

通って・訪問して・泊まれる24時間365日 生活丸ごと支援

星が丘ホーム 通信



- 発行: 2024. 2. 10 NPO「福祉ネット星が丘」
- 連絡先: 神戸市垂水区星が丘 3 丁目 2-23 電話・FAX 078-708-3244
- e-mail: hosi3223@circus.ocn.ne.jp
- URL: https://peraichi.com/landing_pages/view/hoshigaokahome

女性の老後はお金がかかる 介護は3回? 働いて備え

老後の三大不安は「お金」「健康」「孤独」といわれます。しかし、私は不安の感じ方は男女によって差があるのではないかと考えています。男性は「孤独」、女性は「お金」により強く不安を感じるというのが私の持論です

女性がなぜお金に不安を感じるかということ、男性よりも長生きだからです。65歳時点での平均余命は男性で約20年、女性で約24年であり、以前も指摘した通り、65歳以上で配偶者がいない人の割合は男性は約2割、女性は約5割とシングル女性の比率が倍以上になります

これは夫に先立たれる女性が多いということを示しています。つまり、女性は結婚していてもしていなくても最後はお一人さまになる可能性が高いのです。

最大の問題の一つが介護です。「女性には介護が3回ある」といわれます。親の介護、夫の介護、そして最後は自分の介護です。特に自分の介護のとき子どもに面倒を見てもらいたくなければ、高齢者施設に入る必要があります。

しかしながら、高齢者向けの施設はどれだけお金をかけられるかによってサービスにかなり差が出てきます。言い方は悪いですが「老後の沙汰は金次第」ということになるのです。

正社員ならずずっと働き続けることはもちろん、専業主婦も子育てを終えたらどんどん働きに出るべきだと私は考えます。配偶者控除を受けるためや自分の社会保険料負担を避けるため、働く時間を少なくするという、いわゆる「〇〇万円の壁」を意識することが多いと思います。でも、これからはそういう壁を意識するのではなく、可能な限り積極的に働いて厚生年金にも加入し、自分が将来受け取る年金額を増やすことを考えた方がいいのではないかと思います。いずれにしても女性は男性よりも老後への備えが重要です。スタートは早ければ早いほどいいでしょう。若いうちから老後を考えるのはぴんとこないかもしれませんが、結婚後働き続けるだけでも大きな違いになるはずですよ。

星が丘ホームでは相談活動をしています。何かあればいつでもお越しください。
星が丘第二ホーム3階にて 708-3244 (要予約)

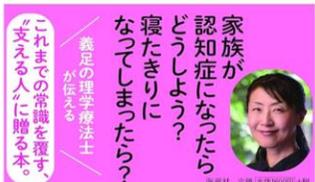
2024年1月14日(日) 1時から4時半
無事にイベント終了いたしました

～地域で安心して暮らし続けるために～
「無縁社会に抗い誰もが安心して看取られる地域づくり」

寒い中、足をお運びくださりありがとうございました。

おかげさまで星が丘ホームの23年の軌跡を知っていただけたことスタッフ一同、心より感謝いたします。これからも地域に根付いた活動をしていきたいと思ひます。

福辺節子
Fukube Setsuko
**生きる力を
引き出す!**
福辺流 奇跡の介助



同時開催されました
「義足の理学療法士、福辺節子氏
による力のいらない介護術」
福辺先生、お越しいただき
ありがとうございました。
研修を受けた感想、
気づき
をご紹介します。



☆介助する方もされる方も力を入れない。
声掛けをして利用者さんの持っている力を
引き出す介助、不安を与えない様に安心、
信頼をもらえる事をはじめ
基本が大事だと思ひました。(H,F 介護士)

☆経験が浅くそれぞれの利用者さんにあった介助法が出来ているのか悩んでいた中で、利用者さんがどんな状態なのか、,,を決めつけていたことに気が付きました喋れない方、上手く動けない方、動こうとしない方、コミュニケーションが取れる方、取れない方、と区別していたことが、恥ずかしいと思ひました。これからは、どんどんその方にあった声掛けなど寄り添ったケアをしていきたいと思ひました。(H,M 介護士)



☆介護するために介助される方の事を知り、その方がどういう動きをしていきたいかを、その方に聞きだし、したいと思ひました。
(Y,T 介護士)

星が丘ホームの皆様のお元気の秘密がよくわかるブースも設置して、体験コーナーでは質疑応答が交わされていきました。いつでもお越しを!



You
Tube



「星が丘ホームと
八重ママ」
で検索を、
ユーチューブで
お届けしております。

今月のエッセンシャルオイル活用術

星が丘ホームではスタッフが自身の体調管理
利用者さまの体調管理のツールに自然の植物の力を取り入れています。
癒しや香りだけを楽しむだけでなく
健康をフォーカスして作られたエッセンシャルオイルを使用しています。

～お知らせ～

星が丘ホームで実践されているアロマケア
書籍になって皆様の手元へお届け出来る事となりました。

ご家族さま、
身近な方々へのお役に立てたら幸いです。
ご希望の方は
星が丘ホームに気軽にお声がけくださいませ。

★星が丘ホームではアロマ介護士が常に常駐しています
(気になる香りや効能、セラピー体験随時受付中)
詳細はホームに問い合わせてください。)

ご興味のある方はどなたでも
参加できますのでお気軽にご連絡ください。

☆フェミニンアロマについて
※紙パンツの弊害を軽減するため
9種類の精油をブレンドしたフェミニンアロマを
使用しています。
興味のある方はどうぞご連絡くださいませ。

☆好評中です☆

誰でもできる『アロマクラフト』講座予約受付中です。(講座費 1500円)

『介護アロマ、CBD研究会 (お食事込み)』

毎月第3土曜日 18:30～参加費 1000円

場所 星が丘コミュニティサロン3階(星陵高校前。どなたさまもお気軽にご参加ください)



☆ シェアハウス開設のための
寄付のお願い



阪神・淡路大震災から 30 年目を迎えました。
私たちはより切実な介護支援を痛感し、多くの皆様方の支援により星が丘ホームを
24時間365日運営し、23年を経過しました。
障がいの種別・世代を超え、ケアを必要とされている方に
必要なサービスを制度のあるなしにかかわらずこの間実践を積み上げてきました。
たび重なる介護保険法の改正により、軽度者への負担が強いられ、今後の課題として、生活弱者
のシェアハウスの必要性が高まってきました。「互いに助け合いながら地域で生き抜く！」
を支援する場として確立を目指しています。

是非とも、物件の提供及び、ご寄付の重ね重ねのお願いをいたします。
(一口3千円以上のご寄付の方はホームだよりに紹介させていただきます。)

振込口座 ゆうちょ銀行 14300-90413981