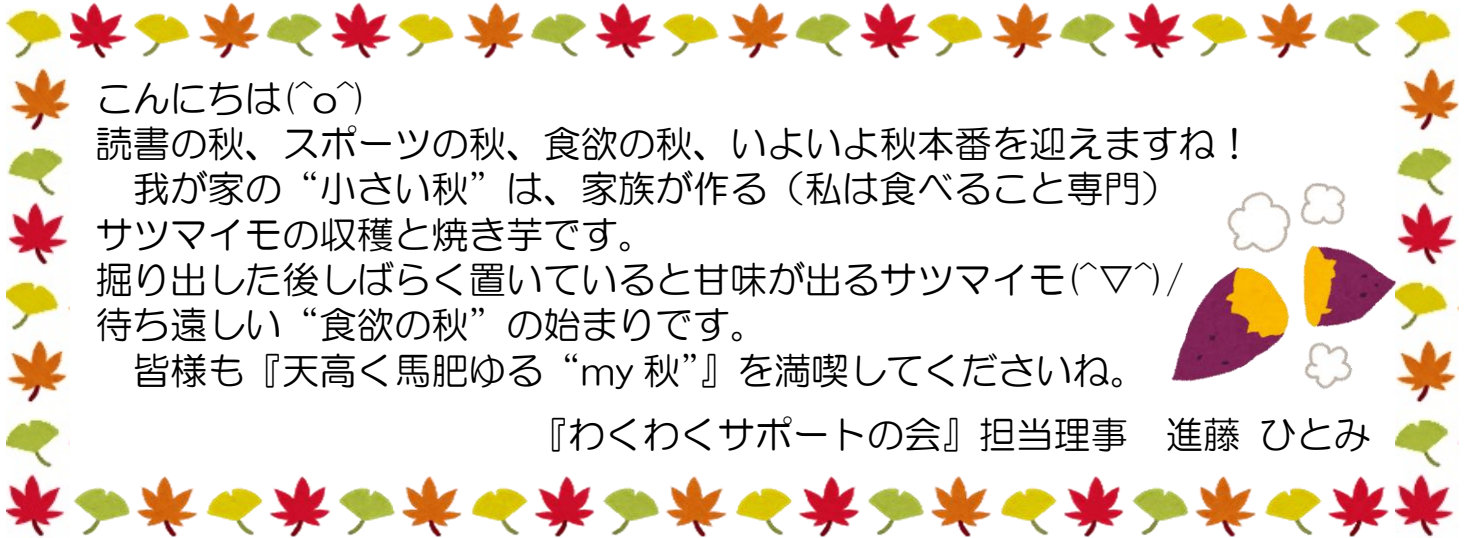


# あんしん



こんにちは(^o^)

読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋、いよいよ秋本番を迎えますね！

我が家の“小さい秋”は、家族が作る（私は食べること専門）

サツマイモの収穫と焼き芋です。

掘り出した後しばらく置いておくと甘味が出るサツマイモ(^▽^)/  
待ち遠しい“食欲の秋”の始まりです。

皆様も『天高く馬肥ゆる“my秋”』を満喫してくださいね。

『わくわくサポートの会』担当理事 進藤 ひとみ

## 老後に安心な3点セット（その3） サポート活動のご紹介③

老後に安心な3点セット～『任意後見契約』・『死後事務委任契約』・『遺言』

※6号・7号から続けてお読みください。

### 3 遺言

老後に安心な3点セットの最後は遺言です。

2020年7月から、自筆証書遺言を法務局で保管する制度ができました。

A 男さんは、残った財産を恵まれない子供たちに役立てて欲しいと、子供たちを支援している団体に遺贈（寄付）するという遺言を書きました。

この制度のメリットは、次の3点が上げられます。

- ① 紛失、改ざんのリスクがない
- ② 費用が3,900円で済むこと（公正証書遺言なら5万円以上かかります）
- ③ 家庭裁判所に相続人を集めての検認（確認）がいらぬ

Aさんは遺言執行者をNPOに決め、そのNPOの担当者と共に法務局に行き手続きを終えた後、「これで、すべて安心です。」とおっしゃいました。

以上、3回にわたりご紹介しました『任意後見契約』・『死後事務委任契約』・『遺言』を、老後に安心な『転ばぬ先の杖』として皆様も是非ご検討ください。

詳しいことはNPOにご相談ください。

(安田 豊)



## 『静』の趣味とともに

仕事や子育てに少し余裕がでてきた 30 代初め、ふと「老後の時間をどう過ごすのか？」ということが頭をよぎり、なぜか『静と動』の趣味を考えていました。

そして『静』の趣味は、たまたま職場の近くに“お茶の稽古場”があること、また『動』については、“テニススクール”の送迎車が自宅付近から運行していることから、単純に決定したのです。

数年後、『“動”のテニス』は中止、現在までどうにか続けているのは、『“静”のお茶』になりました。

このように単純な気持ちで始めた『茶道』でしたので、年数を重ねていても茶道の祖、利休の教えには到底近づくことができません。しかし“お茶は”、慌ただしい暮らしの中でも四季や自然の変化を享受し、穏やかな気持ちで静かな時間を過ごせるものです。

昔お会いした方から、「朝、一服のお茶をたしなんで気分を整え出勤する。」と聞き、私も早くそのようになりたいと思ったのですが、残念ながら未だに実現できていません。

茶室で穏やかな時間を過ごすためには、季節に合った諸々の道具（軸、釜、棚、茶碗、水屋道具等）が必要です。各種茶道具の制作の家も、茶道の始まりと時を同じくして何百年もの歴史を代々繋いでいます。また、道具だけでなく床には季節の茶花（山野草）が必要ですが、今は街中では手に入りやすく、途絶えぬように頑張っています。

年齢と共に何をすることも難しくなってきますが、90 歳間近の先生方の“元気”や“記憶力”に接していると、自分も「頑張らねば！」と思うこの頃です。（大里通代）



### ここでちょっと一息

大濠公園の南側にある日本庭園の茶会館は、毎月第 3 火曜日（休園日の場合はその翌日）は開放日となっています。

開放日の 9:30～16:30 に、お抹茶とお菓子を提供しています。料金は 500 円で、お菓子がなくなり次第終了です。

【お問い合わせ】電話:092-741-8377

※日本庭園の入園料が別途必要です。（65 歳以上は無料です）



## 民生委員児童委員、新人です（前編）



私、祐野ひろしは筑紫野市で、昨年の 7 月に民生委員児童委員を委嘱されようやく一年経った新人です。『民生委員児童委員』と称しているのは、民生委員法における『民生委員』と児童福祉法における『児童委員』を兼ねて厚生労働大臣より委嘱されるからですが、面倒なので以降は『民生委員』と表記します。

つい先日、私が担当している区域であった出来事です。外出していた私へ区域内のマンションの A さんから「×××号室の Y さんのご家族の連絡先を知らないか。」と電話がありました。Y さんはそのマンションでおひとり住いをされているご高齢の方です。同マンションにお住いの B さんより「Y さんの



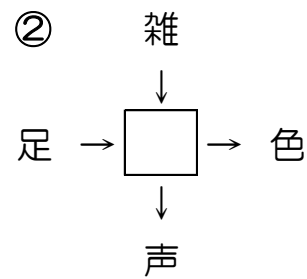
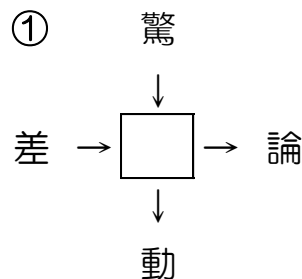
姿を暫く見ない、新聞も何日分か溜まっているみたい。」と管理人に連絡があったそうです。合鍵は委託されている管理会社が保管しており現地の管理人は持っていないため、家族に連絡を取りたかったとのことで民生委員の私とつながりがあるAさんに私とのつなぎを依頼したそうです。ちなみに管理人室に登録されていた緊急連絡先にはつながらなかったとのことでした。

残念ながら私はYさんの家族の連絡先を知らなかったのですが、市役所の福祉関係部門や社会福祉協議会、包括支援センターへ確認したのですが、結局Yさんの家族の連絡先はわからず、その旨管理人へ連絡し「緊急事態だと捉え室内を確認することを考えるよう。」お願いしたところ、「管理会社としての判断で、警察へ連絡し室内の確認をする。」との結論となり、警察官立会いのもとYさん宅に入りました。

結果、Yさんは室内で倒れ身動きができない状態で発見され救急搬送の上入院されましたが、最悪の事態は免れました。よかった、ほんとによかったです！（後編に続く）

### ちょっと休憩を…クイズで脳トレ

口に入る漢字を当ててください。矢印は読む方向です。解答は本紙のどこかにあります。



### 我家の家庭菜園

6月28日と例年より早く明けた梅雨の後は、35度を超える異常な気温が高止まりし長続きするなかで、菜園の土が高温状態になるのを少しでも和らげるため、雑草を刈ることなく、放置したまま野菜作りを試みてみました。おかげで、水撒きは1か月に2回程度で済みました。



ところが、梅雨明け後間もなく戻り梅雨が長く続いたため、雑草が野菜を覆うように伸びて、野菜の生育を妨げていました。今年は、菜園まさに蕪（あ）れなんとしていきます。毎年2月から土を耕し、ヨトウムシ（夜盗蛾の幼虫）を駆除し、石灰や堆肥で土壌を改良し、一種が十倍、千倍にとの思いを託して、3月初旬からジャガイモ、人参、大根を、夏に入るとインゲン、キュウリ、ピーマン、オクラ、トマト、秋にはタマネギ、絹さやなどを種から植え付けて、発芽からの成長ぶりをじっくりと楽しんでいきます。元気に発芽する苗は枯れるのも早く、ゆっくり成長するものは、多くの実をつけています。野菜の成長も様々で、一喜一憂するのも楽しみのうちです。

（中山 千住）

私は民生委員として現地で何かやってお役立ちをしたという訳ではありませんが、

- ① マンションの住人 B さんが違和感に気づいて管理人さんへつないでくれたことは、隣近所へ関心を持つことの大事な一面を
- ② 管理人さん→A さん→私（民生委員）と情報がスムーズにまわったことは、日ごろからのつながりの大切さを
- ③ 管理人さん（管理会社）が緊急事態という認識のもと室内の確認を実施したことは、責任を持った役割対応を



改めて、認識することができました。また今回の対応は緊急連絡先など事前に整備すべき情報の不備や『個人情報の保護』との向き合い方など、これから対応すべき課題も見分かりました。

新人民生委員としては、③地域の方と専門職をつなぐ役割をしっかりと認識し、①地域・区域の人や事柄に関心を持って、②おせっかいの一步手前くらいのアウトリーチ（手を差し伸べる、能動的に働きかける）を持って、皆さんとのつながりをもつよう活動していきたいと改めて思っています。

（祐野ひろし）

サポートの会  
会員の紹介

筑紫野市に住んでいる蓮尾美佐子です。

16歳になる黒の“トイプードル犬”を飼っています。自分が「大将」だと思っているみたいで、機嫌が悪いときは私に噛みついたりします。

システムエンジニアだった亡夫の仕事のポリシーは、一つのことをするには、大変なことがいろいろあるけど、「終わりよければ全て良し」と常々言っていました。

私の人生においても、この言葉をモットーに日々励んでいます。（担当：南武文）



【“サポートの会” 会員募集中】

**わくわくサポート**の会のお仲間を募集しています。ご近所の方、お友達をご紹介ください。詳しくはホームページ又はスタッフまで。

電話：092-791-3251

FAX：092-791-3252

H P：https://chiikiseikatsu-saporto.jimdo.com

メール：chiikiseikatsu\_0227@yahoo.co.jp



ホームページは上記 QR コードをご利用ください。

【編集後記】

夏日、真夏日、猛暑日と区分されていますが、その上の名称が必要ではないかと思う位に今年は暑い日が続きました。どんなに気温が高くても、樹木の葉を触ると全く熱くありません。だから木陰は涼しいのでしょう。そのような人物でありたいものです。

今回は、多くの記事を寄せていただきありがとうございました。いずれも秀文であり、掲載スペースが足りなくなりましたので誌面の数を増加させていただきました。次号からも、皆様のご協力をお願い申し上げます。これから寒くなります。ご自愛ください。（Y）