



# おにぎり通信

2015年9月12日(土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、四ツ谷周辺と銀座、日比谷公園、東京駅

周辺で生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

来年の平成28年度政府予算の概算要求が、8月末までに行われました。年金や医療費、生活保護費等の社会保障費の増加は、要求の段階で6,700億円まで認められました。この増加は、高齢化に伴う年金・医療費の増加によるところが大きく、生活保護費については、「生活保護を必要とする人に対して確実に保護を実施する」ことを目標とする一方で、「生活保護制度が国民の信頼に答えられるよう、就労による自立支援の強化や医療扶助の適正化等を進める」ことにより支出の抑制を図ることで、増加は371億円に抑えられています。国の赤字が膨らむ中、生活保護制度の効率化を目指すこと自体は大切ですが、そのための政策、例えば、生活困窮者の就労支援強化について見ても、あまり具体的・効果的なものは提示されておらず、このままでは支出抑制だけが進み、高齢化の進展と共に、1人あたりの扶助額がさらに減っていくことになりかねない状況です。

☆8月31日(月)福祉行動報告

どなたもお見えになりませんでした。

次回の福祉行動:9月13日(月)

東京駅丸の内北口地下に朝8時30分までに集合してください。

喫煙所横、コンビニの並びの赤富士の絵のところに「おにぎり通信」を持った者が待機しますので、声をかけてください。病気やケガの治療を希望される方や体を休めたい方と一緒に「福祉事務所」や「聖イグナチオ生活相談室」まで同行します。福祉行動は原則、毎週月曜日に行います。福祉行動は、参加される方が、ご自身の希望をご自身の言葉でハッキリと福祉事務所に伝えることで成り立ちます。

最寄の福祉事務所と生活相談室

中央区福祉事務所...中央区築地 1-1-1 中央区役所4階

千代田区福祉事務所...千代田区九段南1-2-1 3階

聖イグナチオ生活相談室...千代田区麴町6-5-1

## 【白内障】

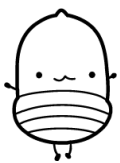
目の代表的な病気である白内障は、いろいろな原因で起こりますが、最も多いのが年齢を重ねることによるものです。白内障は誰でもかかるもので、40代で約4割、50代で約6割、60代で約8割、70代で約9割、80代ではほぼ全ての人が発症すると言われています。白内障の症状としては、

- 霞がかかったようにぼやけ、かすんで見える
- 細かい文字が（老眼の場合に老眼鏡をかけても）良く見えない
- 太陽や照明等がまぶしくギラギラ見え、逆に暗いところで見えにくい
- ものが二重、三重に見える

といったものがあります。

白内障は目の中の水晶体が白く濁るため、目がかすんで徐々に視力が低下していきます。このため、白内障を発症していても老眼が強くなったと勘違いしがちです。目の老化現象である白内障を完全に治療（根治）するためには、今のところ、手術が唯一の方法となっています。白内障の手術は、濁ってしまった水晶体を取り除き、その代わりとなる人工のレンズを入れるという方法で行われています。かつては手術に何時間もかかり、入院期間も1週間ほど必要でした。しかし、現在の手術は、熟練した眼科医であれば10分程度で終わることができ、痛みの心配も殆どなく、大半の症例では日帰り手術も可能になっています。日常生活に不自由を感じるようになったら、手術に踏み切る時機となります。

白内障は、特別な人だけがかかる病気ではありません。白髪やシワ、体力の衰えと同じように、どんな人でも年を重ねるとともに進行していきます。昔は日本でも失明の原因となる病気でしたが、現在では比較的簡単な手術で視力が回復できるので、怖い病気ではなくなりました。人間の感覚の中で重要な「見る」という器官の衰えは、脳や精神的な機能の低下へと発展しかねませんので、放っておかず、早めの治療が効果的です。



おにぎりを包んでいるラップや読み終わった通信は放置せず、ゴミ箱に入れるなど、片付けにご協力をお願いいたします。おにぎりは必ずその日のうちにお召し上り下さい。また、お1人1個でお願いします。

よつや なかま れんらくさき  
四ツ谷おにぎり仲間 連絡先：080-7795-8535