

光寿



他人事でない

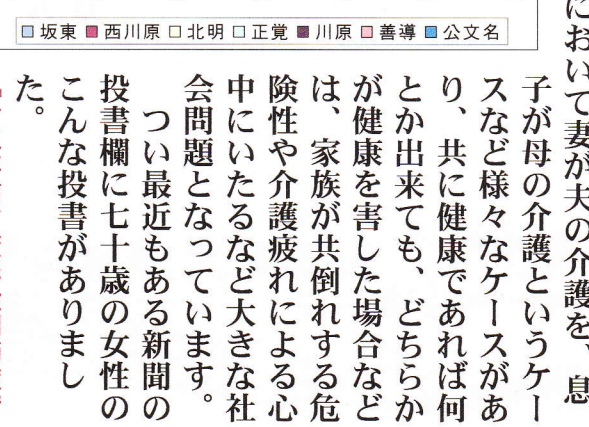
迫り来る老老介護の不安

先般厚労省から発表された市区町村別生命表によると、砺波市の男子は七九、四歳、女子は県内第一位の八六、八歳となっている。女子の県内第一位というのは嬉しいニュースですが、長寿と介護が隣り合わせの今の世の中、夫婦共に高齢というのはそれだけ老老介護の不安も大きいわけで素直に喜ぶわけにもいきません。

現在、光寿会の夫婦会員はグラフに示したように四八組ありますが、このうち夫婦共に八十歳以上の夫婦会員が十組もあります。老老介護はまさに目前の問題です。

◆ 老老介護とは

あるいは老老看護とは、高齢者が高齢者の介護をすることとで、高齢化社会では避けられない課題です。高齢の夫婦や親子において妻が夫の介護を、息子が母の介護というケースなど様々なケースがあり、共に健康であれば何とか出来ても、どちらかが健康を害した場合などは、家族が共倒れする危険性や介護疲れによる心中にいたるなど大きな社会問題となっています。



「十五年前、変形股関節症で

両側とも人工股関節手術を受けました。最近また痛むようになり心配です。九二歳の母の介護をしているので、できれば再手術はしたくありません。これから先どう生きていけばいいか悩んでいます」

決して他人事ではありません。

◆ 増える老老介護の悲劇

東海大学の保坂隆教授（精神医学）を主任研究者とする厚生労働省の研究班が民間の介護サービス会社を通じて昨年六月、高齢者らを自宅に介護する介護者五万人余を対象に調査したところ、高齢者らの在宅介護を担う六五歳以上の介護者の約三割が、「死んでしまいたい」と感じたと答えました。

このことは高齢者による介護の精神的負担の大きさを示すもので、実際、最近八年間で報道されただけでも二百五十件以上の老老介護の行き詰まりによる自殺や殺人事件が明るみに出ています。



いわゆる後期高齢者が別建ての医療制度に組み込まれ、医療、介護、年金の不安が一層深まる中で、老老介護の悲劇はさらに増大するものと思われれます。

◆ いざとなったら ためらわず公的介護制度を

私たちはわずかな年金から天引きで介護保険を掛けています。いざとなったら問題を自分だけで抱え込んだり、一人で悩んだりしないで介護制度を活用しましょう。

共倒れしないためにも、まずは特別養護老人ホームなどを利用することも一つの方法です。

特養とは自宅での介護が困難な高齢者を対象とした福祉施設です。介護保険法の適用を受けて設置されており、食事・入浴・排泄など日常生活の介助、健康管理などのサービスが受けられます。現在全国で約三十七万床が整備されて

いますが、入居希望者は四十万人を越えており、『要介護四または五で家族がいらない』『虐待を受けている』等の緊急性が高い高齢者を優先的に入所させるので希望してもすぐには入所できないこともあります。

特別養護老人ホームでは、介護費だけでなく住居費・光熱費についても介護保険の適用があるため、老人保健施設に比べ格安の費用で入所出来ますが、個室が少なく、通常は四人部屋でプライバシーがないことや、食事室等があまり整備されていないなど、在所者の生活の質という点では多くの問題も指摘されております。

◆ 頼成Dチームが優勝

五月六日午後、般老連春季ペタンク大会が、快晴の庄東小学校グラウンドにおいて開催されました。

この大会はこれまで五月末に実施される市大会の出場チームを、前年秋の般老連大会の成績をもとに決めていたのを改め、直近の実績で決めるための般若地区予選とも言うべきもので、上位三位までと前年秋の大会の優勝チーム合わせて四チームが市大会の出場権を得ます。



頼成光寿会からは次の五チームが出場し、Dチームが優勝して市大会へ出場することになりました。

- A 八田 政夫・林 孝進・林 喜興志
- B 林 甚松・林 義夫・林 孝雄
- C 北條 蘇春・武部 幹夫・高島 夏子
- D 島 道成・林 博・林 久子
- E 林 勇夫・開田 道雄・武部由美子



優勝した頼成Dチーム

動き始めた

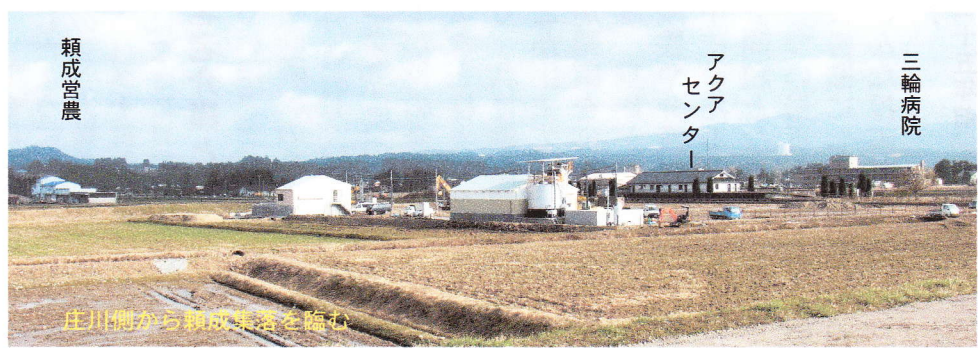
資源リサイクル

環境整備事業

かねてから懸案の資源リサイクル環境整備事業（高島養豚場移設）が目に見える形で進み始めました。

五月末現在、アクアセンターの北側に隣接した建設地に関連施設二棟が建っています。順調に進めば平成二十二年度末に完工する予定だそうです。

今、関係者の多大な努力で進められている農地・水・環境保全向上対策事業とあいまって、私たちの住む頼成の生活環境が着々と改善されていくのはたいへん有り難いことです。



頼成宮農

三輪病院

アクアセンター

庄川側から頼成集落を臨む

第4回市老連ペタンク大会



砺波市老人クラブ連合会の第四回ペタンク大会が、五月晴れの五月十二日、中村運動広場で開催され、市内全域より八十チーム二百四十選手が参加して熱戦が繰り広げられました。

当光寿会より鳥道成さん、林博さん、林久子さん（川原）チームが、般若地区代表四チームの一つとして出場し善戦しましたが、残念ながら予選リーグで敗退、決勝トーナメント進出はなりませんでした。

夏草の刈られて風を見失う

「家族のこころ解を得て、故人の句集「柿の花」から、季節にふさわしい秀句を載せさせていただいております。

気をつけましょう 社保庁名乗る詐欺事件急増

年金・高齢者医療・介護などが混乱しているのにつけ込んで、社会保険庁や厚生労働省を名乗る電話による詐欺事件が激増しています。

電話の例「厚生労働省社会医療センター（又は厚生労働省医療保険センター、厚生労働省社会保険局）ですが、医療保険特別補助金〇〇円の請求期限が今日までなので請求手続きを行ってください。」

「医療費控除の還付金があるので、銀行/郵便局のATMに行つて電話をして下さい。すぐに振り込みます。」

厚労省では、このような請求手続の依頼は一切行っておりません。このような電話があつても、銀行口座等の個人情報をお教えしたり、金銭の振込を行つたりすることのないよう気をつけましょう。

6月行事予定	
★ 1日	定例役員会
★ 8日	尼講
★ 18日	らんじょ浮世亭
★ 21日	地域めぐり

いかるぎ 鶴木

五月十二日、中国四川省で死者・不明十万人に迫る大地震が発生しました。被災者の悲惨な有様を見るにつけ、地震災害の恐ろしい富山県に生活していることを有り難がたく思います。

しかし、その富山も絶対に安全というわけではなく、歴史的に見ますと、古くは八七.八三、千八百五十八年飛越地震（M七.八）や七.八三、千八百五十八年飛越地震（M七.八）など大地震が起きました。天正地震と呼ばれる現在の高岡市の南西にあった越中船城で大きな被害があり、城主以下多数が圧死、木船城地震では、跡津川断層に沿う集落で特に被害が飛越地震でも、大津川断層に崩れ、立山が崩れ、中流の大洪水となつて押し寄せ、湯川や真川（常願寺川上流）をせき止め、崩れ、大被害が生じました。

私たちが足下にも高清水断層という震源になりうる活断層が走っています。北信越各県が相次いで地震に襲われていて、富山県だけが絶対安全といふ保証はありません。諺「転ばぬ先の杖」

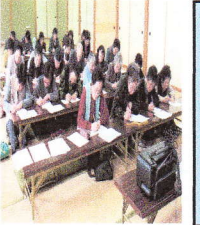
らんじょ浮世亭だより

五月のらんじょ浮世亭では、開設以来ちょうど丸2年、24回を数えたのを機に、この間の歩みを45枚のスライドにまとめて映写されました。らんじょ浮世亭は、出来るだけ外に出て人と交わる機会を増やす介護予防策「ふれあい生き生きサロン」事業の一つとして、平成18年6月開設されました。

以来、頼成光寿会の積極的な支援を得て、毎月第3水曜日にいかるぎ館において開催され、この2カ年で延べ806人（一回平均34人）という多数の方々に参加されました。

有志の協力で「手作り弁当昼食会」「浮世亭ふれあい茶会」「新春お楽しみ会」「そうめん食べ放題の会」「大画面ビデオシアター藤山寛美爆笑劇場」などのほか、般若心経写経の集いなど様々な催しが行われ地域の高齢者の親睦と活性化にささやかな一役を果たしてきました。

らんじょ浮世亭が、地域の高齢者の肩肘を張らない気楽な集いの場として、今後も息長く続いていけばと願っています。



全
45枚の
スライド
を上映



次回は6月18日(水曜日)です。

亭主の話 第四回「仏教説話にみる親殺し・子殺し」を予定しています。10時より



心静かなる一日

恒例の尼講法会

緑の木立を涼しい風が吹き抜けていく季節となりました。尼講の法会が六月八日九時三十分より、いかるぎ館で行われました。

当日は晴れのしのぎやすい日で、たくさんの方がお参りされました。

常称寺、西慶寺、宮森の南桂寺さんをお招きして読経のあと

法話
があ
りま

した。

今回の物故者の方は林操さん（法名釈尼澄静）お一人でした。改めてご冥福をお祈りいたします。

これで昭和に入つて法名帳に記載合祀された頼成の女性物故者は合わせて三百三十五柱となりました。

今年の当番は西川原常会で、少人数のため男女とも全員でお世話させていただきました。

生かされていることに喜びを感じつつ、心静かなる一日を終えました。（開田紀子 記）



尼講



日帰り旅行 瑞龍寺にて

光寿会恒例の日帰り旅行は、小雨の中、男性十四名女性二十名の参加を得て、J A庄東支店前を九時三十分出発しました。

まず国宝高岡山瑞龍寺では、総門の案内から始まり、山門、大庫裏、仏殿、法堂、利長公、信長公、正覚院、信忠公の石廟の説明を、約

四十分間でガイドの方が名調子で、非常に熱のこもった濃かな語り口で話されました。参加された会員の方は、瑞龍寺の素晴らしさを理解されて、高岡市民の方々が世界遺産に登録しようとして努力されている気持ちが伝わったかなーと思われました。

光寿会が砺波市内だとガイドの方に説明すると、大庫裏の趣のある門と扉が、一時瑞龍寺さんが貧窮されて、梅檀野千光寺へ嫁入りさせていたことがあったと聞かされ、千光寺さんの偉大さと歴史の流れを感じました。

瑞龍寺さんを後にして一時間のバスドライブ後、十一時四十五分に「ひみのはな」に到着しました。十二時三十分から参加者全員の写真を撮影し、副会長八田氏の司会で、会長挨拶、林茂之氏の乾杯音頭のあと食事が始まりまし

季節のうた 尼講の読経静か夏宿

故 坂東そとい句集「柿の花」より
御家族のこころ解を得て、故人の句集「柿の花」から、季節にふさわしい
秀句を載せさせていただいております。

た。カラオケセツトは三十分ほど経つてからチョコビット、約三人の男性会員の方が利用されましたが、二十名の女性会員は最後まで聞こえませんでした。三時ジャストに「ひみのはな」を出立し、途中の海鮮館で晩御飯の準備をし、四時三十分には無事に出発地点のJ A庄東支店前に戻りました。（林勉一 記）





知っているよつて知らない？
お盆のいざあれこれ

●お盆のいわれは？

お釈迦様の弟子の中で、神通一番と言われる目連が、ある時神通力によって亡き母が餓鬼道に落ち逆さ吊りにされて苦しんでいることを知りました。母親を救出したいとお釈迦様に相談するとお釈迦様は、おまえが多くの人に施しをすれば母親は救われると言われました。目連はお釈迦様の教えにしたがい、夏の修行期間のあける七月十五日に多くの僧たちに飲食物を捧げて供養したのです。その功德によって母親は餓鬼道から救われ極楽往生がとげられました。



この話が孟蘭盆経うらぼんというお経に書いてあることから、旧暦の七月十五日に死者を供養する法会をお盆というようになったといわれています。

●お盆にはどんな行事を？

お盆の行事は、各地の風習や宗派による違いなどによってさまざまですが、先祖の霊が帰ってくることを考えてその供養をするのが一般的です。そのため精霊棚をしつらえたり、迎え火送り火をしたりすることがお盆の行事だと考えられています。浄土真宗ではお盆独特の行事はありません。ご先祖はお盆の時期にだけ帰ってくるわけではなく、いつでも、この娑婆世界に戻られ、私たちを見守っていて下さるといいます。

が浄土真宗の考え方だからです。仏壇へのお供えもご先祖の霊にお供物をするのではなく、常日頃から、阿弥陀如来にお供物をしているので、お盆だけ特別にする必要はないのです。とは言っても、日頃とかく忙しさに紛れて、おろそかになりがちな祖霊への崇敬の念を新たにすることも、縁者相集いこの期間に墓を清め仏壇を荘厳し祈りを捧げることは大切なことでしょう。



精霊棚の一例。浄土真宗では行わない。お盆かざり

般若チームがぶっちぎりの優勝

市老連パットゴルフ大会

猛暑の七月一七日、庄川町のパットゴルフ場で行われた市老連主催のパットゴルフ大会に出場した般若連チームが、他チームを圧倒して優勝を果たしました。個人成績でも一位、二位を独占するなどの好成績を挙げました。光寿会からは島道成さんと林喜與志さんの二人が出場し健闘されました。

林鐵史さん今年は

Aクラス優勝

砺波市老人クラブ連合会主催の囲碁大会が、六月五日、北部苑で開催され、当会より出場された林鐵史さん（公文名）が、有段者が実力を競うAクラスで、居並ぶ強豪を退け見事優勝されました。林さんは市代表として県大会に出場されます。



市老連パットゴルフ大会

庄川町やまがき荘からの大会場全景

健康作りに体力測定

自分の体力を知る。それが健康作りの第一歩。市老連の高齢者向け体力測定が七月七日午後B&Gで開催され、般若・東般若地区から五十五名の参加のも行われました。



で、みんな汗をふきふきのチャレンジでした。

日頃より余り運動をしていないので、片足立ちなどは数秒も経たないうちにふらふらしてしまいました。測定終了後の得点合計をみて、それぞれ自分の体力の結果に納得しておられました。自分の体力を正しく把握し、日頃から継続して健康の維持につとめなければと思いました。

今回は暑さの中でも、これだけのことが出来るのだという自信を得ると共に、自分の体力を知るよい機会となりました。

当会からは八田嵩、開田紀子、林義夫、池田富子、林明子、林時子、林文子の七名が参加しました。

（開田紀子 記）



予告案内

☆ 光寿会ベタンク大会

九月二十四日（水曜日）午後

☆ 秋の一泊旅行 行き先検討中

十月十四日（火）〜十五日（水）

都合をつけてぜひご参加下さい。

季節の詩
朝毎に気品ただよう白芙蓉

林 香月子

らんじよ浮世亭だより



浄土七高僧のうちの第二 天親について学ぶ

7月のらんじよ浮世亭は、いつもの定番メニューのほか、席亭の話「立山曼茶羅」の世界を、スライドを見ながら聞きました。日本三霊山の一つ立山は古くから信仰の対象としてあがめられ、山中には地獄、極楽もあると考えられていました。立山曼茶羅に描かれたこれら死後の世界についての話を聞きました。

また午後、「正信偈」の61行目天親菩薩の行目取り上げ、第二薩について、その教え」について、資料を読み書きしました。



立山曼茶羅

今回は**8月20日(水曜日)**です

笑いで暑さを吹き飛ばそう!

藤山寛美の爆笑劇場

第5弾

大画面テレビシアター「**八人の幽霊**」10時より

真夏にふさわしく今回は涼くなる幽霊話。寛美と幽霊、どんな話が展開するか。どうぞお楽しみに!

その後は中アリーナに移動し県老連健康づくり推進員の川田和美さんから高齢者に適した軽体操の実技指導がありました。光寿会からは開

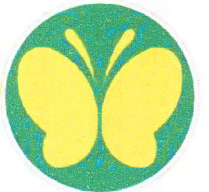


女性の尿トラブルについて

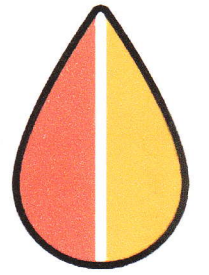
平成二十年度の市老連女性リーダー研修会が、七月二十五日市内九十一単位クラブから百十七名の女性リーダーが参加して、県西部体育センターで開催さ

が、七月十一日市文化会館小ホールで開かれ、会長副会長らが出席しました。

六月一日から改正された道路交通法で、七十五歳以上の高齢者と聴覚障害者は、それぞれ自家用車に標識を付けることが義務づけられました。施行して向こう一年間は指導期間として、広く広報と浸透を図ることとし罰則は適用されませんが、その後は違反した場合二万円以下の罰金または過料が科せられますので注意しましょう。(違反点数一点、反則金四千円)



聴覚障害者標識



高齢運転者標識

平成二十年度交通安全大会

市老連が主催する

田紀子副会長が出席しました。筋肉や骨を老化させず、呼吸循環器系の機能を維持し、脳神経系の働きを促すがすとい

日帰り旅行収支決算報告

収入の部

項目	金額(円)	備考
参加費	184,000	男性14名x6,000円=84,000円 女性20名x5,500円=110,000円
補助	15,381	光寿会より補助
合計	209,381	

支出の部

項目	金額(円)	備考
瑞龍寺見学	20,400	拝観料、お土産
昼食代	125,800	ひなのはなでの昼食
飲み物代など	39,500	通しバス、通しバス、通しバス、通しバス、通しバス
入浴料	15,300	タオル代など入浴料
その他	8,381	写真プリント代など参加者配布用
合計	209,381	

8月行事予定

- ★ 1日 定例役員会
- ★ 3日 奉仕作業 改善センター いかるぎ館除草奉仕
- ★ 20日 らんじよ浮世亭

いかるぎ 鶴木

「倶会一処」

(くえいつしよ)

この秋、一年の葉が落ちて、木が静かになり、涼しい季節がやってくる。この季節には、自然の恵みを感じ、心身を癒すことが出来る。私のお墓の前で、静かに佇んで、心の中で、あなたを想っています。秋の風が吹くたびに、あなたの名前が心に響きます。この季節には、静かに佇んで、心の中で、あなたを想っています。秋の風が吹くたびに、あなたの名前が心に響きます。