

作品大募集

ゆり北文化展

11月26日(土) 12:00～17:00

27日(日) 10:00～16:00

詳しくはポスターをご覧ください

ゆり北

第252号 (23期 第6号)

光が丘ゆりの木北自治会

東京都板橋区赤塚新町

3-32-11-511

TEL 03-3977-0228

発行責任者 塩 原 継 雄

「介護保険」ってなに？ 入門編

介護保険は、高齢者の介護を社会全体で支える制度として二〇〇〇年に創設されました。施行から五年たった今年、大幅な見直しが行われ、十月から新しい制度が動き出しています。自治会ではゆり北文化展にあわせて「介護保険講演会」を開催します。講演会の予備知識として、介護保険についてまとめてみました。

介護保険を利用するには

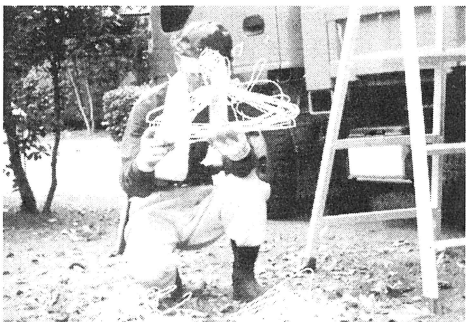
六十五歳になると、板橋区から介護保険被保険者証(保険証)が送られてきます。介護保険は、医療保険と違って、保険証だけでは利用できません。「要介護認定」の申請をして、「介護認定審査会」によって「要支援」あるいは「要介護」と認定される必要があります。非該当(自立)と判定された場合は、介護サービスを受けることができません。

ゆり北のカラスのお家は総鉄筋造り

佐竹 竹美

六号棟と七号棟との間に、砂場と滑り台等の遊具のある中庭がある。入居して二十年も経つと、大人の腕ほどの太さしかなかったサクラ、ヤマモモ、モミジ等も木陰をつくるようになった。特にケヤキ、カツラ、クスノキは見上げる程の樹木に生育し、付近の親子づれが訪れる格好の場所になっている。

恒例のゆりの木夏まつり準備も本格的になった八月中旬、私は所用で外出する事になった。朝からカンカン照りにもかかわらず、中庭では剪定作業を行っていた。用事を済ませ屋前戻って来ると、剪定を終えたクスノキの根本にクリーニング屋が使用



100本の白いハンガー

用するハンガーがひとかたまり置いてあった。これは「ゆり北のカラスの巣」だそうで、ほっておくと終の棲家として毎年卵を産むようになるので、管理組合からの依頼で巣

介護から介護予防へ

左の表は、板橋区における介護保険の状況について平成十二年と十六

板橋区の状況(平成12⇔16年度の比較)

高齢者数	81,739人 ⇒ 92,347人
認定者数	8,681人 ⇒ 15,471人
サービス利用者数	
在宅	4,570人 ⇒ 9,207人
施設	1,496人 ⇒ 2,092人
保険給付費	
	約97億円 ⇒ 約198億円

を撤去するために剪定したとの作業員の話であった。そう言えば、春先、散歩にでようと中庭を歩いていたとき余り騒々しいので杖を一振りしたところ、それを根にもつてか二、三度威嚇されたことがあったことを思い出した。ちなみにハンガーの本数は約百本、色は白のみ、ただし、巢作りに要した日数、誰のものを借用してきたかは一切からないとのユイモアたっぷりの説明であった。

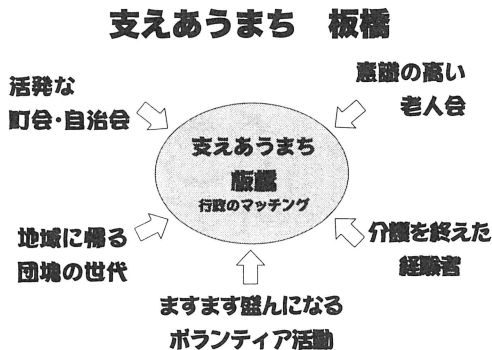
カラスの知能の高さは私も聞いていたが、それにしてもカラスの巣は何故白なのか、そのうち機会があれば一度直接聞いてみたいと思っている。

年を比較したものです。要介護認定

者、介護サービス利用者、介護保険給付費はいずれもおよそ二倍に増えています。厚生労働省の調査では、要介護認定者の約半数は要支援、要介護1の高齢者です。今回の介護保険改正で、要支援あるいは要介護1と判定された人は、さらに介護給付と新予防給付のどちらが適切に判定されます。新予防給付は、軽度の要介護認定者に対して、介護サービスではなく、筋力向上トレーニング(筋トレ)、栄養指導、口腔ケアなどを含む介護予防サービスを提供することにより、重度化を防ごうとするものです。訪問介護の生活援助についても、ヘルパーによる家事代行型から、ヘルパーができる限り要介護者の能力を生かしつつともに家事を行うという形に変わります。

支えあうまち 板橋

老いは誰にでもやってきます。高齢になっても、少々からだの不自由になっても、できる限り自宅で、あるいはこの住み慣れたまちで暮らしたい。そう願う人は少なくないと思います。それを支えるものが介護保険であり、地域です。



ゆり北でも、自治会として何ができるのか、何をしなければならぬのか、みんなで考え、取り組んでいく必要があります。

自治会からのお知らせ
「古布・古着」の回収

※日時 十一月二十六日(土)

十一月二十七日(日)

午前十時から午後三時まで
雨天のときは回収しません

※場所 赤塚新町小学校

体育館入り口

※回収するもの

一般家庭にある「古布・古着」
で洗濯済みのもの
古布と古着は分けてください

※回収しないもの

・布団、座布団、マット類
(粗大ゴミとして各家庭で処分してください)

・帽子、靴下、手袋

・ぬいぐるみ

・学生服、紳士背広上下

・カーテン

※回収物のリサイクル
回収物利用のご希望があれば無償でお分けします。

回収した「古布・古着」のうち「再利用が可能な古着」は、リサイクルショップで販売されます。また「古布」および「再利用できない古着」は、工業用品(ウエス、雑巾、布手袋)として使われます。

「介護保険について」の講演会

※日時 十一月二十七日(日)

午後一時より約一時間

※場所 ゆり北文化展会場内

※講師 板橋区役所

介護保険課管理係

高山 偉 氏

2005年夏期パトロール報告書

1. 計画・実施:8日間の計画に対し、参加人員不足で1日、雨天で2日中止。
2. 延べ参加人数:38名
3. 不法駐車

日付	1号棟北	4号棟北	5号棟西	6号棟東	10号棟東	13号棟西	14号棟東	合計	備考
7/16	0	0	0	0	0	0	3	3	中止
7/24	0	0	0	0	0	0	0	0	中止
8/1	0	0	0	0	0	0	6	6	
8/9	0	0	0	0	0	0	7	7	
8/17	0	0	0	0	0	3	4	7	
8/25	0	0	0	0	0	0	0	0	中止
9/2	1	1	0	0	0	1	5	8	
9/10	0	0	0	1	0	1	4	6	
合計	1	1	0	1	0	5	29	37	

＊常習と思われる14号棟東の2台は都市再生機構に書面にて申入れし、対処を依頼。

4. 粗大ゴミ等:8/9、1号棟ゴミ置場のコンテナに蓋がされていず、臭気があった。
他の日は特記事項無し。
5. 放置自転車・バイク

日付	自転車	バイク	備考
7/16			中止
7/24			中止
8/1	0	2	5号棟:板橋ら128、9号棟:スクーターナンバー無し
8/9	0	6	1号棟:ナンバー無し
8/17	0	7	1号棟:ナンバー無し、5号棟:板橋ら128
8/25			中止
9/2	0	6	1号棟:ナンバー無し
9/10	2	6	1号棟:ナンバー無し、14号棟自転車2台

6. その他

- ①7/16 よしや北側公衆便所街灯3灯消えていた。⇒板橋区に改善を文書にて申入れ。
- ②街灯NO.P6617点灯していなかった。
- ③11号棟7-8F踊り場、7Fベンチ前、2-3F踊り場電灯切れていた。
13号棟6F階段、7-8F踊り場、よしや北側公衆便所電灯切れていた。⇒都市再生機構に書面にて申入れ。

「長寿を祝う集い」

真夏を思わせる夏日となった九月十九日、敬老の日に、新しくなった赤塚新町光が丘集会所の一階洋室で、自治会主催「長寿を祝う集い」を開催しました。

会場は紅白幕と、緋毛氈が敷かれた特設舞台に、「長寿を祝う集い」の横断幕とゆりの木会の方々手作りの見事な作品が飾られ華やかなムードいっぱい。参加者は約五十名で、会場は満員でした。

開会の挨拶は塩原会長、乾杯は本部副会長で、お二人とも自治会役員として活躍中ですが、集いのご招待のお客さまでもありました。乾杯を待っていたように、次々にビールのグラスは空になり、役員はビール瓶と一升瓶を持ってお席をまわりました。お酒は郷土板橋の名酒「二輪草」と、ご機嫌になったいただきましたという願いをこめた「上喜元(じょ



「若い二人」を歌う二人は合わせて178歳

うきげん」。初めは顔見知り同士の

会話が、お酒が入ると多くの方と会話がはずんだようでした。お弁当でお腹も満足した後は、お楽しみの演芸です。まず最初はどじょうすくい。独特の衣装と仕草に大笑いでした。続いて我らゆり北団地が誇る、ゆりの木コーラス。「花の街」、「荒城の月」等すばらしいコーラスを聞かせていただきました。そして「知床旅情」等の昭和の懐メロに参加者の皆さん全員で歌いました。最後は三味線漫談の春風亭美由紀さんの登場です。あでやかな着物と三味線で、唄や踊

りにひきつけられました。

途中、飛び入りで自慢の歌を披露してくださったり、歌にあわせてお弁当の風呂敷を頭に巻いて、愛嬌たっぷりに踊って、笑わせてくださったり、あわててビールの追加に走ったりとやや想定外のこともありましたが、なごやかに終わることができました。来年もお元氣な笑顔をお待ちしています。

俳句 七号棟 島内京子さま

ホロ酔いの口滑らかに敬老日
爺様と恋唄踊る敬老日



かつての女学生。昔に戻ってはつらつと

知っておこう 防災のポイント

自宅避難の準備をしよう

大地震だからといってすぐ外へ逃げる必要とはかぎりません。避難所への避難は家屋が倒壊しそうとき、火災が広がったときなどで、それ以外は自宅に留まることを考えましょう。

東京都の調査によるとゆり北団地周辺の地盤は堅固で地震に強く、建物の築年も1981年の新耐震設計法施行後なので、大地震でも倒壊は考えにくいと言われています。余震の恐れがあるときなど一時的に避難所へ避難することもあります。過密でプライバシーの無い避難所はストレスがたまり、健康を害するなど二次被害が報告されています。自宅での避難生活ができればそれに越したことはありません。

震災時にはライフラインが寸断され復旧には時間がかかります。電気・ガス・水道・電話も止まった中で、家族が最低3日間、出来れば1週間暮らせる備蓄をしておきましょう。

水は1人1日3リットル必要です。貴重な水をムダにしないためにはウェットティッシュを活用しましょう。体を拭いたり、食器を洗うかわりもできます。水を使わないシャンプー、石鹸、

使い捨ての下着もあると便利です。

特に防災用品というものでなくても缶詰やレトルト食品など保存のきく食品、食卓用のガスコンロの燃料などを多めに買っておいてもいいでしょう。

また停電すると夜は真っ暗闇です。懐中電灯・ペンライトなどは必須です。キャンプ用のランプがあれば燃料と一緒に保管しておきましょう。ろうそくは火災に注意してください。

他に大きな問題になるのはトイレです。阪神大震災の避難所では仮設トイレは数が足りず大混雑し、衛生状態も最悪だったそうです。

自宅でも断水で水洗トイレが使えません。水が有っても建物内の下水管の無事が確認されるまで流さないでください。代わりに便器にかぶせるポリ袋と汚物の凝固剤がセットになった家庭用簡易トイレがあると役に立ちます。

- 給水・配給物資にたよらない

水
(1人1日3リットル
×最低3日分)

食料(最低3日分)

ミネラルウォーター、缶詰、レトルト食品など普段使う物を多めに貯蔵し使った物から補充するのめかしこいやりかたです。

- 夜間の行動・情報伝達の必需品

携帯ラジオ
懐中電灯
予備電池
手動携帯充電器

ラジオやライトが付いた手動充電器が便利です。



「手回し充電たまご」
4850円

1週間暮らせる
自宅避難用備蓄を

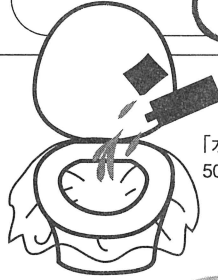
- あると便利な道具類

ライター(マッチ)
軍手(革手袋)
救急薬品・常備薬
ドライシャンプー
使い捨てカイロ
ビニール袋
新聞紙、ロープ
布製ガムテープ
さらし
(包帯、おしめ、
手ぬぐい、風呂敷
などにも使える)

※紹介商品は一例です
(値段はインターネット調べ)

- 食料と同じくらい
重要です

簡易トイレ
トイレットペーパー
ティッシュ、
ウェットティッシュ



「水不要トイレ せいけつさん」
50回分セット 9450円

- ガス・水道が止まったキッチンで

ナイフ・缶切り・栓抜き
卓上コンロや固形燃料
紙皿、紙コップ
キッチン用ラップ

●女性や、乳児のいる家庭は
生理用品
粉ミルク・哺乳瓶
紙オムツ

- 給水や救援物資の運搬に

物を運ぶためのキャリーカート
水を運ぶためのポリタンク
四角バケツ

いつ手に入るかわからない救援物資に頼るのではなく、重要なことはふだんからの備えです。