

# 会報 ふれあい

平成26年5月1日

第172号

発行 せきがやふれあいの会

※電話相談・簡単修理は、月曜～土曜(午前)自治会館にお電話下さい(TEL784-4447)。主に高齢者向けです。  
※ふれあいの会の催しに、車椅子で参加される方のお手伝いをいたします。事前に自治会館にお電話下さい。

## 簡単修理事例

### <粗大ごみ減免制度について>

鉄パイプとプラスチックジョイント(図参照)を利用して組み立てた藤棚が降雪で壊れたので、それを分解してゴミとして排出するお手伝いをしました。依頼された方が高齢者(70歳以上)で独り暮らしの方でしたので、粗大ごみ手数料の減免の制度があることをお伝えし、無料で処理することができました。

この制度は自己搬出の困難なひとり暮らしの高齢者(70歳以上)、介護保険要介護4または5の認定を受けている高齢者(65歳以上)が属する世帯、福祉医療証の交付を受けているひとり親世帯、生活保護を受けている世帯や、生活支援給付を受けている特定中国残留邦人世帯、重度の身体障害者、重度の精神障害者、重度の知的障害者、を対象に、手数料を減免するものです。なお、粗大ごみ処理手数料が免除となる個数は、全対象者、一世帯あたり年間4個(4月1日～翌年3月31日)までとなります。

詳しくは粗大ごみ受付センター(電話番号0570-045-190 受付時間:月～土曜日(祝日を含む)午前8時30分～午後5時)にお問い合わせください。(坂口)



## 介護保険のおさらい最終回 <ショートステイ=短期入所> 横浜市西金沢地域ケアプラザ 吉村晴子

『ショートステイ』は、福祉施設、介護老人保健施設、医療施設などに短期間入所し、介護や看護、リハビリ等を受ける、泊まりのサービスです。連続して利用できるのは30日間で、それを超えると31日目からは全額自己負担になります。施設の種類、利用する部屋のタイプ、要介護状態区分、利用日数によって費用は変わってきます。サービス利用料金の他に、食事代・お部屋代・日常生活費などが別途必要になります。お部屋の種類は、下記の3種類があります。

- <多床室> 定員2人以上
- <従来型個室> リビングが付いていない個室
- <ユニット型個室> リビングが付いている8畳以上の個室



※収入の少ない方には、食費やお部屋代

### ～ご挨拶～

私ごとになりますが、本年4月15日をもちまして、ケアプラザを退職いたしました。9年間、地域の皆さま方には大変お世話になり、感謝申し上げます。こちらのコーナーも最終回となりましたが、これまで目を通し頂き有難うございました。皆さまどうぞお元気で過ごして下さいませ。 吉村晴子

## 紅花会

報告 第13回紅花会の集い H26.4.12

今回は、進行し介護している家族の方の大変さがわかる内容でした。

お二人が「特養」に入られました。横浜市の場合、「特養」に入所出来る優先順位はどの様に決まるのでしょうか。毎月20日までに直接横浜市に申込み、色々な条件を満たす事で、点数が加算され、申し込んだ順ではなく、点数の高い人から優先されるようです。誰でも自分の家で、最後まで暮らしたいと願うでしょうが、中々そう出来ないのが現実です。経済状態、その人の医療や介護状態、家族の意向などで、特養、グループホーム、介護療養型医療施設、介護付き有料老人ホームなど選択肢は色々ですが、普段から、そうなったときは、こうしたいというご自分の意向をエンディングノートなどに書いておくといいですね。

他に「老健」というのがありますが、本来家に帰るために、リハビリに重点を置いたケアをする所ですから、最近厳しくなり永く入所させてもらえなくなったようです。又「老健」の場合は医療保険と介護保険を同時には使えないので、入所中に医療に掛かると、一時退所するか、10割負担の介護費用を払うことになるそうです。認知症の人のお金を使う場合、どうするか等が話題になりました。(中山)



## 円海山歩く会

5月の計画 集合場所:奥座公園 出発時間:午後1時半(雨天中止)

- ☆5月5日(月) ゆっくり比較的近いコースを歩きます。 約1時間半  
奥座～動物園裏～自然公園～能見堂跡～文庫駅(コースの改修工事完了)
- ☆5月16日(金) 緑地内のハイキングコースを楽しみます。 約2時間半  
奥座～関谷奥見晴台～ビートルズ・トレイル～いっしんどう広場～  
瀬上池～馬頭観音の丘～奥座
- ☆6月2日(月) 奥座～動物園裏～遊水池～なばな休憩所～のはな館◎～関ヶ谷 ◎トイレ

※履物、飲み物、雨具など自己責任でご準備下さい。経路は変更になる場合があります。野呂

ちびっ子の皆さん、お元気でしょうか? すすがしい、5月がまたやってきました。季節からお出かけの機会が増えると思いますが、「ちびっ子集まれ!」のイベントも周りのお友達をお誘いの上、ご参加を是非お待ちしております。特に、新しく参加を計画されておられる皆さんを大歓迎いたします。(深見)

日時:5月23日(金)10:00～11:30 場所:自治会館 1階 (TEL784-4447)

## 第3回「喫茶ふれあい」へのお誘い

気軽に会話を楽しみながらコーヒーを飲む「喫茶ふれあい」の3回目を開店いたします。前回は待ち合わせの場所にご利用された方もいらっしゃいました。小さな打ち合わせの場所に、お一人でいらしても話し相手に困りません。暖かな良い季節になりましたので散歩のついでにでも是非お気軽にお立ち寄りください。

- 日時:5月29日(木) 午後1時30分～4時30分(お好きな時間にご利用ください。)
- 場所:自治会館1階会議室。
- 料金:無料(コーヒー、紅茶、お茶、お菓子)
- 問い合わせ: 池本、入野



## ふれあいの会出店

いらっしゃい!

## 婦人部フリーマーケット

- 日時:5月24日(土)11時～
- 焼きそば:100円
- ラムネ:100円



## 緑道さんぽ

### 根っからの科学好き

私の「科学好き」は幼少の頃から続いているようだ。戦後の復興が見え始めた暖かな昼下がりであった。大工さんが削る板から、空中を飛ばすようにクルクルと出てくる「カンナ屑」に目が釘付けになっていた。しばらく眺めていたあと、何と話し掛けたのだろう。きれいな「螺旋状のカンナ屑」を二、三個手にしながら、母に嬉しそうに見せ、長い間飽きもせず延ばしたり、押ししたり、転がしたりとやわらかな春の日差しを緑側で遊んでいたことを思い出す。

教科書が貴重な学習書であった頃、父が一冊の本をくれた。今で言う小学生向けの科学冊子であったと思う。内容は「乗り物」・「植物」・「生き物」・「星空」など身近な事柄を対象に写真や図を使った書き物であった。中でも自動車の構造、飛行機の中身など見たことのない姿に驚き、見入っていたのである。それ以降、買って貰った「玩具」を仕舞う前に、こじ開け、中身を引っ張り出し、解剖してしまう破壊的探求癖が根深く付いてしまった。手先が器用になるにつれ、身近な紙や板切れを相手にガチガチと切ったり削ったりしながら自分だけの芸術品が空を飛んだり、野原を走ったりする姿を想像しては喜んでいたのである。

中学、高校へと進むと、興味の対象は生物、機械、電気、化学、光、音などに広がり、工作と実験に心奪われ危うく宿題を忘れそうになった時もあった。中学最初の自由研究に「植物と光の関係」を選び、赤、緑、青の三色のセロファン紙で朝顔の苗を覆い、成長に差が出るかを調べようと意気込んだのだが、結果はどれも揃って元気に蔓を伸ばし、花を咲かせてしまったのである。「考察」に「実験は期待どおりでなく、もっと正確な環境と苗の数を意図しないといけない」と言うような悔し半分反省文を書いたことを覚えている。

電気オモチャの遊びを卒業した後は、ラジオやアンプなど少しは実用になる装置の組立に興味に移り、徹夜するほど「半田ゴテをにぎる」ことも多くなった。ある時、「針金などに音声記録できる」と言う記事を見つけ、早速自己流で実験を開始した。馬蹄形の磁石にエナメル線を巻き磁気ヘッドを作り、針金の上をそっと動かしてみた。アンプのボリュームを上げてジャージャーと雑音ばかりで音声など何処吹く風であった。この失敗は決して無駄にはならなかったのである。何年か経って、テープレコーダの組立キットを手にした時「磁気による音声記録・再生の仕組み」を多少ながら理解できたのだから。

コンピュータの製作部門で働き始めてからは、自然現象を少しでも具体的に理解し活用したい欲求に駆られ、自作測定器やジャンク品などが棚を占有し始めた。と同時に「女王様のご機嫌を損なわないように美しく並べる知恵」も叱咤の中から手に入れたのである。今住んでいる場所に移ってからは、花木が一杯以外にカエルやトンボが集まるような「ビオトープ風空間」を夢見て野草を植えたり、小さな池を造ったりしてきたが、よく考えると「手入れも要らない、ほったらかし庭」を目指してきたようである。とは言え、小さな金魚が長生き出来る環境づくりに文献をあさり「水質の管理方法」を見つけては試行錯誤している。藻を育て、水質検査の道具を揃え、溶存酸素を調べたりとあれこれ遊んでいるが、甲斐あってか、2cm程の幼魚が今では30cmくらいの太っちょ金魚に成長し華やかな遊泳を見せてくれている。

近頃は、孫からの「なぜなぜ質問」に、答えが詰まることもあり、「今までの理解がいかに表面的自己満足に過ぎなかったか」と反省している。私は恐らく、圓魔大王様の前に立っても、開口一番「何故、何故」と尋ねるだろう。 山本



## 第2回 歩く会バーベキュー

### ＝やってきましたバーベキューの季節＝

昨年初めて開催したバーベキューが大好評で、多くの方々よりリクエストをいただき、第2回目を開催いたします。今回もそれなりに豪華な焼肉や野菜を食べ、冷えた生ビールでのどを潤し、楽しくご近所の方々とお過ごしください。(山本)

- 【募集案内】
- ◆ 期 日:5月20日(火) 雨天中止(中止の場合前日に連絡をいたします)
- ◆ 参加費:2,000円(当日徴収いたします)
- ◆ 会 場:金沢自然公園BBQ場
- ◆ 集 合:奥座公園(10時50分集合)、山を歩いて行きます。滑りにくい靴でご参加ください。
- ◆ 募集人員:24名(申込順)
- ◆ 申込方法:自治会館に用意した「参加申し込み用紙」に必要事項をご記入ください。申し込み用紙は5月10日(土)より自治会館に置きます。募集人数に達次第締め切ります。
- ◆ 歩くコース:奥座公園・・・動物園裏・・・シダの谷・・・金沢自然公園BBQ場
- ◆ 連絡先:山本、野呂



## 歩く会第96回

6月は、紫陽花と菖蒲の季節。今回は、横須賀のしょうぶ園に行きます。横須賀しょうぶ園は、412品種、14万株のハナショウブが3.8ヘクタールの敷地に咲き競う全国有数のハナショウブの名所です。ちょうど紫陽花と石楠花の時期でもあります。僅かですが山の斜面にそって競演しています。しょうぶ園の散策を楽しんだ後は、里山風景の道を歩き、三浦按針の塚がある塚山公園に行きます。塚山公園からは横須賀港を一望出来ます。塚山公園から、逸見駅経由で金沢文庫に戻ります。(小西)



横須賀しょうぶ園

「集合場所は 金沢文庫(集合時間:午前10時30分)です。」

《コース概要》  
金沢文庫◎(10:40)→汐入◎→池上中学校・横須賀しょうぶ園◎・しょうぶ園内散策および昼食・按針塚・塚山公園◎・逸見駅◎→金沢文庫 ※◎はトイレのある所です。

- 歩行時間:約3.5時間(昼休み、散策時間を含む) 歩行距離 約5.5km。
- 日 時:6月10日(火曜日)。雨天の場合は中止 ※変更の場合、前日に連絡します。
- 参加費用:参加費100円及び各自負担の交通費600円および入園料310円。
- 各自持参:弁当・飲み物・敷物・雨具など。

参加申込みは、下記用紙に氏名・電話番号・ブロック番号を記入して切り取り自治会館の郵便受けに入れるか、下記用紙の記載事項を入れてメールしてください。

参加申込締切は6月6日(金曜日)とします。尚、連絡先は野呂です。

歩く会第96回(横須賀しょうぶ園)に参加します。 申込日 月 日

氏名 \_\_\_\_\_ ブロック \_\_\_\_\_ 電話番号 \_\_\_\_\_