容2位の家族親族問題と深くかかわることが多く、複雑な問題を抱えており、且つ個々のケースによって大きな違いがあり、傾聴するだけという相談も多く見られる。

家族も親族問題では息子や娘の離婚問題に悩んでいる相談や引きこもりの息子をどうしたらいいのかという相談。親子関係のあり方も変化してきている中で、高齢の親が中年に近い子どもの生活までに立ち入らざるを得ない状況になっていることを感じる。一方で、熟年離婚を考えている相談も寄せられ、高齢者が穏やかな生活を送っていく難しさを考えさせられる。

◆ SLA セミナー報告

こころ豊かなセカンドライフのために！

健康で長生きの暮らしのために

開催日時：2019年11月24日 13:30～15:30

開催場所：イーブルなごや2F 視聴覚室

講師：愛知淑徳大学教授 松本佳津氏

参加者数：会員 17名 一般59名 合計76名

新しい角度から高齢者の健康問題を考えるというこのセミナー内容については結びつきが理解しにくく、掲載依頼した新聞社からも何度も具体的に示してほしいという申し入れがありました。

ところが、参加者からは「分かり易かった。自分の生活に取り入れたい、すぐに実行したい」などの反響が多く寄せられました。アンケート結果からも90%が「大変良かった」「よかった」で10%が「普通」でした。参加者数も多く企画してよかったと感じた内容でした。



◆ 名古屋市教育委員会生涯学習課との協働企画講座

第4回 成年後見制度を活用しよう ～安心・安全な老後を～講師 加藤佳子

認知症等で十分な判断ができなくなった時に、本人に代わって財産管理や契約の締結・取消し等をし、本人の保護と支援をする制度である。法定後見制度と、任意後見制度があり、それぞれの手続きの流れや仕事・問題点・利点等説明があった。いずれにしても判断能力があるうちに、自身がどのような人生で終わりたいか？エンディングノート等にまとめておく必要がある。資料も含め非常にわかりやすい講義であり、質問も出て活発な講座であった。(世古記)

第5回 「生きがいを感じるためにエンディングノートで考えてみよう」講師 畑島美奈子

これからの人生にとっても参考になり、皆さんも納得した表情で熱心に聞き入っていました。特にエンディングノートに記入することで、これからの人生を前向きに考えていくことが出来るのではないかとのお話が印象的でした。また平均寿命と健康寿命の開きが大きく、少しでも小さくしていきたい。最後にグループ分けで皆さんの楽しそうな話し合い、笑い声、エンディングノートを書きましよう話し合いながら帰路につかれました。(大歳記)

◆ 地域部会

三河部会

日時 11月6日(水)

場所 豊田市 花遊庭 笹戸温泉「とうふや」

参加者 5名

柔軟な発想は「とうふ」で？ 空は青空、心はうきうきの5人。11月6日、東岡崎駅より車で笹戸温泉に向け出発。湯に浸かり、湯豆腐を頭に描くも「ようこそ！豊田市へ」のハンドルを握るリーダーの迷い、いや、名ガイドで豊田市の繁華街・駅・花遊庭、右に見えますのがワールドカップ開催の豊田スタジアム、秋桜の小原の里などと、場当たりのではなく柔軟な案内で矢作川の川辺「とうふや」へ。サミットは、今後のSLAの行く末など重要な案件はさて置き、どんな料理か？→湯豆腐→風呂で死ぬ人が多い→その前に断捨離(減らない)→台風→災害と多弁なおしゃべりも旬食遊感(旬の食材と遊び心溢れる料理)のお膳で沈黙。小春日和の三河山里



名東部会

日 時 11月11日(月)

場 所 ガーデニングミュージアム花遊庭(豊田)

参加者 4名

秋晴れが続く行楽日和の一日、美しい花々との出会いを求めて28のテーマガーデンがある豊田市まで出かけた。テーマの一例をあげると★東屋から眺める庭 ★滝から流れにつづく庭 ★シークレットガーデン★ウインザーガーデン等々。名称からおよその検討はつくが、ダリア、きんぎょ草、パンジー、デイジー、ストック、アリッサムなど、そして知らない花木がいっぱい趣向を凝らして適材適所に混植され、その眺めは美しく心ゆくまで楽しめる景色だった。結婚式にも使用されるゲストハウスで創作コースランチをいただき、お腹も心も満足感でいっぱい。それぞれ花苗をたくさん買い求め、心機一転、我が家の庭も少し手入れをしないと～。



日進市ワイワイフェスティバル

日 時 7月6日(土)

場 所 日進市市民会館

指導者 5名(地域のスクエアステップ会員含む)

参加者 約70名

子供から大人まで市民一人一人が未来のためにどんな街にしたいか、自分に何ができるのかを知り、感じ、共感し、つながり、考えるきっかけづくりのフェスティバル。我々は健康ブースでスクエアステップにとりくみました。



ながくて「市民まつり」

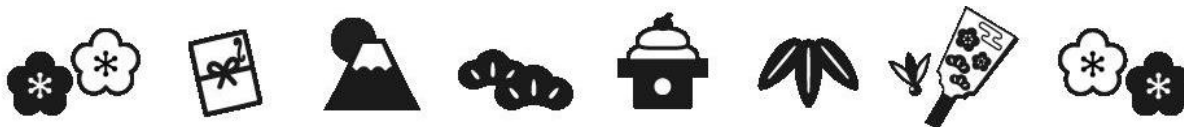
日 時 11月10日(日)

場 所 長久手市役所、保健センター

指導者 5名(地域のスクエアステップ会員含む)

参加者 約150名(参加者多く人数の把握不可)

市民対象の年に一度のまつり。食事処、食材、電力会社や盲導犬の訓練など企業やNPOの団体などの出店をはじめ、ステージ披露や消防フェスタ、健康展など大掛かりなもので、我々はスクエアステップに取り組みその一役を担わせていただきました。



新年会のお誘い

- 日 時：2020年1月25日(土) 12:00～14:30(11時30分受付)
- 場 所：アウル(中区3-13-31プリンスガーデンホテル地下1階)
- 会 費：5000円(飲み放題・デザート&コーヒー付き)
- 申し込み：1月10日(金)までに下記宛て出欠をお知らせください
FAX：0568-52-7580 携帯：090-8470-7573(白井)
E-mail：pure-sachiko@aioros.ocn.ne.jp



恒例のプレゼント交換もします!(500円程度のプレゼントをご用意ください)

知っておきたい高齢者のための基礎知識

“認知症施策推進大綱”（2019年9月20日号報告続報）

世古つよ子記

① 普及啓発・本人発信支援

- ・認知症サポーターの養成対象を子供や学生を含め広い層に拡大する。
- ・子供や学生等に認知症や高齢者への理解を促進する。
- ・地域の高齢者等の相談窓口（地域包括支援センター）や認知症疾患医療センターの周知強化。
- ・認知症の人本人からの発信の機会拡大。

② 予防

- ・地域に高齢者が通える場の拡大と、社会参加活動・学習等の場を活用し認知症予防活動を推進。
- ・認知症予防に関する自治体等の活動事例を収集し横展開をする。

認知症予防に関するエビデンスの収集

- ・分析を進め、認知症予防活動の進め方の手引書作成等を行う。
- ・認知症予防に資するとされる民間の商品やサービスに関して、評価・認証の仕組み検討をする。

③ 医療・ケア・介護サービス・介護者への支援

- ・認知症の人が容態の変化に応じたすべての期間を通じて、本人主体の医療・介護を受けることができるように、医療・介護の質の向上を図る。
- ・早期発見、早期対応が行えるように、かかりつけ医・地域包括支援センター・認知症（地域支援推進員・初期集中支援チーム・疾患医療センター）等の更なる質の向上と連携の強化。
- ・医療・介護従事者の認知症対応力を向上させるための研修。
- ・ICT化、作成文書の見直し等による介護事業所における生産性の向上・介護人材確保の推進。
- ・行動・心理症状（BPSD）対応ガイドライン作成・周知等 BPSD への適切な対応の推進。
- ・認知症の人およびその介護者となった家族等が集う認知症カフェ、家族教室や家族同士のピア活動等の取組を推進し、家族等の負担軽減を図る。

④ 認知症バリアフリーの推進・若年性認知症の人への支援・社会参加支援

- ・認知症の人も含め様々な生きづらさを抱えていても一人一人が尊重され、その本人に合った社会参加が可能となる「地域共生社会」に向けた取り組みを促進する。
- ・生活のあらゆる場面（移動・消費・金融手続き・公共施設等）で、認知症になってからも住み慣れた地域で普通に暮らし続けていく為の障壁を減らす。「認知症バリアフリー」の取組推進。
- ・認知症に関する取り組みを実施している企業等に対する認証や表彰制度の創設を検討。認知症バリアフリーな商品・サービスの開発を促す。
- ・交通安全・地域支援強化、成年後見制度の利用促進、消費者被害防止、虐待防止等の施策推進。
- ・若年性認知症支援コーディネーターの充実等により、若年認知症の人への支援や相談に的確に応じるようにするとともに、企業やハローワーク等と連携した就労継続の支援を行う。
- ・介護保険法に基づく地域支援事業等の活用により、認知症の人の社会参加活動を促進する。

⑤ 研究開発・産業促進・国際展開

- ・認知症発症や進行の仕組みの解明、予防法、診断法、治療法、リハビリテーション、企業モデル等の研究開発など、様々な病態やステージを対象に研究開発を推進する。
- ・認知症の予防法やケアに関する技術・サービス・機器等の検証、評価指標の確立を図る。
- ・認知症の実態を把握するための研究（一万人コホート）を実施するとともに、既存のコホートの役割を明確にした上で、認知症発症前の人、軽度認知障害(MCI)の人、認知症の人が研究や治療に参加する際に容易に登録できる仕組みを構築。
- ・経過の長い疾患である認知症の研究において成果を得るためには長期的な計画が必要であることを踏まえ、安定的に研究を継続できる仕組みを構築する。
- ・研究開発成果の産業化、「アジア健康構想」の枠組みも活用し、介護サービス等の国際展開推進。



身辺雑感

浅井 昭裕

町内のささやかな秋祭りが終わって静かな晩になった。久しぶりに回ってきた次期組長役で顔を出して祭りを楽しんだ。日頃あまり話す機会のない隣組の面々との世間話がはずんだ。まずお互いの健康を喜び合う事から始まって、後期高齢者と自動車運転の話になった。免許証返納した後の不自由さが切実で、身につまされた。小生はというと、何かと多い高齢者の運転事故のニュースにいたたまれない思いをしている。高齢になる程必要になる車をどう考えればいいのか迷わざるを得ない。昭和38年に免許をとってこの年齢まで運転してきたが、幸い他人を傷つけるような事故もなく、毎年約8,000～10,000 km走っていた。この時代車社会にどう適応して生きるのか考えさせられることが多くなった。

身体機能の低下は止むを得ないので、あとは車の性能の進化に期待することになる。電気自動車になり、無人運転自動車になりで静かで安全になってきた。もしかして死ぬまで文明の利器と一緒に暮らせるかもしれない。そんな時代が来そうだ。

古い先短い乍らバラ色と思いきや、最近地球温暖化を防ぐという運動につながる言葉に愕然とした。消費文明への厳しい眼差しを持つ人の言葉として、こうあった。

あなたは文明に麻痺していませんか。

石油と水はどちらが大事ですか。

車と足はどちらが大事ですか。

…そんな問いかけを連ねていく文章は最後にこう締めくくられる。

あなたは結局何のかんのと言いながら

我が世の春を謳歌していませんか。

さて、拙い小生のハンドルさばきで車はどお動いてくれるのか。じっくり考えてみる。

元気な会員皆様のことを思いつつ考えてみることにします。

“つかひすてのように

てあらくすんでゐるちきゅう

さびしくうめさきにけり “

馬場あさ子（詠）



名簿順に原稿をお願いしています。次回は浅野澄子さんをお願いします。



令和元年度協会活動予定（12～4月）

部会・イベントなど	日時・会場等
SLA 通信 94号発行	12月20日（金）9:30～印刷スペース
幹事会12月定例会	12月20日（金）10:00～12:00 会議室
PC 部会12月定例会	12月20日（金）13:00～15:00 会議室
幹事会1月定例会	1月17日（金）10:00～12:00 会議室
PC 部会1月定例会	1月17日（金）13:00～15:00 会議室
新年会	1月25日 12:00～14:30 プリンセスガーデンホテル 地下1階アウル
幹事会2月定例会	2月21日（金）10:00～12:00 会議室
PC 部会2月定例会	2月21日（金）13:00～15:00 会議室
SLA 通信 95号発行	3月20日（金）9:30～印刷スペース
幹事会3月定例会	3月20日（金）10:00～12:00 会議室
PC 部会3月定例会	3月20日（金）13:00～15:00 会議室
第48回全国一斉特設電話相談 「シニアの悩み110番」	3月28日（土）29日（日）杉浦ビル2階
幹事会4月定例会	4月17日（金）9:30～10:30
中部 SLA 協会通常総会	4月17日（金）第1部 11:00～12:00 第2部 13:00～14:45
令和2年度第1回幹事会	4月17日（金）15:00～16:00

※12月20日現在、日時が決定している活動のみ掲載しております。

