

いきいきだより

令和3年

2月 第140号

ケアランド通信「いきいきだより」

令和3年2月1日(月)発行 / 株式会社 和通 発行責任者 / 中田宏史

「お前百まで、わしゃ九十九まで、ともに白髪の生えるまで」そんな年齢まで夫婦二人で暮らせるなんて、夢のような話と云われていました。しかし、「人生100年」と言われる今、夢ではなく、現実の今、夢です。

呼び名は「老老介護」。妻や夫がハンドルを握り、そして買い物に行く、病院に連れて行く、日常の「コマ、その中で交わされる会話」いつまでこうして運転ができるだろうね...「足も腰も痛いし車がないと何もできないね」などと聞こえてきそうです。もし、免許を返納し、運転出来なくなると、生活様式を変えざるを得なくなるのです。

皆が公共交通機関の整備されている所に住んでいる訳ではなく、過疎が進む郊外などはなおの事、車が必要であり、また運転免許が個人のステータスでもあります。

運転免許証取得歴が長い人ほど自分の運転に自信を持っており、動体視力や、判断力の低下に自身が気づかない事が多く自動車の運転に危険をはらんでいます。

そこで、今回は免許返納を考えているあなたに、また自動車運転をする高齢者が身近にいて心配するご家族に一歩前に進めるヒントをお伝えできればと思います。

みなさんの記憶に新しい東京、池袋の高齢者が運転する車の暴走、自転車に乗っていた母と娘は死亡、他10名が負傷するという事故がありました。運転をしていた男性は脚が悪く、日常は杖を突きながら歩き、「車の運転はそろそろやめる」と周囲に話していたといいますが、悲し



い現実が彼の運転人生に幕を下ろさせることとなり、尊い命も絶たれてしまったのです。

警察では免許の更新をする70歳から74歳の方は運転免許高齢者講習、75歳以上の方はそれ以上に講習予備検査を受けなければいけないと1998年から義務化されてきました。

しかし、諸事情により返納には至らず、「そろそろ自分でも危険だ...」と思いながらの人、「私は他の人とは違う、大丈夫!」と思っている人が大勢いるのが現状です。

自治体によっては運転免許を返納することによって受けられるサポートがあります。

自主返納後の移動手段や生活が不安という高齢ドライバーとご家族が、マイカーに依存することなく充実した生活を続けられるよう、自治体や事業者等による地域の実情に応じた支援の輪が広がっています。

特集

高齢者と運転免許 免許返納を考えている方へ

【1面】



スマートフォンや携帯電話等で読みとり、チェックしてください。



和通グループ

ケアランド

- ◆ 居宅介護支援(ケアマネ)
- ▲ 訪問介護(ヘルパー訪問)
- ㊦ 通所介護(デイサービス)
- ㊧ 訪問介護(介護タクシー)



ケアランドかつらぎ
TEL 0736-23-1112
伊都郡かつらぎ町大敷136-2

ケアランド高野口
TEL 0736-42-3688
橋本市高野口町名倉234

ケアランド和歌山
TEL 073-474-4210
和歌山市黒田279-4

ケアランド紀の川
TEL 0736-77-5231
紀の川市豊田43-5

ケアランド伊都
TEL 0736-43-0710
橋本市高野口町向島171-4

ケアランド橋本
TEL 0736-32-9354
橋本市東家1-392-5

ケアランド御坊
TEL 0738-24-1094
御坊市野口1184

住宅型有料老人ホーム

シルバーレジデンス城西
TEL 073-424-0311
和歌山市北汀丁13

シルバーハイム太田
TEL 073-473-0510
和歌山市鳴神798-1

シルバーハイム新在家
TEL 073-475-4676
和歌山市新在家91-1

若宮シルバーハイム
TEL 073-402-1101
和歌山市有本653-2

御坊シルバーハイム
TEL 0738-24-0125
御坊市野口字小淵1351-1

和歌山シルバーハイム
TEL 073-441-7455
和歌山市三葛528-1

シルバーハイム太田II
TEL 073-473-5522
和歌山市鳴神784-4

伊都シルバーハイム
TEL 0736-43-2110
橋本市高野口町向島171-4

隅田シルバーハイム
TEL 0736-33-6660
橋本市隅田町垂井字女房坪61-10

ケアセクション

- ▲ 訪問介護(ヘルパー訪問)
- ㊦ 通所介護(デイサービス)
- ㊧ 訪問介護(介護タクシー)
- ㊨ 放課後等デイサービス
- ㊩ 児童発達支援

ケアセクションかつらぎ
TEL 0736-22-2125
伊都郡かつらぎ町笠田東72-3

ケアセクション伊都
TEL 0736-42-3910
橋本市高野口町名倉234

ケアセクション和歌山
TEL 073-475-0322
和歌山市黒田279-4

ケアセクション和歌山
TEL 073-471-5001
和歌山市鳴神803-1

児童デイサービス
TEL 073-475-0322
和歌山市黒田18-4

社会福祉法人
きのくに福祉会

ごぼうの郷
特別養護老人ホーム
ごぼうの郷 デイサービス
ケアランドきのくに
TEL 0738-22-5500
御坊市熊野44-4

ゆあさの郷
TEL 0737-63-3507
有田郡湯浅町大字湯浅2834

ウチの自慢コーナー

みかんちゃん
1歳6ヶ月の女の子

名前はお姉ちゃんがつけてくれました。時々会えるお兄ちゃん達も大好き。ママは私の事ひとめ惚れなんだって。四番目の子供としてメロメロ。今はママと三人の生活をエンジョイしています。

寒さや冷えは病気を引き起こす
原因になります。インフルエンザや感染症対策によるストレスを感じていませんか? お困りごとがあれば気軽にお電話ください。

☆毎月第3日曜日に開催していた
「ふれあい」は自粛とさせていただきます。

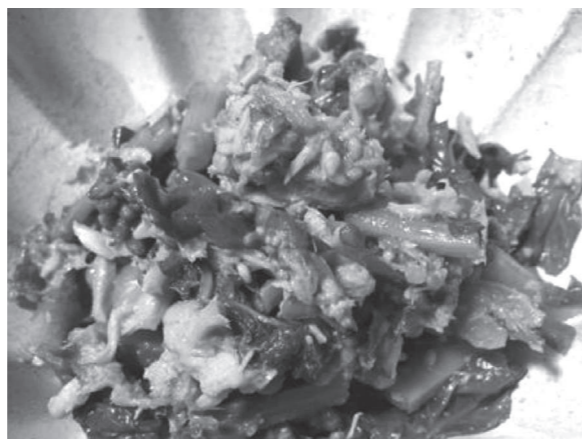
【お問い合わせ】ケアランド和歌山
0120-75-0309

季節のおすすめレシピ

菜の花とツナの簡単ごま油和え
ごま油の風味が良く、菜の花のほろ苦さにとっても良く合います。

作り方

- 湯を沸かし、塩(少々)を入れ菜の花を茹でます。冷水にさらし、水気を絞ります。
- 菜の花を長さ2cmに切ります。
- ボウルに菜の花、ツナを入れ一混ぜします。
- ごま油、塩(小さじ1/4)で味をみながら整え白ゴマをかけて出来上がりです。



材料 (2人前)

湯	適量	菜の花	200g
塩(湯がく時に使用)	少々	ツナ缶	1缶
塩(味付けに使用)	小さじ1/4	白ゴマ	適量
ごま油	大さじ1		

料理のコツ・ポイント

菜の花は茹で過ぎ注意。水気は良く絞らないと味も弱く、水っぽくなります。

by きん肉じい

- タクシー、バスの運賃割引。
 - 商品券の贈呈。
 - 百貨店の宅配料金の割引。
 - 美術館、飲食店の料金割引。
- など、特典内容は自治体によって異なります。お住まいの自治体でサービスをご確認いただき有効活用してください。
- また、免許返納特典が受けられる店舗にはロゴマークが貼られています。

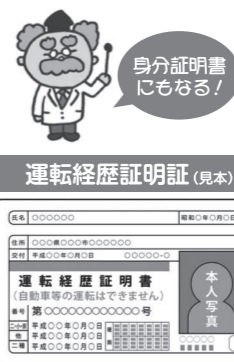


そのサポートを受けるために運転経歴証明書が必要になります。

誰もが受けることができるわけではなく、自主的に全ての免許返納手続きをした方に交付されるものなのです。運転経歴証明書を交付してもらえないケースもあります。

- 高齢者講習で受ける認知機能検査で免許が取り消しとなった場合。
- 免許を更新せずに、有効期限切れ(失効)させてしまった場合。
- 所有する免許の一部のみ返納する場合。(普通自動車免許のみ返納し、原動機付自転車免許は返納しない場合等。)

運転経歴証明書は免許返納手続と同時に申請するのが望ましいです。顔写真や氏名、生年月日が記載されているので身分証明書として使用することができます。代理人による免許返納も出来るようになります。手続きは難しくありませんが持参するものが必要になりますので、お近くの交通安全センターや警察署に問い合わせてください。



春にむかい、日差しも暖かになり身動きが少し軽くなったときに、自分の体調と置かれていく立場、生活様式を考えながら自らの意思で免許返納を考えるのが望ましいです。決して家族の無理強いであってはいけません。家族が心配ゆえに促されていることも心に留めてほしいです。笑顔で老後をおくる為の行動です!

【文責】 ケアランド 高野口 辻 康彦
【参考資料】 警視庁ホームページ

プレゼント

140号クイズ

なつかしい言葉です。
1961年(昭和36年)ごろに流行した言葉
子供の好きな物を並べた流行語になった言葉
「巨人(きょじん)・〇〇・卵焼(たまごや)き」
の〇〇に入る言葉は?

たいほう ①大鵬 はくほう ②白鵬 かしわど ③柏戸

答え ○ 番

138号の答え ②番
サンタさんのプレゼントは靴下の中

138号の当選者様
乾 朋子様 井 脇 孝様
坂下 田鶴子様 長谷部 雪子様
溝本 紀夫様



このクイズに正解された方のうち抽選で5名様に、素敵な景品をプレゼントします。ハガキにクイズの答えと、あなたの住所、氏名、年齢、電話番号をご記入の上、下記宛先までお送りください。(下欄を切り抜いてご利用ください。)みなさまのご応募お待ちしております!

締切り: 2月28日(日)当日消印有効
※当選者は次々号にて発表します。

【宛先】
▼下欄を切り取り、ハガキに貼って投函ください。

〒640-8341
和歌山市黒田279-4
ケアランド和歌山
「いきいきだより
クイズ係」

多数の応募者の中から厳正な抽選の結果5名の方がご当選されました。おめでとうございます。

ケアマネさん 募 集
ヘルパーさん

ケアランド各事業所
0120-75-0309

住みなれた街で 自分らしく暮らせるお手伝いを

是非ご自分で眺めを体感してください
シルバーレジデンス城西・みぎわテラス屋上より

お城近くの住宅型有料老人ホーム 2・3階
シルバーレジデンス城西

■ご入居、内覧予約など、あらゆる介護のご相談お気軽にご連絡ください。

0120-75-0309

利用条件 原則として以下の条件を満たす方
●要介護認定1以上と認定された方(認知症の方も含まれます)
●入院による治療が必要でない方