



社会福祉法人 敬愛会

敬愛の森だより



2023. 10. 1

10月号 No.102

発行：敬愛の森
責任者：青木 澄雄

～元気なシニアの居場所！！ 地域でいつまでも自主した生活を～

森のコンサート “ウクレレ&フラダンス”を堪能しました

さあ、「森のコンサート」シーズンの始まりです！ このあと10月～12月と様々なジャンルのコンサートが開かれます。ぜひお越しください♪

トップバッターは、会場が華やいだ真っ赤なドレスの女性4名＋先生と素敵な衣装のフラダンサーによる「ウクレレ&フラダンス」です。この日は9月末だというのに真夏の暑さ、ハワイ気分を味わいました。



『キサス・キサス』や『コーヒールンバ』など軽快な曲を次々披露



会場は超満員で、手拍子を打ったり、一緒に歌ったり盛り上がりました

懐かしい『南国の夜』に乗って2人でフラダンスを披露



『ブルーハワイ』の曲に乗って表情豊かなフラダンス

「アンコール！」の大合唱で、最後に『ブルーシャトー』をみんなで歌って大満足でした

9月のお誕生日会

グループホームで

〇さん(左 87歳)、Sさん(右 92歳)、おめでとうございます！



HさんとCさんは
同じ日生まれです

看護小規模で

Hさんは花束とお祝いカードを手に、みんなのお祝いの拍手にうるうる



サービス付き高齢者住宅で

93歳になられたCさんは敬愛の森がオープンしてすぐご入居。おめでとうございます！

祝 敬老の日

今年もコロナが終息していないので、サービスごとにご利用者様のご長寿を願って敬老の日を祝いました。

デイサービスで 賀寿の方や男女の最高齢の方、90歳以上の方が前に並び湯原センター長がお祝いの挨拶を述べ、お一人ひとりに表彰状をお渡ししました。ほかのご利用者様には一層の健康を願って“健寿”の表彰をしました。



末永くお元気で!!



「いただきます〜す」。お祝い御膳をみんなでいただきました



最高齢 97 歳の K さんは長寿の秘訣を聞かれ、「みなさんによくしていただいたおかげです！」と声を詰まらせていました

ショートステイで

「健康には食事、睡眠、運動が大事」と湯原センター長の挨拶のあと、喜寿、米寿、卒寿、白寿の方々に表彰状をお渡ししました。



若々しい卒寿の S さん



100 歳の F さん、表彰状とお祝いカードを手にとびっきりの笑顔です

10人に1人が80歳以上!!

総務省の発表では65歳以上の高齢者は、2023年9月15日現在3623万人で昨年より1万人減少、総人口に占める割合は29.1%です。70歳以上の人口が初めて2000万人を超えて10人に1人が80歳以上です。2023年9月1日時点で100歳以上は、9万2139人で、昨年より1613人増えています。そのうち女性は88.5%。最高齢は男性111歳、女性116歳です。

グループホームで

「ご長寿おめでとうございます」と川越施設長が賀寿の方々に表彰状をお渡ししました。



敬愛の森最高齢、103歳のSさん、これからもお元気で!

看護小規模で

賀寿の方たちと最高齢のNさんと表彰状を手に記念撮影です。



最高歳の95歳のNさんが「みなさんにやさしく、あたたかく接していただき、ありがとうございます」と挨拶すると、隣のOさんが「そうなんですよ〜」「そうですよね」の掛け合いに、みんな大笑い。和やかなひと時でした



Kさんはご家族からプレゼントされたお花を部屋に飾りました

訪問歯科医さんから華やかなお花が届きました。ありがとうございました



お祝いメッセージをありがとうございました！

今年も南台小、富士見小の6年生のみなさんからおめでとうイラストとお祝いの言葉がいっぱいのカードが届きました。



メッセージを見ながら話も弾みます

各フロアに張っています。ご利用者様に大好評！



敬老の日になんで… 終活を考えていますか？



“終活”とは自分の人生の終わりに向けて準備をする活動のことといわれます。最近、月1回開かれている無料の「終活勉強会」に参加しました。講師は小平市で活動する行政書士の方です。

なぜ終活が必要か、終活の内容、どんな対策が必要かなど、最新事情を盛り込みながらわかりやすく説明されました。一部を紹介しましょう。

●なぜ終活が必要なのか

一つは、平均寿命は男性 81 歳、女性 87 歳ですが、男女とも終盤の 10 年間ほどは日常生活に制限のある状態になり、“誰か”の支えが必要になります。

一つは、現在 65 歳以上の 6 人に 1 人が認知症といわれ、認知症になるとできないことが増え、日常生活が難しくなってきます。

一つは、核家族化が進み高齢者の一人暮らしや高齢夫婦世帯の増加で、身近なところに身寄りがない人が多く、入院や施設入所、終末期や死後の手続きに困る人が増えています。

勉強会の資料には、“すべての人が必ず直面すること”として次の 3 つがあげられています。元気なうちにこれらの対策を考えておく必要があるということです。

- ①認知症対策
- ②緊急時連絡先・身寄りの確保
- ③死後の各種手続き・相続手続き

●認知症になるとできなくなることがある

認知症になると、「銀行口座の利用」「不動産の売買・賃貸等不動産の管理」「相続税対策・お金の貸し借りの契約」「意思決定・意思確認(相続手続きなど)」などができなくなります。

認知症の人のお金を引き出したり不動産を処分して介護費用に当てることもできなくなり、家族が立て替えなければならない事態が生じます。

そのため財産を代わりに管理する人を決めておくことも検討する必要があります。→「任意後見人」や「家族信託」の利用など。

●身元保証人が必要になる

最近相談で増えているのが身元保証人の問題とあります。入院や施設入所時には、ほとんどの場合、緊急時に対応できる身元保証人が必要です。遠方の人や高齢者は難しいので、家族の誰がなるのか家族内で確認したり、いない場合はどうするかを考えておく必要があります。

●終活はいつから始めればよいか

遅くとも「介護が始まるまでに（体や認知機能の不調）」とっていました。「自分はどんな将来を過ごしたいのか(どこでどのように暮らすか)」「自分にはどんな対策が必要になるか」を考え、元気なうちに家族と話し合ったり、情報を集めたり、専門家に聞いたりするとよいでしょう。

●終活の内容は大きく5つ

- ①相続対策(遺産承継、遺言書、民事信託)
→誰に何をどうやって残すか
- ②税金対策(評価減対策、納税対策)
→次世代にどうやって残していくか
- ③財産管理(成年後見制度、財産管理とりまとめ) →認知症になったあともどうやって管理していくか
- ④医療・介護(老後の居住・身元保証人、緊急時のキーパーソン、終末期の医療と方針)
→どこでどのように生きていくか
- ⑤葬儀・供養(葬儀方法、供養方法、納骨先、生前予約)
→お墓の問題が増えている



近隣のみな様へ

ようやく秋らしくなってきました。みな様いかがお過ごしでしょうか。

新型コロナウイルスは相変わらず猛威を奮っていますので、みな様今まで通り、手洗い、うがい、消毒の実施をお願いします。

「森のコンサート」スケジュール

9月の「フラダンス&ウクレレコンサート」には多くの方々が参加され、みな様楽しんでいらっしゃいました。下は9月25日時点の予定ですが、これら以外のコンサートも実施予定ですので後日お知らせします。

- ・ 10月5日(木) 14:00～
「オカリナコンサート」
- ・ 10月8日(日) 14:00～
「バイオリンコンサート」
- ・ 10月15日(日) 14:00～
「高校生プラスバンド」
- ・ 11月12日(日) 14:00～
「高校生合唱」
- ・ 11月23日(木) 14:00～
「大人のコンサート」
- ・ 11月30日(日) 14:00～
オペラ公演
- ・ 12月17日(日) 10:30～
小学生ダンスチーム
「シェリーズパーティ」

感染症予防のため、ご来場された際には検温、消毒、記名にご協力ください。

「はっく君の家」登録をしました

南台シニアセンター敬愛の森は9月25日より、子ども見守り活動「はっく君の家」として登録しました。

様々な危険が子どもたちを取り巻くなか、学校・地域・PTA・行政・警察等の団体による、普及啓発のための活動に協力し、登下校時の見守り活動を行っています。

児童の非常時(痴漢にあった、不審な人に声をかけられた等)に児童が一時的に避難、保護、関係各機関等と連絡を取り合い児童の安全を確保します。みな様もぜひご協力をお願いいたします。



このマークがついています

働きながら介護の資格を取り、即戦力として働きませんか？

社会福祉法人敬愛会では介護の未経験者、無資格者を対象に、介護の現場で働きながら介護の資格取得を支援し、取得後も継続雇用が可能です。

支援の内容

- ⑥ カ月間、配属先の事業所で介護業務を学びます。介護教育体制が充実しており、安心できる職場環境です。
- ⑥ 期間中、資格取得のための学校に通学します。実費交通費を支給します。
- ⑥ 受講料は無料です。通学中も給与を支給します。
- ⑥ 6カ月の研修終了後も継続雇用となり、安定した収入が得られます。

応募の条件

- ⑥ 離職中の方または離職が決まっている方で、採用日以降も他の仕事につかないこと。
- ⑥ 「初任者研修(旧ヘルパー2級)」の資格取得を希望する方は、無資格者に限ります。「実務者研修(旧ヘルパー1級相当)」の資格取得を希望する方は、初任者研修または旧ヘルパー2級の資格を持つ方に限ります。*両方の資格取得はできません。
- ⑥ 社会保険加入対象となります(週4日以上働ける方)。年齢、性別は問いません。
*週3日以下を希望する方はご相談ください。

詳しくはお問い合わせください

042-306-3199 担当：川越、湯原

「不用品引き取り詐欺」に注意を!!

最近独居の高齢者の自宅を狙った「不用品引き取り詐欺」が横行しています。これは無料もしくは高額で不用品を買い取るという、自宅に押しかけ、強引に引き取り代金を請求したり家財を持っていったりする詐欺です。

対策はご自分一人のときは絶対に他人を家に入れないこと。不用品があるときは、家族がいるときにきてもらいましょう。



南台シニアセンター・敬愛の森
〒189-0024
東京都東村山市富士見町1-14-3
電話：042-306-3199
FAX：042-306-3198
E-mail：mori@keiaikai.org



広報紙担当：橋本・木村・深沢