

おたより (2009年11月発行)

高齢社会をよくする女性の会・広島

〒730-0051 広島市中区大手町2丁目5-11-204

連絡先：電話(082)245 1250 (月・水 10:00~17:00)

(082)927 6538 (代表 小堀宅)

11

月の声を聞くと、もう歳末商戦?!
なんと近くのスーパーでクリスマスソングが流れているのにびっくりです。本当にどうなってるんでしょうねえ。

政権交代は、私たちの生活をどう変えるのでしょうか。年金だけではとても安心して生活できない暮らしのことを、9月例会で取り上げました。

初めに、もし介護が必要になったら、在宅での福祉サービスの利用経費は、一体どのくらいかかるの?という話を、ケアマネジャーの方からお聞きしました。

次に“今がチャンス!「家計」の見直し方法の巻”では、そうした高齢期の生活を支えるためには、どう家計を見直したらいいのかを、ファイナンシャル・プランナーの方からお聞きました。

当日は、用意した資料が不足する程、多くの方がお見えになり、熱心に受講されました。

「ひとりくらしの生活事例を聞きたい」との声もあり、会の今後の活動としても、個人相談が気軽に出来るような場づくりの必要性を感じました。

ここでは当日の報告と11月例会のご案内をお知らせします。

9月27日例会報告



(話題提供者)

(1) 最後まで在宅生活を続けたい時、福祉サービス利用経費は? ~

白尾真由美さん

(社会福祉士・ケアマネジャー)

広島市発行「介護保険制度の案内~平成21年4月版」(区役所の介護保険課でもらえます)を参考資料に、介護保険の福祉サービスは、どんな人を対象にどんなサービスが受けられるかを説明してもらいました。

- * 1割の自己負担で利用できるサービス量の上限は、要介護度により決まること。
(例：要介護2で19,480円程度)
- * 訪問看護や通所リハビリテーション等要介護状態によっては、医療系のサービスを多く必要とする人の場合、居宅サービスの経費単価が高いため、サービス量の上限を超えることがある。(例：デイサービス922円/デイケア1,023円)
- * この利用上限額を超えた場合の自己負担額は、10割負担になる。(例：要介護1~5で自宅風呂でのホームヘルパーの介助入浴等30分~1時間未満=4,160円/看護師の訪問看護=8,532円/浴槽持ち込みの訪問入浴=12,937円)

個々人で身体状況や生活様式が違う為支援内容が違うのは当然なのに、日常生活の支援内容が一律に定められているため、現場は大変!ヘルパー業務で電球を買ってきて、球を取り替える支援は出来ないという現場の苦労話を聞き驚きました。

自分が在宅の一人暮らしで認知症になり、服薬管理や日常生活の声かけが必要な場合を想定した時、介護保険上のサービスではどのような支援が可能で、どの位の経費がかかるのか、実際にマイケアプランを立ててみたいと思いました。

この話だけでも、まだまだ時間をかけて聞く必要があると思いました。

(話題提供者)

(2) 今がチャンス! 「家計」の見直し方法の巻

幸田洋子さん

(ファイナンシャル・プランナー)

詳しい資料を作っていただきました。

自分は何歳まで生きるかを想定し、セカンドライフプランを立てる必要性を学びました。ちなみに幸田さんご自身は90歳を想定とか!

さて、あなた自身は、何歳を想定しますか? あなたの余命は、あと何年?

- * 老後の公的年金収入二人分(23.2万円)
- 平均的な生活費 28万円 = 月額 4.8万円
不足は、貯蓄の取り崩し、または就労で補完。

一体自分の年金はいくらもらえるの? そんな不安もある中で、毎月入るお金がなくなったら、急な出費がいるとしたら、と案ずる前に、**支出経費を確認**してみませんか?

戦略を立てて不安を解消! 使い切って死ぬ! なんて言葉が、妙に現実感を帯び、耳に残りました。

- * **あなたが現在かけている生命保険の保障金額(保険金給付)をご存知ですか?**
ドキッとする質問でした。

病気や事故での死亡保険金や、肺炎等病気の種類での1日入院給付金額を確かめておきましょう!

必要以上に掛け金を支出していませんか? 家計を見直し、余分な出費を抑えるチャンスです。

【見直し方法の事例】

「お宝保険」の話はお得情報でした。定期付き終身保険で1996年4月以前に加入した保険をお持ちの方、一度見直して見られたらいかがでしょうか?

詳しいことをお知りになりたい場合、個別相談も可能です。

(株)ライフ&マネークリニック

(幸田さん) 082-532-1182

(文責 薬真寺)

お得情報

これまでの情報で、お役立ち情報を載せています。ご活用ください。

「可部ぽけっと」は、毎月例会を開いています。そこでは介護体験者が集い、さまざまなお話をされています。参加は、自由です。お話ししたり、話に耳を傾けたり、どうぞお出かけください。

日時: 毎月第2火曜日
午後1時~4時

場所: 安佐北区総合福祉センター
(可部191号線入口手前)

連絡先: 082-814-0811
(安佐北区社会福祉協議会)

医療サービスの受け方について何か困ったことがあれば、医療ソーシャルワーカーにご相談を!

(7月例会でご紹介)

長里社会福祉士事務所

090-2291-1309

次回11月例会は【暮らしの中の助け合い! 仕事づくりの巻】
別添、「お知らせ」をご覧ください。

一人が一人に声をかけ
一緒に学びませんか
“学ぶ”ことは変わること
“つながり”ましょう!

(高齢社会をよくする女性の会・広島ロゴマーク)



生き、往く暮らしを考える

小規模多機能ケア全国セミナー

とき: 12月20日(日)

9:20~15:00

ところ: 県立広島大学

広島キャンパス

全国の様々な実践報告や、地域の宅老所から法制化に取り組んだ厚生労働省審議官の話も聞けますよ。(参加券あり)