

# みぬまハウス通信

第23号 2015年5月23日発行  
さいたま市見沼区大和田 2-1288-4  
NPO法人 みぬまで暮らす会  
TEL/FAX 048-796-0295  
<http://www.minuma-hausu.net/>

## ☆ 勉強会のお知らせ ... 参加者募集中! ☆

みぬまハウスの終活くらぶで「私の遺言ノート」を編集、発行しましたので、下記のとおり「書き方・勉強会」を開催することになりました。みなさまの参加をお待ちしています。

### 「私の遺言ノート」書き方・勉強会

日 時：1回目 6月14日(日)13:30～ 2回目 6月25日(木)13:30～  
\* 1回目2回目とも同じ内容です。ご都合の良い回にお申込みください。  
場 所：見沼区役所 1階 多目的室  
参 加 費：200円(遺言ノート代)  
\* 緊急対応ノート入用の方、当日、受付に用意します。(200円)  
申込方法：電話またはFAXで 048-796-0295 みぬまハウス迄

これまで紹介・頒布をしてきた「緊急対応ノート」は、その名称のとおり、緊急事態が起こったさいに速やかに適切な対応が取れるよう、家族の連絡先や持病のこと、医療に関する希望など必要と思われる事項を記載し、もしものときに見てもらえる場所に吊り下げておくものでした。

これに対して、このたび発行した「私の遺言ノート」は、亡くなった後の様々な手続き等がスムーズに行えるように、財産や相続に関わる事項や、各種届出や契約の解除が必要になる事柄等を書き整えておくノートです。

もしものときに、愛する家族が悩んだり争ったりすることがないように、ぜひ書いておかなければと書いていても、難しくてなかなか書けないという人が多いのが実情です。

このノートには、遺言や相続の基礎知識のページがありますので、今回しっかり確認しながら学んでいきたいと思えます。

## ☆ みぬまハウスの活動事業ご案内 ☆

月曜日～金曜日 午前10時～午後4時

- ・ コミュニティ カフェ ... コーヒー 300円 ランチ500円
- ・ 午後のくらぶ活動 ... 手芸・絵手紙・麻雀・歌声・茶道・囲碁等々
- ・ 介護保険の訪問介護 ... ケアプランの相談・身体介助・家事援助
- ・ 福祉有償運送(移送サービス) ... 歩行が困難な方の移動支援
- ・ 生活支援サービス ... 介護保険では利用できない生活援助
- ・ 手作り作品の展示販売 ... 会員の作品を展示販売しています
- ・ 地域の野菜を直売 ... 月曜日の朝、新鮮な野菜を畑から収穫

気軽にご相談ください

さいたま市指定介護保険事業所  
番号:1176512224  
福祉有償運送運輸局許可  
番号:関埼福第299号

## ☆「まちの保健室」オープン ☆

学校に保健室があるように、身近に病気の進行や薬、介護、健康について気軽に相談できるのが「まちの保健室」です。みぬまハウスにオープンします。(毎月第3水曜日)

### 第1回セミナー「訪問看護って何ができるの？」

日 時：6月17日(水) 午後1時30分から

会 場：みぬまハウス(先着15名まで)

参加費：無料



「保健室」を引き受けてくれたのは、「たんぽぽ訪問看護ステーション」(2014年4月堀崎町に設立)の代表・佐藤紀代子さん。

自宅で最期まで安心して暮らしたいと願っている私たちですが、日々衰えていく身体機能に、持病、もの忘れ等。老化と病気は手を携えて来るので心配でしたが、心強い味方、在宅医療の専門家・訪問看護師さん達とネットワークができました。

「ご自宅で看護することは、その人らしい生活を支えるということでしょうか。専門知識のある看護師がサポートすることで病気や障害と上手に付き合い、よりよく生活していただきたいです。」と、佐藤さんからのメッセージです。

## ☆ 勉強会のご案内 ☆



### キューピー ☺ やさしい献立」勉強会

日 時：6月3日(水) 午後1時～2時

会 場：みぬまハウス

参加費：無料(先着15名)

高齢者の栄養や食事について、詳しく知りたいという方々のために、キューピーが、勉強会を開催します。栄養状態が悪化すると、身体機能が低下し、認知症のリスクも高まるといわれています。参加者一人ひとりにあった食事について、キューピーの担当者が、一緒に考えてくれる企画です。ご参加お待ちしております。ま～す！

## ☺ 介護者カフェ <6月に開設を予定しています>

老々介護の深刻な悩み、介護する人のストレスは経験したものでなくてはわからないものです。介護者がいつでも、誰もが気軽に立ち寄り、ホッと一息つける場を、みぬまハウスが提供したいと考えています。具体的な内容は、事業計画がさいたま市から承認されたらお知らせします。

### 介護保険外の生活支援サービスのご案内

みぬまハウスは、介護保険で賄えない生活のあれこれを会員同士で支え合っています。利用した人は1時間700円を支払います。(超過30分ごとに300円)いつでもサポーター募集中です。あなたも支え合いの仲間になりませんか。