

福祉と住環境を考える



ふくてっく

559-0034 大阪市住之江区南港北 2-1-10 ATC・ITM 棟 11F エイブルス L
TEL 06-6614-6800
mail@fukutech.sakura.ne.jp http://fukutech.sakura.ne.jp/

2018 年 6 月
第 94 号

特定非営利活動法人

ふくてっく

5 月学習会

「平成 30 年度介護保険改正による市民生活への影響/大阪市の現状と今後」

講師 三浦 浩史氏 株式会社シャカリハ代表取締役

平成 30 年度介護保険改正は「地域共生社会」の実現に向けて、地域住民や地域の多様な主体が『我が事』として参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて『丸ごと』つながることが重要であり、そのような仕組みへと転換していく改革が必要であるとされています。暮らしのニーズは時代と共に変わり、ニーズに合わせて法律も変わっていきます。

介護保険法改正のポイントは大きく 2 つ。1 つ目に「地域包括ケアシステムの深化・推進」①自立支援・重度化防止に向けた保険者機能の強化等の取り組みの推進（介護保険法）全市町村がリーダーシップ（保険者機能）を発揮し、自立支援・重度化防止に向けた取り組む仕組みの制度化。②医療・介護の連携の推進（介護保険法・医療法）医療と介護の連携のさらなる推進。看取り・ターミナル等支援強化。介護医療院の創設。③地域共生社会実現に向けた取り組みの推進など（社会福祉法、介護保険法、障がい者総合支援法、児童福祉法）。市町村による地域住民と行政等との協議による包括的支援体制作り、福祉分野の共通事項を記載した地域福祉計画の策定。共生型サービス。

2 つ目に「介護保険制度の持続可能性の確保」④2 割負担者のうち特に所得の高い層の負担割合を 3 割とする（介護保険法）⑤介護納付金への総報酬割の導入（介護保険法）総報酬に比例した負担、があげられます。

「地域課題」として、①人口の減少、特に労働人口が減少しています。介護施設などの待機者は多いといわれていますが、大阪市は特養・老健等の施設は対象者数よりベッド数は多く足りています。しかし、働き手がいないので閉鎖する施設が増えています。②少子高齢化。③生活課題の多様化、複雑化、複合化、高齢の親と無職独身の 50 歳の子が同居（8050）、介護と育児に同時に直面する世帯（ダブルケア）こどもの貧困、児童や高齢者・障がい者への虐待など。

④就労形態の多様化 ⑤地域医療、介護需要ギャップ、10 年後ベッド数が足りなくなり入院できない。⑥制度持続性（財源、人材、その他）、自己管理（セルフメディケーション税制）、疾病予防として高血圧改善に大阪府とコンビニが連携し食品の塩分を下げる取り組みが行われています。⑦認知症の方の増加、若年性認知症、⑧地域とのつながりの希薄化、社会的孤立、地域格差、軽度者は地域で支える等があげられます。

大阪市は、介護保険料も全国で最高額です。介護サービス利用者一人あたりの利用額は全国平均よりも低い、介護サービス利用率も全国平均よりも低いですが、男女とも全年齢階級で要介護認定率は全国一高く、要介護認定者自体が多いことが影響しています。今年 8 月から介護保険自己負担 3 割の対象者は全体の 7 %程度です。

また、課題としては、①地域包括支援センターの業務過剰②「仕組み」が先行し、地域の現場が理解しにくい。③地域課題解決のために「地域ケア会議」が実施できていない。④総合区・特別区により、圏域変更への懸念などがあげられます。

大阪市の区別高齢化率推計をみると 2040 年には西成区 40%以上、北区等は 30%未満、区ごとに高齢化率が異なり、地域福祉に関するニーズも様々である。また、孤独死を身近に感じるひとり暮らしの高齢者が約 6 割いるというデータも出ています。

では、どうしたらいいのか？「地域共生社会」の考え方である地域単位の互助力を増強する。年齢・課題別（介護・障がい等）はやめて、地域で支え合える仕組みを作る。疾病予防・介護予防・自立支援を徹底する。人間以外でできるサービスに慣れていく、サービスに過剰期待しないこと等が必要と言えます。（記：清水 麗子）

【講師プロフィール】

29 年前理学療法士として病院に勤務、平成 11 年に介護支援専門員 1 期生、平成 15 年には厚生労働省ケアマネジメントリーダー、大阪府介護支援専門員法定研修講師となり、大阪府ケアプランチェック事業の委員等を歴任されています。

（株）シャカリハ 代表取締役（H29 年 12 月 1 日設立）
ミッション：社会的リハビリテーションは、体やココロに不便があっても自らの人生を主体的に暮らせる「社会生活力」を高めます。そのための「仕組み」を Design し、それをご本人の手の届くところへ届けたい。それにより個々の豊かな暮らしが実現できると考えます。

こむねっと部会 選ばれる第三者評価を目指して

当会が大阪府の第三者評価推進機構から評価機関認証を受けて、福祉サービス第三者評価を開始したのは平成 17 年であった。大阪府では未だに受審が低迷しており、当会も長きに亘って、多くの活動機会を得ず経過してきた。石の上にも 3 年というが、岩の上に 13 年！思えば、当会に貴重な活動機会を与えていただいた法人・事業所には感謝しきれない。その間、私たちに研鑽をつみ、いただいた活動機会には真摯に取り組んできた。その甲斐あってか、昨年来にわかに活性化してきたことを実感している。所属の評価調査者も 15 名を数え、それぞれに特徴ある個性が集まっている。他の評価機関との違いは、福祉事業の異分野の志士が多数集まっていることだ。だからこそ真の“第三者性”を発揮することができている。昨年末には児童養護施設を 3 件受注し、それは大変であったが年度末の期限にも遅れることなく全うすることができた。さて、年度も変わり、いよいよ本格的な事業発展を目指してゆこう。選ばれる評価機関となるために、私たちは何を目標としてゆくべきか。そのヒントは、長く低迷していた時代の中にいくつか見つかる。

1. 多様な視点

NPO ふくてっくの長い市民活動で培った見識をベースとして、評価調査者には福祉・医療職はもとより、市民後見、幼児教育、建築設計・施工、情報処理など多様な専門職を擁している。福祉の固定概念に拘らない“常識”をもって、第三者評価という“風”を送りこむことができる。

2. マスプロ化しない

当会は少ない評価案件に対して、参加可能な評価調査者が大勢で丁寧に取り組んできた。その手法は今後も変えないでおきたい。これまでは、年に 1～2 件を対象に、事業というよりも大事な研修機会ととらえて、殆ど採算無視で取り組んできたが、件数が一定以上になれば、どこかで方針の見直しも必要だろう。しかし元来、第三者評価を NPO ふくてっくの社会貢献ミッションの一つと位置付けた出発点を変えるわけにはいかない。そのためには、評価の質を落としてまでマスプロ化してはいけないのは当然である。現在、大阪府の第三者評価は、特定の評価機関による寡占状態であるという過言ではないが、評価機関連絡会の役割を実効あるものとして、多くの機関が一定水準以上の評価機会に恵まれる状況にしてゆきたい。そうした中で、当会は量を請け負うのではなく、当会ならではの特質を評価して、求める法人・事業所に限って応える評価機関になればよいと考える。表通りの百貨店・スーパーではなく、裏通りに小さな表札のみを掲げる専門店でよい。

3. 安っぽい合理化をしない

評価機関の中には、評価調査者の担当分野を狭く限ったり、極端なケースではコメント作成専門のメンバーをおいているところもあると聞く。第三者評価を事業として捉える場合、そのような合理化もやむなしなのだろうか。しかし、当会では参加メンバーが領域を重複して担当し、コメント作成もそれぞれに悪戦苦闘して、相互に議論を重ねる方式を堅持する。なぜなら、そうすることによって、我々の多様な見識を活かすことができるし、なにより我々自身が多くの気づきを得て、成長することができるからである。前述したように、当会の評価調査者は過去の実績に基づく福祉知識を糧とするのではなく、評価案件に取り組むごとに育んでゆく福祉概念こそが命なのである。確かにコメント作成は厄介な仕事である。それが得意なメンバーがおれば、任せてしまえばよいという理屈もある。しかし、人は文章を創ることを忘れてはいけない。文章を構築するからこそ考えも構築されるからである。

4. 安心・安全・ポジティブ

福祉サービス第三者評価は監査ではない。監査は、それが最低限満たさねばならない基準に適合しているかを検証することに対して、第三者評価はあるべき理想の状態に至る課題を見出すことにある。それはよく言われている。しかし、加えて、当会の第三者評価の特質は、それが“評論”ではないことにある。課題は見つけ、考えるためだけにあるのではなく、解決するためにある。当会の評価調査者の中には多数の建築士が所属しているが、建築士は多くの困難な課題の中で、決してネガティブになることなく、なんとか目に見える“答え”を提示しようとする。またその過程で、関係者に安心と納得を供し、互いに認め合い、喜びを分かち合おうとする。そのスタンスは、意外に第三者評価でも得難いものに違いない。

(中北 清)



画：中北 清

東 大 阪 部 会 『ラグビーの町、東大阪』

私たちが活動している東大阪市は、2019 年ラグビーワールドカップの開催が決まっています。開催会場は「東大阪市花園ラグビー場」です。

花園ラグビー場は、1929 年（昭和 4 年）10 月秩父宮様が橿原神宮にご参拝のため大阪電気軌道株式会社（現在の近畿日本鉄道株式会社）の電車に乗車され、役員の方と車中でご歓談中、「沿線にはずいぶん空き地が多いじゃないか。この辺に今台頭しつつあるラグビーの専用競技場を作ったらどうか。乗客も増えて会社も利益を得るのではないか」という内容のお言葉があったことによります。

12 月 10 日、大阪電気軌道の役員会でラグビー場の建設を決議。1929 年 11 月 22 日、当時の大阪府中河内郡英田村大字吉田花園に花園ラグビー運動場を竣工し、日本最初のラグビー専用グラウンドとして開場しました。私たちが知っている正月に開催される全国高等学校ラグビーフットボール大会は、1963 年（昭和 38 年）の第 42 回大会より花園ラグビー場で開催されるようになり、高校ラグビーの聖地と言われるようになり現在に至っています。

1953 年（昭和 28 年）にはラグビー場と併設しゴルフショート場（打ちっ放し場）や 1954 年（昭和 29 年）にはラグビー場を囲むようにゴルフコース（ショートゴルフコース）の営業もしていました（平成 10 年まで営業）。1980 年（昭和 55 年）「花園ラグビー場」から「近鉄花園ラグビー場」に名称を変更。1992 年（平成 4 年）にはメインスタンド鉄骨・練習グラウンド新設・第 2 グラウンド洋芝化・ラグビー資料室新設等大規模な改修工事が完了しました。

2015 年（平成 27 年）3 月、近鉄花園ラグビー場がラグビーワールドカップ 2019 日本大会の会場に選ばれ、これを契機に近鉄日本鉄道株式会社から東大阪市が土地を購入し、建物は無償譲渡されました。名称も 4 月より「近鉄花園ラグビー場」から「東大阪市花園ラグビー場」に変更となり、2017 年よりラグビーワールドカップに向けて会場周辺も含め大規模な改修が進んでいます。



ラグビー場周辺のマンホールや街路樹の舗道カバー、街灯等もラグビーで彩られています。



ラグビーで彩られた東大阪
 左上：街路樹の舗道カバー 左：街灯
 右下：マンホール

今年 4 月後半から約 1 か月、庁舎の 1 階コーナーでは「楕円を見つけて投稿しよう！大会 500 日前キャンペーン」が開催されていました。Facebook、Twitter、Instagram にて、キャンペーン期間中にハッシュタグ「#500DTG」「#FindRugby」と一緒に、「楕円の形をした何か」の写真や動画と、ラグビーワールドカップ 2019 への期待コメントをつけて投稿を呼びかけるキャンペーンです。楕円の形をしたものとして鏡、テーブル、食器、バスタブなど、ご自宅にあるものや、卵、アボカド、パンなどの食品、もちろんラグビーボールも可能、手や体を使って楕円の形を作っていただいても OK です。是非一度、ハッシュタグをつけて検索してみてください。

（清水 麗子）



つどい

「院内学級での自由木工授業」 1 月 30 日（火）13：30～14：30

今年度も大阪市立総合医療センター院内学級での自由木工授業を開催しました。3 回目となる木工授業ですが、毎回どんな工夫をすれば楽しい体験となるかを考えて臨んでいます。中学生 10 名、小学生 14 名が 2 教室に分かれ会員 11 名＋サポーター 1 名参加の計 12 名で対応しましたが、今回もいろいろなドラマ？がありました。

基本は自由木工として大きさの違ういろいろな形の木片を使って創意工夫、木に触れあう事を目的にしているのですが、今回はフェルトやモールなど装飾物も多く用意し新たな作品を期待しました。小学生の教室では予定通り、びっくりするぐらいカラフルな作品が多く出来上がり無邪気さが出ていました。一方、中学生の方はシックな色合いで同じ材料を揃えてもこんなにも作品が変わるのかと感じました。

毎回子ども達と接することの難しさを痛感する活動ですが、

小学生の方は一緒にアドバイスをしながら子ども達の構想を何とか形にするために奮闘するのですが、中学生の方は俯瞰して見守る事が主な活動となり、悩む子ども達へのアプローチが非常に難しいと今回も感じました。そんな中でもうれしいことも多く、その一つに個性溢れる機会を作れたことは貴重で、先生方も「この子は集団で何かすると言ってもなかなか出来なくて…こんなに積極的に出来るとは！！」とびっくりしていました。

私たちの活動はある意味この気付きの発見の為に、そして新たな一面に出会うために続けているのだなと改めて感じる事が出来ました。最後に授業終了して病棟から出るとホールでは別のボランティアが開催されており、すばらしい歌声（本物の歌手）を届けていました。私達も少しばかり癒される時間を過ごすことが出来、ホッくり終える事が出来ました。

（小川忠雄）



「5 時間共生・共走リレーマラソン&自由木工体験」 5 月 27 日（日）10:00～15:00

鶴見緑地公園で開催され毎年参加している障がい者と共に走るリレーマラソンと自由木工体験に参加しました。

今回はリレーランナー含め総勢 20 名の参加で、春のイベントとして会員間の交流も深められたのではないかと思います。昨年から木工参加費 100 円を頂いて多くの子供から大人まで木工作に参加いただきました。毎年この木工体験を楽しみにしている子ども達も増え始め、開始の 10 時前には多くの子ども達が待っている状態となりました。

今年の作品傾向は、自然木を活用したものは少なかったのですが、目立ったのが縄を編みこんでイカダを作る作品が登場しました。最も多い作品となったのは製材を利用したハウス（家）でした。2 階建、3 階建と両手で持たなければならない作品もありました。あと車輪をつけて動く作品は恒例で、だんじり風

の作品も多く出来ました。また工具体験も忘れず実施し、怖がりながら、興味を持ちながら、のこぎりやくぎ打ちの体験も多く出来ました。

今回は隣のブースでいつも「昔あそび」を実施していた団体が不参加でしたが、その理由が「高齢化」ということで少し寂しい気持ちになってしまいました。活動を継続する大変さを改めて感じる事になりましたが、開始前から創作品を考え材料を選んでる子ども達の笑顔を見れば何とか続けて行きたいと感じ、子ども達から元気を頂いた活動でした。

今回の参加組数は 60 組（前年 50 組）で 5 時間リレーマラソンの結果は 50 周と昨年と同じ周回となりましたが、来年も参加し、この数字をクリア、更新する為にまた 1 年間会員みなで協力して頑張りたいと思います。

（小川 忠雄）



しあわせの村 と すべらんうどん

こうべユニバーサルデザインフェア ～くらしの中のユニバーサルデザイン (UD) を五感で体験！～ が3月18日(日)にしあわせの村にて行われました。しあわせの村(神戸市)では、年齢・性別・文化・国籍や民族・身体状況など、人がもつ個性や違いを越えて、お互いに多様性を認め合い、すべての人が持てる力を発揮し支えあう「ユニバーサル社会」の実現に向け、ユニバーサルデザインの推進に取り組んでいます。その一環として「こうべユニバーサルデザインフェア」が開催されています。日頃、UDに取り組んでいる企業や団体などが、その成果を発表し、互いに交流できる場になっています。子どもから大人まで、高齢者も障がいのある方も誰もが気軽にご参加できるイベントです

《 ステージプログラム 》

UD ファッションショー ファッションで楽しむいきいきライフをテーマに家事や仕事、趣味活動を楽しむためのUDファッションを紹介する「UD ファッションショー」やクラウン(道化師)ショーや参加型イベントなど楽しい企画が満載です。

神戸アイセンター病院で、最先端の医療を市民の皆さんに届ける研究をしている医師をパネリストに招いた「ディスカッション ～みらいアイ (eye) のはなしをしよう!～」も行います。

フェアの最後を飾るライブには、神戸を拠点に活躍中の「Permanent Fish(パーマネントフィッシュ)」が出演し、大切な町や人を思いやる気持ちを込めて歌を披露します

《 出展コーナー 》(約60団体出展、)

UD うどん(すべらんうどん) 企業や地域団体、学校が、衣・食・住をテーマとしたUDの取り組みを展示し発表します。各ブースでは様々な体験ができます。

- ・着心地のよいウェア紹介(ミズノ、ワコール、ほか)
- ・だれもが食べやすい食品紹介(UD うどん、こうや豆腐)
- ・東北商品や市内障がい者施設で製造しているスイーツ販売
- ・使いやすいUD 商品紹介(UD 食器、ビーズクッションほか)
- ・福祉機器の展示・体感コーナー
- ・体験(点字、UD スポーツディスコン、3B体操、ほか)

(しあわせの村 HP より)

「すべらんうどん」ってな～に？

「すべらんうどん」は、ふくてつく会員の岡さんが開発し世界初の製法特許によるユニバーサルデザイン食品、UD うどんです。うどんの中央部に複数の切れ目が入っていて、ゆでるとその切れ目が開き、フォークや箸が引っかかりやすい仕組みになっています。食べ方は、ごく普通に食べてください。あまり意識して切れ目に箸やフォークを入れようとすると、かえってなかなか入りません。麺の長さは18cmで、一般のうどんより10cmほど短めなので、障がいのある方、ご年配の方、お子さんでも食べやすく、さらにお箸はちょっと苦手という外国の方でも食べやすいうどんです。家でゆでるときも短めな麺は茹でやすいですよ。さらに、切れ目の部分に出汁がからみ、出汁の旨味を最大限に楽しんでいただけます。



こうべユニバーサルデザインシンボルマーク

ふくてつくは今年もUD うどんの「すべらんうどん」の販売を行いました。お天気にも恵まれ、チームワークもばっちり!!売れ行きも順調です。ちょっと肌寒く、温かいものを求めるお客さんで昼前には注文が殺到しました。メンバーもフル回転です。小さいお子さんを連れたお父さんから「フォークありませんか? お箸がまだ上手に使いえないので」と、今回用意が出来ていなくて反省、次回は百均で用意なくてはせっかくの「すべらんうどん」なのです。午後1時過ぎには250食が完売しました。お疲れ様でした。

(春岡 須磨子)



UD 食器



UD うどん「すべらんうどん」



準備はOK!! さあ、はじまるよ!!



完売後の乾杯!!おつかれさま

交流会

ふくてっく交流会「カニご賞味会～e トコ～」 2月18日(日) 13:00～17:00

昨年に引き続き恒例！！の旬の食材を美味しく食べながら交流を深める「カニご賞味会」を「交流スペースe トコ」(東成区)で開催しました。ふくてっくの親睦を兼ねて、また異種交流もしたいを開催目的としていますが、それには場を和ませるおいしい食材とお酒が欠かせません。会員9名、e トコ4名、ゲスト2名参加で蟹のフルコースを食しましたが何度頂いても絶品です。e トコには場所の提供以外に調理器具から食器類まで何から何まで大変お世話になりました。

調理、準備も勝手がわかっていることといつもの？担当があり、途中エネルギーを補給しながら楽しくワイワイ順調に進めていきます。おかげで美味しいカニを食べながら当会とe トコ、他団体、ゲスト等々いろいろな意見交換、交流ができました。お互い初めてお会いする方々もいましたが、話していくと共通の知人や共通の活動、また共有できる活動など有意義な時間となりました。そこから広がる新たな取組、チャレンジにも積極的な意見がでて今後の成果が楽しみです。

今後もこういう交流会をe トコで続けて行くことを確認し、美味しい食べ物と美味しいお酒を頂きながらスムーズでスマートな新たな交流を築いていきたいと思います。(小川 忠雄)



「灘の酒蔵めぐり」4月30日(祝) 13:00～16:30

今年初めて「春の遠足」として「灘の酒蔵めぐり」を実施しました。11名参加となり、さすが！お酒好きのみなさんが集まり大変賑やかなウォーキングになりました。集合時間まで待ちきれず既に「一杯！」ひっかけての参加もありましたが、みんな元気にスタートしました。

櫻正宗～浜福鶴～菊正宗～白鶴～福寿～こうべ甲南まで6カ所を巡り、各酒蔵で試飲と称して「あれは？これは？」「飲みやすいわ～、美味しいね～」と途中からは、ほとんどほろ酔い集団となりました。ただ飲むだけでなく資料館を併設している所や記念館も見ることができ大変勉強にもなりました。

移動途中では懐かしさ漂う建物を横目に、街のお豆腐屋さんを見つけてはお土産を購入し、ウォーキングでしか見つけれない出会いもありました。蔵の前には新酒が出来たことを知らず「杉玉」が吊ってありますが、この時期は新酒の時期を大きく過ぎ新酒の頃の緑色の杉玉が、時を経て茶褐色になり熟成の時期だということも知ることが出来ました。こういうちょっとした雑学を知る機会、会員が興味あるけど行けてない、調べてない等、「大人の楽しい遠足」として、これからも体験型で企画してみんなで遊び続けたいと思います。(小川 忠雄)



杉玉(酒林)の起源

元々は酒の神様に感謝を捧げるものであったとされ、酒神、大神神社の三輪山の杉にあやかっただう一休和尚の句

「極楽は何処の里と思ひしに
杉葉立たる又六が門」



『写真という世界』

稲住 泰広

私がフォトグラファー（カメラマンは、映画やテレビの撮影者の意味）という職業を選んで、はや45年以上が経とうとしています。その間、1番多く受けた質問（相談）「写真を上手く撮る方法は？」いつも同じ答えを返します。「簡単に上手く撮影出来たら私の仕事はなくなる」

皆さんが、考える以上に経験と知識（一般的な知識・光学・色彩・工学・化学等）が、写真撮影には必要なのです。ただ、上手く表現できるコトが色々な場面で有りますので、機会を見つけてお話できればと思います。

2番目が「目で見た感じで、撮影できるカメラを紹介してください」

私の答え「**最高のカメラはあなた自身の目と脳です**」

時に、首を廻す事によってパノラマを楽しみ、遠くを注視する事で望遠レンズになり、必要な物だけを見て廻りの景色を認識外にし、ぼかしをかけ、暗いところ・明るいところ交互に見て全体を認識。これらは、総て脳が目からの情報を整理して画像として作り出しているのです。私たちの使っているデジタルカメラの基本もまったく同じです。目がレンズと画像素子、脳がデジタル処理機器やソフトです。

ただ画像素子にも限界があります。デジタルの世界では、光の強さを黒から白の数字で表します（0が黒～255が白）。0～255まで1枚の写真で全てカバーできません（夕日をバックに人物撮影して夕日が綺麗に見えれば人はシルエットになり、人が綺麗に見えれば夕日は真っ白という経験はあるでしょう）。そこでソフトが活躍します。夕日がきれいな1枚、人がきれいな1枚、その中間を数枚使って0～255まで表現する作業をします。それを自動で行うのがHDR（high dynamic range）です。機械が行う処理というものは正確ですが、人の目には異様な感じがするものです。私の仕事では、0～255までと、配色・構図を加え、絵を描く様に手作業を進めていきます。

そうです。撮影時に仕上げのイメージを自分の脳にインプットしながらシャッターを押しています。

つまりカメラが写真を撮るのではなく、人が撮るものなのです。道具に振り回されるのではなく、道具を使いこなすことが、綺麗な写真を撮る早道かと。如何でしょうか？

会員コラム

『交野マラソン 2018 を走り終えて』

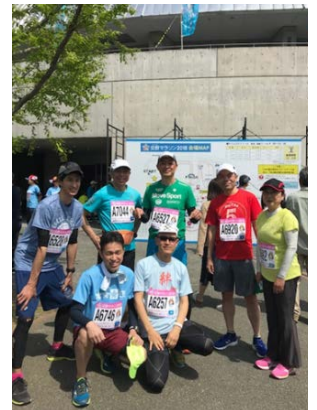
川北 武志

4月22日、交野マラソン2018の10kmクラスに参加してきました。走ったのは、ふくてっくから小川さん、春岡さん、立溝さんと私の4名、他のマラソンと一緒に参加している立溝さんのお友達2名、そして立溝さんの息子さんの計7名です。応援には次回は走る予定で見学がてら応援に来られた小川さんの妹さんと、いつも一緒に走っていて今回は応援に回られた立溝さんのお友達とのお二人です。

当日は、良いお天気で4月とは思えない暑さでした。予報では最高気温25℃との事でしたが、ゴール間近の路上の電光掲示板での31℃の表示を見た時は、それだけで足が重くなる程の暑さでした。コースは、前半起伏があまり無い所を走って行くのですが、徐々に上り坂になり6km過ぎからは強い上り坂を駆け上がって行く大変辛く苦しい所が続きます。そんな苦しい所でも沿道では、至る所に応援してくださる方が多数おられ励まされます。特に小さなお子さん達の応援には、たまらない物があります。

そんな応援に助けられ、大した記録ではないですが、無事走り終える事が出来ました。10kmとはいえ、かえって油断するのか、下り坂で転倒され救護される方もおられました。走る前までは、なんとなく嫌な気分が続くのですが、走り終えた後は、達成感なのか何なのか充実した満足感で幸せな感情に包まれます。

参加した全員が完走後、立溝さんに予約いただいた焼肉店で応援の2人とも合流し、9名で大いに食べ飲みました。完走後の妙なノリの中、大いに盛り上がりました。この様な楽しい1日を送る事が出来た仲間に、とても感謝致します。



「あの日のお客様との会話 十五」

秋岡 安



客…医療費控除は10万円超えへんかったらあかんと思ってたんやけど、1万2000円超えたらできるんやね？

私…セルフメディケーション税制のことですね。平成29年分から新しくできた制度です。

客…それは何なん？10万円のとどう違うの？

私…医薬品のうち一定の薬の一年間の購入金額が1万2000円を超えたら医療費控除ができるという制度です。たとえば、対象の商品を年間3万円買った場合は、3万-1万2000=1万8000円が課税所得から控除され、1万8000円に対する税金が安くなります。ただし控除の上限額は8万8000円までなので、購入金額に直すと10万円までとなります。

客…*10万-1万2000=8万8000

私…一定の薬でどんなん？

客…特定一般用医薬品等（スイッチOTC医薬品）です。医師によって処方される医療用医薬品から転用（スイッチ）された、ドラッグストアなどで購入できる医薬品のことです。OTCとはオーバザカウンター（Over The Counter）カウンター越しに買えるという意味ですね。

客…その領収書を集めたらええんやね。でもそれが該当するか、分かれへんわ。

私…対象商品の箱にマークが入っていたり、レシートに印が付いてますよ。

客…1万2000円超えたらええんやね。

私…落とし穴がありまして、要件があるんです。健康の保持増進等の為「一定の取組」をやっていないダメなんです。

客…一定の取組？

私…健康保険組合等が実施している人間ドックや勤務先の定期健康診断を受けていることやインフルエンザの予防接種をしていることが必要です。かつ、それらの領収書か結果通知書を持っている事も必要です。

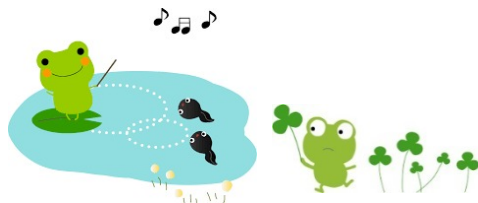
客…健康診断かインフルエンザ予防接種かあ。

私…それから、この制度を受けると昔からある10万円の医療費控除は受けられませんか。選択制度なんです。どっちが得か比較せなあかんね。

客…そのとおりです。

■ H30 年 1 月以降 学習会

- 1 月 親睦会 (学習会なし)
- 2 月 「どんなに障害が重くても挑戦する
～パンジーメディアから見たもの～」
講師：小川 道幸 氏
社会福祉法人創思苑
- 3 月 「議会や議員って何をしているの？
～NPOの皆さんこそ、ぜひ知って、
つながってください～」
講師：武 直樹氏
NPO法人いくの市民活動支援センター代表理事
大阪市議員
- 4 月 「都市と農村のまちづくり」
講師：人見 修氏
- 5 月 「H30年度介護保険改正による市民生活
への影響／大阪市の現状と今後」
講師：三浦 浩史氏
株式会社シャカリハ 代表取締役
- 6 月 「公証人役場の役割」
講師：下野 恭裕氏



■ H30 年度 定例会・学習会予定

7 月 7 日 (土) 13:30～17:00 頃
会 場：大阪市立社会福祉センター
学習会：未定

8 月 4 日 (土) 13:30～17:00 頃
会 場：大阪市立社会福祉センター
総 会

ことば・コトバ

【 MCI 】

MCI とは、Mild Cognitive Impairment「軽度認知障害」のことで、健常者と認知症の中間にあたる段階を MCI といいます。認知機能（記憶、決定、理由づけ、実行など）のうち 1 つの機能に問題が生じてはいますが、日常生活には支障がない状態のことです。MCI は適切な治療・予防をすることで回復したり、発症が遅延したりすることがあります。厚生労働省は、認知症とその予備軍とされる MCI の人口は 862 万人存在すると発表しています。驚くべきことにこれは 65 歳以上の 4 人に 1 人です。意外に思われるかもしれませんが、認知症や MCI はとても身近なのです。

(清水 麗子)

◆ 外部連携 ◆

- 十二月十四日
大阪市ボランティアアセンター
二十周年座談会に参加
- 十二月十六日
ドッド J P と学生のインターシッ
プ
受入れについて協議
- 一月五日
ボラ協新年互礼会に参加
- 二月十一日
スペシャルキッズサポートの集いに
当会のポスター展示



…事務局より…

- ★ 理事会・運営会議 開催状況
 - ・平成二十九年第一回理事会
平成三十年二月三日
- ★ その他
 - ・特定非営利活動法人の貸借対照表
公告義務化に伴い、公告方法を
変更するため定款変更が必要です。
八月の総会で承認を得て、定款
変更手続きを進めています。
 - ・シュレッダーを購入しました。
 - ★ 開催予定
 - ・第二回理事会
平成三十年八月五日

NPO 法人ふくてっくとは・・・

ふくてっくには、建築・医療・福祉分野の有資格その他、多岐に亘る専門職が参加しており、お互いの専門領域における見識と誇りを大切にしつつ、相互の研鑽しあう機会を育んでいます。キーワードは「生活者の視点、当たり前の感覚です。」是非あなたも仲間に入って、自らの人生を耕しませんか。一度、定例会（原則：毎月第 1 土曜日、13:30～）にご参加ください。定例会では、会員の活動報告や講師を招いての学習会等を行っています。正会員以外の方が定例会に参加される場合は、参加費 500 円です。

*会費：入会金/無料

：年会費/正会員 10,000 円、学生会員 3,000 円、通信会員 500 円

*連絡先：TEL 06-6614-6800

ホームページ <http://fukutech.sakura.ne.jp/>

メールアドレス mail@fukutech.sakura.ne.jp

ふくしとは
くらしを守る
てくにつく
つよーいみかたの
くろーと仲間