

日本一幸せな  
健康長寿社会を目指す  
天草の地域情報誌

※のさる…「天の恵みを授かる」の意味

# のさる新聞

【名称】のさる新聞（無料）  
【編集】花咲 実  
【発行者】幸せラボ  
【所在地】天草市古川町1-8  
【電話】0969(23)3839  
【制作】のさる出版  
《平成26年4月18日初版発行》



【矢作直樹先生のプロフィール】

1956年、神奈川県生まれ。金沢大学医学部卒業。2001年、東京大学大学院附属病院救急部・集中治療部部長。16年退官、同大学院教授、著作にベストセラー『人は死なない』など多数、講演、教育に尽力している。みつばちラジオのめいどサロン「お陰様で生きる」をテーマに、本当の幸せな生き方を語る。



**人生百年**  
**五十年代からはじまる幸せ**  
**ベストセラー『人は死なない』著者である**  
**東大名誉教授矢作直樹先生に聞く**

## どんな人も、お陰様の心で 生きると、幸せになる！

昔は人生五十年といわれていましたが、今は人生百年時代といわれています。仕事が落ち着き、家庭が落ち着いた時に、人生の折り返し地点でふと立ち止まり、充実した人生航路をどのように舵取りするかが問われます。本当に幸せな人生とは？自分らしい生き方とは？みつばちラジオに特別出演された東大名誉教授矢作直樹先生に、幸せな生き方の極意についてお聴きしました。

### 人は死なないの本当の意味

矢作直樹先生は、東京大学大学院附属病院の救急医療医師として数え切れないほど多くの人たちの治療と看取りに立ちあつてこられました。だが、自然な死を迎える多くの人たちに共通するお迎え現象（故人となった親戚が夢枕に立つ）や、臨死体験、幽体離脱現象等、現代科学ではとても解明できない霊的な現象を体験してこられました。

矢作先生の著作でベストセラーとなった『人は死なない』の結びに以下の文章があります。

寿命が来れば肉体は朽ちる、という意味で「人は死ぬ」が、**靈魂は生き続ける、という意味で「人は死なない」。**私は、そのように考えています。

矢作先生は、肉体の死によって目に見える姿は無くなってしまっても、人間の本体である魂は生き通して、まるで肉体という着物を着替えるように、何度もこの世に生まれ変わって来るといわれます。東洋思想には、過去世から今世、そして来世への生まれ変わりの思想があります。それは非科学的な観念ではなく、矢作先生は当り前のことだといわれます。

### お陰様で生きる幸せ

矢作先生は、人間は生きている

のではなく、大いなる天地自然の摂理によって生かされているといわれます。

身体は寝てる間も心臓は止まらず、肺も無意識で呼吸をしていて、それは決して人間が意識してできるものではありません。そのことを昔の人たちは「お陰様で有難うございます」と表現してきました。

「有難い」の語源は、お釈迦様が「人がこの世に生きている事は有り得ないほど奇跡的な巡り合わせによるものだ」という教えに由来し、生命の営みは大いなる存在（サムシンググレート・神・仏・摂理など）の絶大な働きによるものだといえます。

そして、「お陰様で有難うございます」と心から感謝すると、人は大いなる存在と心が通じて、災厄から守られて、幸福に導かれるといえます。

人生百年時代は、物の豊かさから心の豊かさへと成長する時代で、「お陰様で有難うございます」と天地と人様に感謝しながら幸せに暮らす時代です。

矢作先生に関するより詳しい情報はのさる新聞のウェブ版「のさるニュース」でご覧頂けますので、ぜひ左からアクセスして下さい。



QRコードから  
ご覧下さい



# 「天草のさりー」で日本一 幸せな高齢社会になる！

現在、「天草のさりー」の天草市対19才以上市民登録率は約25%で、電子クーポンを活用している他の自治体の平均が約10%であることと比べると約2.5倍で驚くべき比率です。では、もしも登録者数100%になったらどうなるでしょうか？

## 中村市長が描いた幸せな未来図

今から一年半前の令和2年12月23日にスマートカレッジ一年目の実施報告に伺った時でした。中村五木前市長は開口一番「これから3年間で、天草市のすべての地域でスマホの講座を開いて下さい。特に困っている限界集落を先にお願います」と、強く懇願されました。

本年の天草市の国勢調査報告では、65才以上の高齢者が3人に1人の割合を示しています。超高齢化社会の天草市は、年を追うごとに限界集落から消滅集落へと向かう過疎地域がじわじわと広がっています。

## 将来的には幸せな共助社会

まず、様々な行政の情報やサービスが自宅にいながら受けられます。行政が主催する行事の案内や申し込みもすべてスマホで完結します。転出、転入、住民票の取得などの手続きもスマホ1つでできるようになります。電子クーポンの将来的な展望としては、直接お店に行かなくてもスマホ1つで買い物ができるようになることです。

実際、スマホを使っている多くの人は、日常的にネットショッピングをしています。

例えば、アマゾン、楽天、ヤフー、その他様々なショッピングモールなどで商品注文が出来ます。ただし、それほど買

い物をしてその利益はすべて天草島の業者に吸い取られてしまわないように、地元の経済は一向に潤いません。

しかし、同じ商品でも「天草のさりー」を使って地元のお店で買うと、地元のお店の売り上げが上がって、地域経済が潤い



崎津三宗教御朱印帖を手に最新となった中村市長との記念写真

その分従業員への給与は増えます。さらに、市民が健康運動に尽力するもらえる健康ポイントも「天草のさりー」でもらえるようになる、さらに市民の意識は高まり健康寿命は延びます。また、天草市社会福祉協議会が実施している、地域で困っている人のお手伝いをしたらもらえる地域通貨券(ポランティアポイント)も「天草のさりー」と連動することで、ますます市民がお互いにたすけ合う地域活動は活発になるでしょう。

この度の電子クーポン「天草のさりー」はその具体的な表れで、地元経済の活性化による市民生活の向上を目指して、日本のどの自治体よりも積極的にDX(デジタルトランスフォーメーション)の実現を天草市は目指しています。

そこで、もしもすべての天草市民がスマホを活用した快適な生活が実現できたら、何が起るかを考えてみたいと思います。

それは、自助、共助、公助のバランスがみごとに取れた理想の共助社会であり、世界中が憧れる市民総幸福量が最大化した超高齢社会が実現するのです。中村市長が描いた種は、馬場市長によって、着実に育てられ、次第に芽が吹き、やがて大輪の花が咲く道を辿っています。世界一幸せな高齢社会の実現はいよいよこれからが佳境です。



天草市老人クラブ連合会役員(令和3年度)と馬場市長の記念写真

## スマホ初心者 みづほさんの「天草のさりー」登録体験記

### スマホ初心者のための窓口

船元瑞津穂さんは、浄南町在住の78才で、スマホは全くの初心者です。天草市が3月から「天草のさりー」という電子クーポンを発行しましたが、やり方が分からず、そこで市役所3階の電子登録等相談窓口に行ってきました。

#### 市役所3階へ

船元瑞津穂さん(以下みづほさんと表記)は、スマホには関心があるのですが、市役所から「天草のさりー」の電子登録案内が郵送されてきたものの、まったくチンプンカンプンで、市役所に行くのが無料教えてくれるというので、市役所本庁3階に行ってきました。

会場にはすでに何人も待っている人がいましたが、あまり待つこともなく、すぐに対応してくれました。

スタッフの対応はとても懇切丁寧で、まったくのスマホ初心者のみづほさんもホッとしたが「どうしたらいいのですか？」と尋ねると、「まず、電子申請のメールをやりとりするためメールアドレスを確認します」といつてスマホを手に取り、みづほさんが使っているGメールを起動しました。

それから、インターネットで「天草のさりー」の電子登録申請サービスを検索して出て来たウェブサイトを開き、そこにみづほさんの個人情報を書き込むのですが、高齢者のみづほさんは入力が遅いので、そこはスタッフが上手に補助してくれました。

#### 難しいことはお任せ

ここでやったことは、身分証をスマホのカメラで写して添付する作業で、スマホの素人には難しい作業でしたが、スタッフが手伝ってくれたので何も悩まず、あっという間に終わってしまいました。

みづほさんは電子登録申請サービスのことは何も知らなかったのですが、ここで一度登録しておくことで天草市のいろんなイベントや手続きが自分のスマホやパソコンで簡単にできてしまうので、とても便利なシステムだと知りました。

今回は、「天草のさりー」と



ちょっと緊張ぎみで天草市役所3階へ



スタッフがとても親切で丁寧

いう電子クーポンを利用するために「電子登録申請」を行いました。他にもトークイベントの申し込み、読み聞かせボランティア基礎講座の申し込み、電子宝島商品券登録、市主催の講座のオンライン参加の申し込みなど、その都度タイムリーな電子申請ができます。

#### 1週間後にゲット!

「天草のさりー」の場合、申請後約1週間して、登録可否の通知があるので、それから「天草のさりー」のアプリをインストールして本登録となります。令和4年5月現在「天草のさりー」が使える地元のお店は約800軒あります。

みづほさんは、今回天草市から頂いた3000円分のポイントを使って、はじめてのスマホでのお買い物を楽しみたいとワクワクしています。

「天草市電子登録申請等の相談窓口」は、本庁以外の各支所でも対応していますので、最寄りの窓口まで遠慮なくご相談ください。

「天草市はスマホの素人でも安心して登録できる仕組みを作っているのが安心ですね」と、にっこり微笑むみづほさん。ウェブサイトを「のさるニュース」では実際のみづほさんの生の喜びの音が動画でご覧いただけます。

「天草のさりー」スタートキャンペーンの受付は、この夏8月31日迄なので、まだの方はどうぞ急いで登録ください。



ほっと安心のみづほさん



# 自分でできる！「天草のさりー」電子申請3ステップ

## ステップ1 事前の準備

事前に以下の①～⑪のメモと準備をお願いします

右の①～⑪の中で、特に注意するのが赤字の項目です。

- ①は、天草市役所とやりとりするためのメールアドレスです。
- ②「整理番号」は、市役所から送られてきた書類に記載してあります。以下③～⑪は、ステップ2で解説します。
- ※⑩のパスワードは2つ自作しておきます。6文字以上英数で大文字を1つ入れます。例としてはイニシャルプラス4ケタの数字の組合せで、1つ目と2つ目のパスワードはイニシャルと数字を前後に入れ替えると簡単にできます。
- ⑪の身分証は、あらかじめスマホのカメラで撮影しておきましょう。

- ①メールアドレス
- ②整理番号
- ③氏名 ④フリガナ
- ⑤ニックネーム
- ⑥職業 ⑦郵便番号
- ⑧年齢 ⑨携帯電話
- ⑩パスワード2つ
- ⑪身分証の写真



準備完了後

## ステップ2 電子申請の登録

- 1)「天草市電子申請サービス」とスマホで検索して、手続き一覧から「天草のさりースタートキャンペーン」申込を選びます。
- 2)「利用者登録せずに申し込む方はこちら」を押します  
※電子申請サービスの利用者登録をしている場合は手順が違います。
- 3)下の方にある利用規約に「同意する」ボタンを押します。

折り返し天草市からメールが届きますが、万が一メールが届かない場合は、メールアドレスの入力ミスか、迷惑メール設定で弾かれている可能性があります。詳しくは天草市産業政策課(☎0969-32-6786)、または専用コールセンター(0120-464-119)に電話してご確認ください。



のさりー  
南無阿弥陀仏

登録終了後、折り返し天草市から【電子申請サービス】のメールが届いたら「電子申請サービスURL」をタップして、あらかじめ用意していた②～⑩までを書き込み、最後に「公的身分証明書」で「ファイルを選択」ボタンを押して、スマホで写した身分証明書の写真をアップロードしてください。すると最終確認画面が出てきますので不備がないか確認をして「申し込む」ボタンを押して終了です。

終了後、天草市から「お申込み受付」のメールが届きますが、そこに「整理番号」と「パスワード」が表示されていますが、これはアプリにログインするためのものではありません。約1週間後にいよいよ本番の「天草のさりー」登録の手続きメールが届きますので、それまでしばらくお待ちください。

約1週間後

## ステップ3 天草のさりーの申請

ていごさつを！



「天草市産業政策課」から電子申請の内容確認完了と、アプリインストール通知のメールが来ます。そのメールにあるURLアドレスにアクセスして、ログインID(メールアドレス)とパスワードを入力します。次に4ケタの「認証コード」がショートメールで届きますので、それを入力します。初回はパスワードの変更をしなければなりませんので、最初のパスワードと新しいパスワードを入力します。これで無事終了で、アプリで3,000円のポイントが見れます。

もしも認証コードが届かない場合は、専用コールセンター(0120-105-303)に電話してください。

## 最後はスマホで楽しくお買い物

地元のお店約800店舗でお買物をして地域経済が活性化！



多くの天草市民が「天草のさりー」を使う事で、地元経済がどんどん活性化します。店舗だけでなく、取引先、従業員、その家族の暮らしがどんどん豊かになるので、良いことづくめ(のさり)！



## 「天草のさりー講座」の開催申込

天草市産業政策課では、「天草のさりー」電子クーポンをまだ登録していない方のために、身近な場所ですぐに開催できる「天草のさりー講座」をお勧めしています。開催を希望される方は、下の要綱をご覧になり、担当者にご連絡下さい。

- 【目的】電子クーポン「天草のさりー」の普及により 天草の地域経済を潤し、市民生活のよりよい向上を目指す。
- 【対象】電子クーポン「天草のさりー」の登録がまだの天草市民(スマホ所有者)で、10人～20人規模での講座開催を希望する団体。
- 【期間】6月～8月末まで
- 【会場】参加者が集いやすい最寄りの会場
- 【参加費】無料

- 【講座の内容】第1回…「天草市電子申請サービスの仕方」第2回…「天草のさりーの登録の仕方」※1回は2時間で、1回目と2回目の講座の間隔を1週間空ける

- 【受付】天草市老人クラブ連合会 電話 080-4741-1887 (事務局次長 山口誠治)
- 【主催】天草市産業政策課
- 【受託業務】天草市老人クラブ連合会

## 「天草のさりー登録」をLINEでサポート

天草スマートカレッジでは、多くの市民の皆さんが「天草のさりー」をご登録頂くためのLINE公式アカウント「天草のさりーサポート」を開設いたしました。ラインはできるけど、「天草のさりー」の登録はまだという方は、どうぞご利用ください。(無料)登録は簡単で、下のQRコードをラインで読み取り、「追加」ボタンを押すだけ終了です。その後は「天草のさりー登録の仕方」をご案内しますので、手順にそってお進み下さい。途中分からないことは何でもお尋ねください。誰でも「天草のさりー」の登録が完全にできるようにご支援いたします。



パスワードのやり方が分かりません…

了解しました。まず英数字を6文字以上…



LINE 公式アカウント 天草のさりーサポート



左のQRコードをラインで読み取って友達追加ボタンを押して下さい。



スマホアプリ【あ〜ぶるナビ】のご紹介!

# JC-Smart

天草の生活・防災情報や天草ケーブルネットワークのお知らせをお届けします!



ハザードマップなどの防災情報を簡単検索!

あ〜ぶるch放送予定がアプリで見れる!

みつばちラジオがアプリで聞ける!



誰でも利用できる無料アプリ!防災情報やみつばちラジオが聴けてとっても便利です!

アプリはこちらから!



天草ケーブルネットワーク(株)

お問い合わせは 天草市港町9-1 0969-22-1311

みつばちラジオ「花咲実の幸せのカフェめいどサロン」では、毎週スマートカレッジの受講生の楽しいトークをお届けしています。

■月〜金 5時〜5時30分・15時〜15時30分(再放送)

■土曜日 総集編(1週間分) 6時〜8時30分



## 【スマートカレッジ7月開講】 (全6回講座受講者募集)

### 受講希望者募集要項

これからスマホを基本から学びたいと希望される方と、地域の活動でスマホを活用したいと思う方を募集いたします。天草全島の会場で開催致しますので、希望者は最寄りの「受付連絡先」にお申し込み下さい。

【対象】 老人クラブと婦人会と地域活動の各会リーダー

【期間】 令和4年7月〜8月(全6回講座)

【会場】 島内全域10会場(下図を参照)

【定員】 各会場とも定員〜24名まで

【内容】 入力の仕方、ライン、グーグルアシスタント、電子マネーなど

【会費】 3,000円(全6回分)

【備考】 新型コロナの影響で開催日時が変更になる場合があります。

### 天草スマートカレッジ会場マップ



	校名	会場	受付連絡先
上天草市	①大矢野校	大矢野町老人福祉センター	宮本 稔 090-7163-1281
天草市	②栖本校	栖本福祉会館	梅川 定喜 090-2096-7017
	③御所浦校	御所浦老人憩いの家	濱本小夜子 0969-67-2407
	④本校AB組	天草市社協本渡支所	吉永 繁敏 080-5280-8325
	⑤五和校	御領コミュニティセンター	酒井 迪臣 080-1759-6402
	⑥下田北校	下田北コミュニティセンター	藪本 房雄 090-8774-3181
	⑦大江校	大江コミュニティセンター	橋野 君佳 090-5487-4434
	⑧河浦校	河浦町老人福祉センター	森田 哲雄 090-5479-1081
	⑨牛深校	牛深地区コミュニティセンター	杉本 淳一 080-5255-3379
	苓北町	⑩坂瀬川校	坂瀬川公民館

### 機種変更相談



スマホの新規購入や買い替えでお悩みで、お店に行くのは大変だという方のためのご相談にのります。誰にも相談する人がいない方は、お問合せ下さい。また、携帯やスマホの高すぎる月々の契約料金について見直したい方も、お気軽にご相談ください。

【お問合せ先】

080-4741-1887(山口)



# 「スマホ体験会」を開催しませんか？

日ごろから地域活動に尽力しておられる方で、スマホは今一つ難しいと思っている身近な方たちのために「スマホ体験会」を開催してみませんか？

スマホを持っていなくても無料でお貸しします。2回の「スマホ体験会」を最寄りの会場で開けます。10名が集まると開催できますので、遠慮なくご相談下さい。本講座は、天草市高齢者支援課が市民の安心・安全な暮らしを守るための企画した「スマホ体験会」です。



お孫さんともやりとりできます

- 【期 日】 2日間（2時間×2日間）
- 【会 場】 最寄りの集会場
- 【参加費】 無料
- 【定 員】 10名（天草市内在住者）
- 【持参品】 筆記具（スマホは無料貸出）
- 【申込み】 地域で受講者が10名集まればいつでも申込みができます。（老人会に限らず受講できます）
- 【受 付】 天草市老人クラブ連合会  
事務局次長 山口誠治  
電話 080-4741-1887

なんさま スマホば 体験しよかい！



## 【苓北町では教育委員会が主催】

苓北町でも各公民館で、スマホの無料体験会を町教育委員会の主催で開催計画中です。期間は、令和4年6月～令和5年2月までを予定しており、受講費は無料です。スマホをお持ちでない方のために、貸出用のスマホもご用意していますので、ご安心ください。開催予定日や詳細は苓北町教育委員会(Tel 0969-35-2111)へお気軽にお問い合わせください。

## BASIO4

かんたん便利に、使い方ひろがる、はじめてスマホ。



※画像、イラストはイメージです。

auの方も！ 他社の方も！  
**ただいま、特別価格でご提供中!**

▼詳しくは下記店舗までお問い合わせください▼

auショップ 本瀬スーパーセンター  
TEL.0800-700-2764  
天草市丸尾町1-17  
(スーパーセンターTAIYO横)  
営業時間: 10:00~19:00

ケータイショップTAIYO牛深  
TEL.0969-73-0114  
天草市久玉町新久玉5711-36  
(TAIYO牛深店内)  
営業時間: 10:00~19:00



## LINE ができる喜び



「スマホ体験会」で、もっとも多い喜びの声は、「遠方のお孫さんや同級生とLINEでやりとりができるようになって毎日が楽しくなった」という声です。

昨年11月に五和町御領で高齢者支援課主催の「スマホ体験会」に参加した男性がいました。

「スマホ体験会」は、2時間で2日間連続の講座ですが、その方はご自分のスマホを持参して参加しました。初日は「スマホは難しけれん、いっちょん分からん！」と仰っていましたが、その日はLINEでスタンプと写真の送り方を学びました。

翌2日目の講座がはじまった時に、その男性は開口一番「昨夜は、生まれて初めて孫にLINEでスタンプば送ったら、孫がうったまがとりました」とニコニコ笑顔で嬉しそうに語って下さいました。

スタンプとは、メッセージを送信するLINE専用のイラストのことで、言葉よりも分かり易く感情を伝えられる優れモノです。

実は、この方のようにそれまでお孫さんと電話してもわずかな会話だったのが、LINEで毎日やりとりできて幸せだという方や、同級生や友だちと毎日LINEができて楽しいという方たちが、どんどん増えています。

LINEは元々東日本大震災の時、まったく携帯電話が繋がらなくなったことから、大切な人とどんな時でもつながるために開発されたアプリです。

つまりLINEは、普段は楽しくやりとりを楽しみ、いざという時はお互いに安否確認がすぐにできる、とても優れた防災アプリということになります。

これからもっと多くの人たちに、LINEの本当の素晴らしさを体験して頂きたいと思います。



五和町のスマホ体験会



3解です。スタンプ



# まさかの時に起こる困った出来事

## 高齢社会ならではの問題が多発

超高齢社会を迎えた現代日本で、様々な困った出来事が多発しています。いざという時のために、老老世帯、独り暮らし世帯の高齢者が備えておきたい大切なことを考えてみたいと思います。

えっ！



### 【事例1】自宅で意識不明

独り暮らしの高齢者が自宅で急に体調が悪くなり意識不明の重体になった時、救急隊がかけつけます。

その時、救急隊にとって最も知りたいことは、以下のことです。

- ① 本人の身元情報
- ② 同居者の有無
- ③ 親族の連絡先
- ④ 持病の有無
- ⑤ 服用中の薬
- ⑥ かかりつけ医

もしも、これらの情報がすぐに分かるなら、救急隊はすぐに患者に対して適切な処置をして、すぐに医療による対処ができます。

しかし、これらの情報が分からなかった場合、病院に救急搬送された時、医師は適切な対応ができませんに困惑します。

### 【事例2】災害時の安否

本年、政府が今後40年以内に南海トラフ大地震が発生する確率が90%になったと発表しました。

災害発生時に特に問題になるのが、独り暮らしの高齢者の安否確認です。

特に独りで避難が困難な高齢者には支援者が必要となります。

行政や消防や社会福祉協議会では本人の要請があれば、災害発生時に安否確認や必要な支援をすることができ、逆に、本人の意志を前もって明示しない限り、本当に必要な支援を受けることはできません。

### 【事例3】終末医療の問題

高齢者にとって終末医療をどうするかは大きな問題です。本人の意志が分からなくなつた重篤状態で、延命措置をするのか、それとも自然死を選択するのかが、本来本人が決めるべきものです。

しかし、健康な時に、その意志を示しておかない限り、近親者はその意志が分からず、医師に「延命措置をどうしますか？」と確認された時、思

### 【事例4】認知症後の対応

現在、85才以上の年代では認知症は2人に1人の割合といわれています。

認知症の判断は医師が行いますが、認知症には下記表の3つの段階があります。

認知症で「保佐」と医師が診断して銀行がそれを知った時、本人の講座はすべて凍結されてしまいます。

それまでは可能だった家族が代理で口座の引き落としもできなくなります。

そのため本人に代わって財産管理をする「成年後見制度」ができて、軽度の認知症の時点で法的に信頼できる人に財産管理を委ねることができるようになりました。親の財産はちゃんと守りたいです。

### 【認知症のレベルによる財産凍結に関する一覧表】

補助	軽度の認知症で、日常的な買い物、契約などで可能だが判断力が不十分で援助がある方が良いと思われる状態。銀行口座は凍結されない。
保佐	中度の認知症で、日常的な買い物はできるが、不動産や車などの契約締結が困難な状態。医師が「保佐」と診断されると銀行口座は凍結されてしまう。
後見	重度の認知症で、日常的な生活に援助が必要で、病気により寝たきりになった人や、脳死判定された人。銀行口座や不動産は凍結されてしまう。

### 【事例5】土地建物の相続

独り暮らしの高齢者が亡くなり、その家に住む人がいない空家となった場合、土地と建物を相続した人には固定資産税がかかります。

放置された空家は急速に劣化して、風水害で雨漏りや白アリ動物の棲み処となり、やがて利用価値が無くなった場合、負の財産となり、解体を余儀なくされます。

所有者の名義が2代前にさかのぼる場合、不動産の処分には50名以上の子孫に同意をとる場合もあります。

しかし、子孫は分散して海外に居住している人もいたりした場合は、いよいよ不動産の処分は困難となります。

以上のように独り暮らしの高齢者にまつわる代表的な5つの事例を列挙しましたが、

これらはまだ氷山の一角です。その他に、徘徊、介護、入所、孤独死、葬儀、埋葬、遺品整理など、独居老人に関わる様々な問題が水面下に横たわっています。

### 根本原因は意志の不明確さ

日本の核家族化が進み、高齢社会となり、老老世帯と独居老人世帯が増えて、これらの問題が顕在化してきたのですが、これらの問題に共通する根本の原因は、本人の意志が不明確なまま認知症になったり、意識不明になったり、亡くなってしまったことです。

そして、これらの問題は、行政の特定の部署で解決できる問題ではなく、行政、警察、消防、病院、介護施設、社会福祉協議会、金融機関、税理士、司法書士、宅建業、弁護士、法務局、裁判所など、実に多義にわたる複雑な問題のため、解決が困難となります。

しかし、私たちが現在生きている日本の現代社会で、特に日本中でも超高齢化が進む天草においては、どこよりもこれらの問題が顕著に表れて来ている、もはや放置できない問題となっています。

### 横の連携で解決する仕組み

昨年7月1日、一般社団法人天草地域総合研究所(略して天草地域総研)が設立されました。

元々天草の空き家問題(現在の天草市の空き家軒数、推

定一万軒)を解決するために関係者が寄り集う勉強会から生まれた社団法人ですが、空き家だけでなく様々な高齢社会の地域の問題を住民が主体となって解決する仕組みづくりをしています。

### 「命のバトン」



あ天草市と天草市社会福祉協議会が独居老人等の命の安全と生活の安心を守るために進めている「命のバトン」という活動があります。

これは、非常事態が起こった時、救急隊がやってきて、適切な処置をするための本人情報をあらかじめ記載している用紙を専用のプラスチックの容器に入れて冷蔵庫に保管しておくというものです。

そこには、救急医療だけではなく、災害発生時の避難支援や日常の見守りの要請など、本人の意志が明記されていて、緊急時は、警察や消防とも情報が共有できるので、即座に対応できる仕組みになっています。



「わたしのノート」



天草郡市医師会が作成したもので、生前中に遺族のために本人の意志を明記しておくことで、様々な問題が未然に防げる備忘録的なものです。

- ①わたしの歩んできた人生
- ②わたしが受けた医療介護
- ③わたしの財産
- ④わたしの葬儀・お墓

など、もしもの時に親族がこれを見ることがによって、本人の意志に添って迷わず対応できる個人情報も記せれます。

「おうちの手帖」



者に分かってもらい、その上で将来家の相続や管理など本人の意志を明記してもらうための手帖です。

総研は、天草全体に広がる空き家対策を地域住民が主体となつて解決するため「おうちの手帖」を道具として、空き家を活用した移住定住の促進や店舗の構築なども相談に乗ります。

そのために総研は独自の空き家調査を地域と連携して実施し、同時に老老世帯や独居老人には、「命のバトン」と「わたしのノート」の普及啓発も行います。

このような取り組みに関心をもたれた方は、それぞれの関係機関にお問合せください。

希望する地域の区長、民生委員と建築士が連携して、独居老人の住まいの点検をして、家の傷み具合や耐久性を所有

のさる新聞読んだのでお電話しました。教えてください。



1、「命のバトン」

天草市社会福祉協議会  
電話 0969-32-2552

2、「わたしのノート」

天草郡市医師会PT担当  
電話 090-1340-9850(倉本医師)

3、「おうちの手帖」

(一社)天草地域総合研究所  
電話 0969-66-9810

ご先祖様へ 感謝の気持ちを届けませんか

# 墓地清掃管理サービス

サービス利用料金		
利用回数	利用料金	備考
1回	3,500円 (1基1回)	お墓の広さ、墓石の数により、利用金額に変動があります。(10mを超える場合、複数の墓石がある場合は、別途お見積もりいたします。)
複数回ご希望の方は、利用料金×回数の金額になります。		
サービス内容		
基本作業	墓地内の除草及び枯葉やゴミ等の掃除と、手作業による墓石の水拭きを行います。(高圧洗浄機等は使用しません。)	
供花 (別途料金)	ご希望により、生花等をお供えします。 ●供花料金 1対 1,500円(税込) ※生花等については、時期により価格の変動がありますので、上記金額内で対応いたします。 ※宗派の関係で、生花以外の供花や造花などのご希望にも対応します。(実費の負担となりますのでご相談ください)	
その他	※その他、故人の嗜好品などのお供え物を希望される場合は、墓地所在地の社会福祉協議会支所でお預かりし、作業時にお供えいたします。(遠方にお住まいの方は、お送りください。)	



《お墓の清掃管理でお困りの方へ》

天草市内にお墓があり、身体的な理由やご家族の都合で、墓地の清掃管理にお困りの方に代わり、天草市社会福祉協議会が、新たな福祉的視点でソーシャルファームの理念に基づき、登録団体等と共に、お墓の清掃や供花を行います。

お墓の清掃管理に対する不安やニーズにお応えする為、天草市社会福祉協議会が、地域の大切な空間であるお墓の永続的な管理に取組みます。  
墓地内の除草やゴミ等の掃除、手作業による墓石の水拭き、生花のお供え、作業報告(清掃後の写真等の送付)、その他、ご依頼の内容にそつて、真心を込めて行います。

※ご利用については、下記へお問合せください。

支所名	TEL	FAX
本渡支所	(0969) 24-0100	(0969) 22-4985
牛深支所	72-2904	73-2984
有明支所	53-0110	53-1546
御所浦支所	67-3782	67-3044
倉岳支所	64-3895	64-3766
栖本支所	66-3367	66-2780
新和支所	46-3770	46-3772
五和支所	32-1076	32-0712
天草支所	42-0678	42-0704
河浦支所	76-1401	76-1425

※ソーシャルファームとは  
障がいをお持ちの方や引きこもりなどで、仕事を見つけることが困難な方へ、働く場を創りだし提供する取り組み。



社会福祉法人 天草市社会福祉協議会  
〒863-2201 天草市五和町御領 2943 番地  
TEL (0969) 32-2552/FAX32-2551



# 令和四年夏の運勢判断



## 干支開運判断

占陰陽術



平安時代の陰陽師 安倍晴明が用いた抜群の的中率を誇る陰陽占術を用いて、あなたの干支の現在の運勢を占いました

巳 (み)	辰 (たつ)	卯 (う)	寅 (とら)	丑 (うし)	子 (ね)
完成した状態にある時、ここまで既に通ってきた道を外れずに、保守することが鍵となる。最初のうちは、良い結果を享受できても、次第に状況は変わるので、安定はいつまでも続かないことを、予測に入れておきましょう。	状況の変遷があったとしても、変わることはないものがあるとき。失われることなく、加えられることなく、何が来て去っていくても、静かに清澄に存在し続けているものを、大切にすべきときです。	集まる流れのあるとき。集まって来るものを統制し、集中すべきことに集中していけば、得られるものがあるでしょう。道は通じていきますが、行くべき道を正しく歩み通す姿勢を、守ることが必要です。	今がどんなに苦しくても、自分の行くべき道を守り貫いていけば、道は、やがて通ることになるでしょう。言いたいことがあっても信じてもらえず、理解してもらえないようなときなので、思うことは、心に秘めておきましょう。	物が揺さぶられ、動くとき。道は、通じていくことになるでしょう。動揺することがあっても、そのときが過ぎれば、和やかに笑い合えるようになりそう。信念を持って身を律しているならば、悪くはならないでしょう。	感じ合い、応じ合うとき。道は、自ずと通っていくでしょう。自分の行くべき道に沿っていきながら、うまくいくようになる。相異なるものが交感し和合して結ばれるようなことは、良い結果を得られるでしょう。
亥 (い)	戌 (いぬ)	酉 (とり)	申 (さる)	未 (ひつじ)	午 (うま)
誠意に満ち、真心が伝わる時。心に確かな真実があれば、その意が通じ、良い結果につながっていくでしょう。冒険的な大きなことに挑戦しても、うまくいくとき。誠実に、行くべき道を歩み続けると、得られるものは大。	大きなものが、大きな力によって、蓄えられていくとき。必要な力を正しく蓄積させていけば、得られるものがあります。自分の力を自己完結させず、より大きく蓄える機会を外に求めていく方が、良い結果となります。	性質や道の異なるものとの関わりが、鍵となる時です。反発するだけでは、何も進みませんが、進展の鍵は、背き合うもの、異なるものの中に、応じ合える部分、共通する部分を見出すことができるかどうかです。	冬に動きが止まった樹木のように、動きが停止し、交流が生じにくいときなので、いま何かを働きかけたところで、無駄となるかもしれません。誰でもそういう時がありますが、天の時を待てば、やがて春がやってきます。	内を治めることが鍵となる時。外側に目を向ける前に、内側を整えることが、大事なときです。行くべき道に沿うように、然るべき状態にあるように、内を正しく律することを、意識していくとよいでしょう。	目覚ましい昇進のとき。自分の務めをきちんと果たしていれば、その功績を認められ、高く評価されて、多くの褒賞を受け取ることになるでしょう。素晴らしい機会を何度も与えられ、ぐんぐんと昇り進んでいく日の出のとき。

## のさる新聞のウェブ版 のさるニュース

平成26年に「のさる新聞」の初版が発刊されて早8年となりましたが、この度「日本一幸せな高齢社会天草島の地域情報」を誌面だけでなくウェブサイトでもご覧頂けるようになりました。幸せにのさるニュースをウェブでも、どうぞお楽しみ下さい。



### 幸福度アップの情報満載

一般的なメディアで流される情報は、悲しい情報や、マイナスの情報が多いのですが、「のさるニュース」は、見るたびに元気が出てきて幸福度がアップする天草の地域情報をウェブサイトでご覧頂けます。お手持ちのスマホやPCから、「のさる新聞」より詳しい天草の地域情報を、写真や音声や動

画を交えてお届けします。例えば、健康寿命を伸ばす情報、知って得する天草の生活情報、さらに空き家対策や、移住定住者のための情報、スマホを活用した友達作りやお得な情報など、みんなが幸せになる天草の地域情報サイトです。どうぞ、以下のQRコードからアクセスしてご覧ください。



天草の地域情報ウェブサイト「のさるニュース」のQRコード

**編集後記**

編集長の花咲実です。いつも、「のさる新聞」をご愛読頂きまして、有難うございます。また、みつばちラジオの「花咲実の幸せカフェのめいどサロン」を愛聴頂きまして、重ねてお礼申し上げます。これまで、編集後記なるものが「のさる新聞」にはなかったのですが、今回は思うところを記載させて頂きます。

先日、東京の浅草に行った時、朝方コンビニで買い物をした時、突然大雨が降りだして、僕は傘を持っていなかった。なので、コンビニの玄関ドアの前で小雨になるのを待っていました。

すると、70代のコンビニの女性店員さんが近づいてきて、「良かったら傘を差し上げましょうか？」

といわれるのです。コンビニには傘が売ってあるのです。ちょっと驚きました。最近、70代のコンビニの店員さんの姿があちこちに見られますが、若い人と違った親のような温かさを感じます。昔の雑貨屋のおばあさんに出会ったようで、ほっこりしました。

外国人が、日本人に憧れる理由の一つに、日本人の優しさがあります。日本をはじめ訪れた外国人は、何気ない日本人の優しさに触れて、日本が大好きになるようです。大切なものは目には見えないところにありますね。

所変わって、天草での出来事です。僕は時々夜中まで自宅でデスクワークをするのですが、ある夜、気分転換に真夜中12時過ぎに、本渡の市街地に散歩にでかけました。

コロナ禍の影響で、かつて夜中まで明るくて賑やかだった本渡の街中も、いまはひっそりと静まり返って、まるでゴーストタウンのように人影は全く寂しくなりました。

そんな静かな夜の街の歩道を歩いてみると、向こう側から自転車を押しながらこちらへ向かってゆつくりとやって来る人の姿が見えました。

その歩みはとて遅くて、時々動きを止めてうつむいて何かをしています。そして、体を起こしてまた自転車を押して、さらにまたうつむいては何かをしていて少しづつ前に進んでいます。いったい誰だろうと気にかけるながら近づいていくと、小柄な人で、帽子にヤッケをかぶっている、顔はまったく分かりません。

ようやくそばまで来ると、なんとその人は、路傍に落ちているゴミや空き缶を拾って、自分の自転車のカゴに入れていたではありませんか！明らかにホームレスとは違います。タバコの吸い殻やゴミも拾っているのです。

真夜中に人知れず町のゴミ拾いをしてる人がいるなんて、僕は驚きと共に、思わずふりかえってその方の後ろ姿に手を合わせました。その夜、感激で胸がいっぱいになりました。



みつばちラジオ 花咲実