



話題の人



最近「話題の人」と言えば、将棋の藤井聡太四段(ふじい そうた・2002年生まれ)です。昨年12月のデビュー以来、公式戦で29連勝という偉業を成遂げました。これは30年ぶりの記録更新だそうです。残念ながら記録は途切れてしまいましたが、毎日の報道で将棋ファンならずともその凄さが伝わってきます。加えて、藤井語録が、凄いですね。自分にとって望外(ぼうがい)の結果」とか、「実力からすると



僥倖(ぎょうこう)としか言いようのない」等どこからそのような言葉が出てくるの!? と、驚いてしまいます。意味を調べたところ、望外は、〈望んでいた以上に結果が良いこと〉僥倖は、〈思いがけない幸い、偶然な幸運〉です。何手も先を読む能力、そして語彙の多さ、「恐るべし14歳」に脱帽です。

さて、将棋界だけではなくスポーツ界でも若い世代の活躍が話題になっています。卓球では「チョレイ」の雄叫びで有名な張本智和(はりもと ともかず・2003年生まれ)選手や、アジア大会シングルスで日本勢として21年ぶりに優勝を果たした平野未宇(ひらの みう・2000年生まれ)選手、野球では高校通算103号の本塁打を放っている早稲田実業の清宮幸太郎(きよみや こうたろう・1995年生まれ)選手、サッカー



では20歳以下の日本代表に選ばれた久保建英(くぼ たけふさ・2001年生まれ)選手、

陸上では日本陸上選手権で100Mと200Mを制したサニブラウン(1999年生まれ)選手と、たくさんいます。

彼等は子供たちの目標となり、夢と希望を与えています。



どうする?

土地活用

土地を所有していると毎年必ず「固定資産税」を支払わなければなりません。なかには使用していない土地にも税金を支払っていて、土地の有効活用をお考えの方もいらっしゃるでしょう。その場合、まずはどのような目的で活用したいか考えてみましょう。方法としては、売却、アパートやマンション経営、駐車場経営、定期借地にするなどがあります。しかし、土地の立地条件や周囲の環境を考えなければなりませんし、初期投資の費用や収益等も考えなければなりません。

それぞれ、メリット・デメリットがありますので、土地活用をお考えの方は専門家に相談することをお勧めいたします。



*セカサポでは、土地活用対策にも対応いたします。お気軽にご相談ください。

介護あれこれ～介護の現場から～

介護保険と住宅改修



「トイレやお風呂に手すりがあったら、一人で出来るのに」

と思ったことはありませんか。

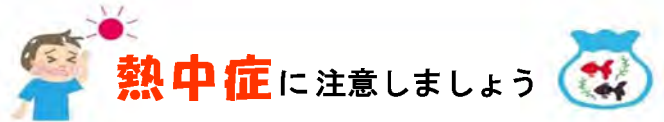
そんな時はまず、ケアマネージャーに相談してください。一般的にトイレの手すりは「気を付け」をして立った時の腰のあたりが良いとされていますが、本来はその方の身体状況に合わせる必要があります。例えば、腰が曲がっている方は低い場所、片麻痺がある方は歩行状態に合わせます。リュウマチなどで握る事ができない方は手を置く形状にするなどの必要があります。

介護保険を使つての住宅改修は、①専門のスタッフから検証してもらい、その方の状態にあった場所と形状を選定してもらう。②なぜ住宅改修が必要なのかの理由書と図面、見積書等の書類を市町村に提出し工事の申請をする。③1週間ほどで行政から許可がおり、工事に入る。④工事終了後に、内訳書、完成写真、図面、領収書等を市町村に提出する。の手順となります。

介護保険での工事は時間と手間がかかりますが、手続きはケアマネージャーが専門業者と協力し代行してくれます。費用の上限は20万円までで、個人負担は介護負担割合と同じく1割か2割です。つまり10万円の工事だとすれば、10,000円か20,000円の負担で自分に合った手すりが付きます。

60万円以上の工事が必要な場合、介護保険の住宅改修と併用できる「高齢者にやさしい住まい作りの助成金制度」があります。

詳しくはケアマネージャーへ相談ください。尚、工事終了後の申請は認められませんので、くれぐれもご注意ください。



暑さが本格的になる7月、注意したいのが熱中症です。熱中症は野外での活動だけではなく、屋内や、夜間も発生します。特に暑さを感じづらい高齢者は注意が必要です。症状は、めまい、こむら返り、倦怠感、頭痛、吐き気等です。重症になると意識障害を起こしてしまいます。対策としては、こまめに水分を補給することは勿論ですが、外出する際はなるべく日影を選んで歩くこと、室内にいる際は過度な節電はやめて、エアコンや扇風機を上手に使うことが大切です。また、バランスの良い食事を摂り、暑さに負けない体作りをすることも大切です。

熱中症に効果がある食べ物

*カリウム…細胞の脱水症状を防ぐ

ジャガイモ、ホウレンソウ、海苔、バナナ等

*ビタミンB1…疲れにくい体をつくる

豚肉、ウナギ、海苔等

*クエン酸…疲労回復の効果がある

梅干し、酢、レモン、グレープフルーツ等

*摂りすぎには注意しましょう。



<編集後記>

山田町 2009年、家族で山田町にある船越家族旅行村キャンプ場に行きました。優しい管理人さんに出迎えられたことを今でも覚えています。キャンプ中は「鯨と海の科学館」を見学したり、近くのプールで地元の子供たちと仲良く遊んだり、夜は星を眺めたりと、とても楽しく過ごしました。その2年後、震災が起きました。震災後しばらくして、変わってしまった光景を子供たちに見せるべきだと考え、私たちは三陸へと向いました。キャンプ場は仮設住宅となり、鯨と海の科学館前にはガレキが高く積み、キャンプ場近くの介護施設の屋根には車が打ち上げられていて震災の恐ろしさを感じました。

今月「海と鯨の科学館」が再開されます。この夏、再び三陸を訪れ、たくましく復興していく姿を子供たちに見せたいと思っています。



株式会社 水本 セカンドライフサポート係
〒028-3615 岩手県紫波郡矢巾町南矢幅 6-606

お気軽にお電話ください。

TEL.019-697-1500