



# どうざが便利

2023年度 第3号

発行:2024年1月1日

幸田町北部地域包括支援センター

題字:幸田町菱池 松本 芳枝様

新年あけましておめでとうございます。幸田町北部地域包括支援センターです。

令和6年最初のどうざが便利をお届けします！

## ちょこっとためになる話

### 突然の入院や通院で出費が高額に…

#### そんなときどうする？



みなさん高額療養費制度というものを聞いたことがあるでしょうか？

高額療養費制度とは、医療費の負担が重くならないように申請すると払い戻しが受けられる制度です。

病院や薬局の窓口で支払った額がひと月で上限額を超えた場合にその超えた金額を支給されます。年齢や所得に応じてその方の支払う医療費の上限が定められています。

また、あらかじめ申請をして「限度額適用認定証」を入手しておくことで窓口での負担が限度額までの支払いで済むものもあります！

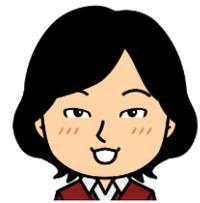
→詳細や申請はご自身が加入している公的医療保険の窓口へ

上手く制度を活用して負担を軽減していきましょう！



社会福祉士 長内

# 北部圏域の地域社会資源紹介



保健師  
西山

## 身近な『ふれあい・いきいきサロン』をお知らせします

当センターの担当地区には、6カ所のサロンが活動しています。サロンは、高齢者の方などが身近な場所に気軽に出かけて、お茶やお話、ゲーム等を行い生き生きと元気に暮らすことを目的としています。今回は一部を紹介します。

### 東部地区：

まずラジオ体操からスタート。第2体操まで行くと体も温まり、会話にも熱が入る!?他にも、抹茶や季節のお花を生ける等を気軽に楽しんでいます。



### 鷺田(虹の会)地区：

今年は、えこたんバスでお出かけも復活しました。12月は年始のお花を生け、リズム体操や脳トレも多くなります。

### 大草(きらく会)地区：

毎回15名ほどの方が、友人と連れ立ってみえます。会歌や季節の歌の唱歌、脳トレゲームも多く取組まれています。12月はクリスマス会が盛大に開かれ、ビンゴゲームで盛り上がりました。



### 長七郎江戸日記

長七郎江戸日記というテレビ時代劇がある。正式名を松平長七郎長頼といい、里見浩太郎の主演で弱いものをいじめる悪人をやっつける勧善懲悪のおきまりの時代劇だ。長七郎は三代将軍家光の弟、忠長の息子として描かれている。忠長は家康の孫であるから、長七郎は家康の曾孫にあたる。しかしながら現実には忠長に息子は存在しない。つまり架空の人物なのだ。忠長は父秀忠（二代将軍）に嫡男である家光よりも溺愛され育ったため、自分が家光よりもずっと優れていると思い込み、家光に反抗し素行の悪さが目立ったため、最後は弱冠28歳で自刃させられている。



ちなみに家光と忠長の弟に保科正之という人物がいる。父の2代将軍秀忠は正室のお江に頭が上がりず、側室を持たなかったため外に出たときに身分の低い女性と関係を持っていた。そのときできたのが正之で、身分が低いため江戸城に入ることはできず、保科家に養子に出された。兄の家光に会うのは元服してからで、家光は聡明、頭脳明晰で自分を支えてくれる正之を終生かわいがった。私にはこの保科正之が松平長七郎とどうしても重なって見えるのである。



次号に続く！

幸田町菱池

伊藤 博章様からのお便り



幸田町大草 K様と幸田町坂崎 O様から  
いただきました。

～クリスマスの飾りとともに



## 皆様の作品

### 幸田町 清水信子様のお絵手紙作品

病気をされてから中断していた作品づくりを復活していただきました。

力強い作品です！！



## 北部包括からのお知らせ

### ☆認知症カフェ

すぐみちカフェ

3/5 火曜 14時～

坂崎公民館

1/23、2/20 火曜 14時～

大草老人憩いの家

1/16、2/6 火曜 14時～

### ☆家族交流会

坂崎公民館

1/17、2/21、3/27 水曜 14時～

幸田町北部地域包括支援センター TEL:0564-62-5516

<編集後記>

北部包括、第3号のお便りです！お楽しみいただけましたでしょうか？皆様からのお便りをどんどん載せていきたいと思っております！皆様からのお便り、投稿お待ちしております。

K