



通信

2019年10月号

エプロン

2019年10月15日発行
発行責任者 伊藤 裕重
〒177-0041 練馬区石神井町 8-53-24
TEL 6915-9315
FAX 6915-9316
E-mail : actepu@oak.ocn.ne.jp
HP : <http://epuron.ico.bz/>

地域に開かれた集い ご来場ありがとうございました。

今年も9月29日(日)にエプロン地域に開かれた集いを無事に開催することが出来ました。この集いを開催するにあたり、ご寄付、賛助会費で支えて下さった皆様、ありがとうございました。

当日は夜の開催にも関わらず、80名の方がご参加くださいました。

「介護講談」でしたが、決して暗く、悲惨なお話ばかりではなく3人の介護を経験されたご本人だからこそその介護の極意を映像で披露して下さい、皆さん大笑い!



メンバーと写真を撮る時にしあわせになる様にとぎゅっと抱きしめてくれる鶴瑛さん。

「介護」という重い映像なのになぜ大笑いが起きるのか。それは介護する側も笑っているからだと思いました。たぶん、介護されるお義父さんも楽しかったと思います。楽しくなるまでに何十年かかったのでしょうか。実母さんを介護した時はまだ10代だったそうです。そしてお義母さんを介護した時に延命しようかと思ったが、お義母さんが言った「もう十分だ」という言葉を聞いて自分の人生の終わり方も考えられたそうです。自分は最後に「楽しいこともしたし、おいしいものも食べたし、もう十分だ。」と言えるだろうか。人生の終わり方は人それぞれだが、それを尊重して送り出せるようにしたいと思いました。

かかりつけのお医者様は死亡診断書を卒業証書とおっしゃったそうです。お義父さんは最後、大好きだった早稲田大学の校歌と万歳三唱に送られて旅立たれたとか。

予告!

2019年11月17日(日) 10時~14時

エプロンまつり やりますよ~!

今年も地元の野菜、お菓子などお楽しみに!



デイサービス・敬老の日

敬老の日の昼食

お赤飯にしました。

ささみのフライ、里芋の煮物
小松菜お浸し
煮豆、香の物
お吸い物



・スリッパ飛ばし選手権！
スリッパ飛ばしに自信のある選手の皆さん。昔取った杵柄と真剣。優勝はどなただったかは、ないしょ。皆さん童心にかえって思いっきり、エイ！たくさん笑ってストレス発散しました。



<認定NPO 法人 エプロンへの賛助・寄付をお願いします。>

エプロンは2014年8月に認定NPOを取得しました。

認定NPOへの賛助会費・ご寄付は、エプロンが発行する領収書を添付して確定申告をすることで税制優遇の対象となります。

(但し、課税対象者に限ります)

エプロンでは多くの方のご寄付・賛助(1口1,000円3口以上)をお願いしています。皆様からのご寄付はエプロンの運営、地域活動に使わせていただいております。ご協力をお願いいたします。

*エプロンに3,000円を寄付した場合の例

①所得税の控除

(3,000円-2,000円)×40%=400円

②地方税の控除

(3,000円-2,000円)×10%=100円

確定申告された場合、

合計¥500円が還付されます。

入ってよかった！アビリティ共済

アビリティ共済はACT会員どうしのたすけあい制度です。みんなで出し合った保険料は思わぬ病気やケガをしたACT会員に役立てられます。ACT会員自身が保障内容を決めている自前の仕組みです。また、皆様から寄付して頂いている共済配当金は地域の人と人を繋ぐ地域活動に使われています。

<保障プラン例・すりむ>

保険料	15~19歳	860円
(月額)	20~24歳	1,000円
	25~29歳	1,400円
	30~34歳	1,600円
	35~39歳	1,620円
	40~44歳	1,570円
	45~49歳	1,620円
	50~54歳	1,750円
	55~59歳	1,960円
	30~64歳	2,060円
	35~69歳	2,510円
	70~74歳	3,160円
	75~79歳	4,450円

契約年齢・満15歳〜84歳

エプロンはACTと連携して共済運動を推進しています

*入院(1~60日目)

日額 4,000円

*手術

健保の診療報酬点数により

入院日額の1~20倍

*傷害通院(50日限度)

日額 1,000円

*ワーカーズ・ケア費用

上限 ¥200,000

お近くのたすけあいワーカーズがケアに伺います。

全てのプランで保険料が下がりました！

アビリティ共済事務局までお問い合わせください。

03-5302-0391

この記事の責任：アビリティ共済事務局 2018-99-023

11月の「おわんの会」

2日(土)、21日(木)

12:00~14:00 ¥300

おにぎり、汁物、1品、飲み物付

エプロン関町：関町北2-33-12-101

03-5991-7132 (TEL/FAX) 担当：永山

*今月の「喫茶 ちょっと・ホッと」

<プログラム>

2019年11月3日(日) 11:00~14:00

健康麻雀(予定)

参加費¥600(軽食付き)先着10名

プログラムのみ¥100

申込み：03-5910-7080

(月~金 10:30~16:30)

編集後記：台風の被害が続いています。甚大な被害があった地域の皆様、お見舞い申し上げます。地震の備えだけでなく、水害、停電の準備もなくてははいけませんね。台風19号ではスーパーから水やパンがなくなっていて困りました。早めの準備を心掛けましょう。(h)