

いきいき活動 セミナー紹介

🍵 茶話会

- 日時：偶数月第2土曜日10:00~12:00
- 参加費：500円

テーマを決めて講師を呼んで話を聞いて相談したり、後半の時間は皆さんの近況報告や、困りごとなどをざくばらんに語り、知恵を出し合うなどゆったり過ごします。また、音楽会、食事会、散策なども行っています。

◆6月の茶話会の案内◆

- 日時：6月13日（土）午前10時～
- 場所：ぴーぷるセミナールーム
- テーマ：「ケアマネジャーさんに聞いてみよう」
 - 介護保険制度を利用するには何からやればいいのか？
 - 利用できる介護サービスにはどんな種類があって、費用は？
 - ケアマネジャーさんはどこで探すの？

日頃の皆さんの悩み、不安を直接ケアマネジャーさんに聞く機会を設けました。



🌸 いきいきフラワー教室

- 日時：毎月第4木曜日10:00~12:00
 - 講師：内山早智子 参加費：500円、花代2000円
- 生花、造花、生の植物などいろいろな花を使い、組み合わせて、花束、アレンジメント、リーフ制作などを教えてもらいます。皆さん思い思いに楽しく作っています。

★いきいき体操

- 日時：毎月第1木曜日10:30~12:00
 - 講師：沼野由美子 参加費：500円
- 椅子に座っての体操を中心に1時間半、身体を動かします。
脳トレも交え、たとえ上手くできなくても大丈夫！との先生の言葉に励まされながら皆さん笑顔で運動を楽しんでいます。

🀄 健康マージャン教室

- 日時：毎月第1木曜日17:00~20:00
：毎月第2金曜日10:00~12:00
 - 講師：佐藤典生他 参加費：500円
- 巷で大人気の健康マージャン、ぴーぷるセミナーでも大盛り上がりです。
牌を初めて触ったという方も、今では点数も数えることができ、皆さん燃えています。
最大4卓同時にできるので、これから始める方も、いつからでも参加できます。



◇憲法カフェ

- 日時：毎月第4月曜日10:00~12:00
 - 講師：弁護士 石塚 徹 参加費：500円
- 「高市政権は、何をしようとしている？」「国際法って守らなくてもいいの？」
毎日のニュースで、何で？と首を傾げたり、だまされちゃいかんぞ！と思ったりしますね。
講師の石塚 徹弁護士に、そんなテーマに沿ってお話して貰います。

お茶しながら、わいわいみんなでおしゃべりしましょう★

ぴーぷるニュース

〈発行〉
一般社団法人権利擁護
支え合うぴーぷる
2026年6月 (No.31)

《 支え合うぴーぷる講演会 》

終活を考える



【開催日時】

2026年

7月11日(土)

10時～11時15分

参加費：無料

終活という言葉が定着してきた昨今ですが

- ・何のためにやるの？
- ・やるとどんないいことがあるの？
- ・何からてをつければいいの？
- ・終活のために知っておきたいことは？
- ・エンディングノートの役目は？

皆さんと一緒に考えていきたいと思います。

講師

社労士・ファイナンシャルプランナー
小野田 理恵子さん

場所

池内わらべ保育園2階
昭和区明月町3-6-2



お申込みは下記のTEL・FAX・メールにて

主催：一般社団法人権利擁護 支え合うぴーぷる

TEL：(052) 838-8811 FAX：(052) 838-8810

Email：people@tsuruma.net

住所：名古屋市昭和区御器所通3-18 エスティプラザ御器所4C (セミナールーム)

ホームページ



いきいき活動案内 2026年6月・7月・8月～

お申込みは、なるべくFAX、メールにて、各々1週間前までにお願ひします。先着順で定員になり次第締切となります。日程変更や開催中止となる場合があります。ご了承ください。

	開催日時	参加費・定員/内容・備考	定例開催・予定
いきいき体操 体操指導：沼野 由美子	第64回 6月4日(木)	椅子に腰かけてどなたでも	第1木曜日 10時半～12時
	第65回 7月2日(木)		
	第66回 8月6日(木)		
健康マージャン 指導：佐藤 典生 他	100回 6/4(木)101回 6/12(金)	500円・12名	第1木曜18～20時 第2金曜10～12時 8月金曜は7日
	102回 7/2(木)103回 7/10(金)	12名	
	104回 8/6(木)105回 8/7(金)		
下町アロマ教室 アロマコーディネーター ：小川 けいこ	第56回 6月17日(水)	500円・8名 材料費1,000円程度	第3水曜日 10時～11時半
	第57回 7月15日(水)		
	第58回 8月19日(水)		
アクセサリ作り 講師：仲野 厚美	第56回 6月17日(水)	500円・10名 材料費1,000円程度	第3水曜日 17時～18時半
	第57回 7月15日(水)		
	第58回 8月19日(水)		
いきいきフラワー教室 フラワーアドバイザー ：内山 早智子	第65回 6月25日(木)	500円・8名 花材代2,000円	第4木曜日 10時～12時
	第66回 7月23日(木)		
	第67回 8月27日(木)		
名作映画を楽しむカフェ 担当：岸 清江 高木 千嘉子	第26回 7月14日(火)	10名	奇数月第2火曜日 10時～12時
わくわく遊び 担当：泊 寿江 亀井 美和子	6月9日(火)	500円・10名 折り紙など	偶数月第2火曜日 10時～12時
茶話会 お話：ケアマネジャー	第27回 6月13日(土) ケアマネジャーさんに聞いてみよう	500円 *表面参照	毎偶数月第2土曜 10時～12時
憲法カフェ 講師：石塚 徹 弁護士	第54回 6月22日(月)	500円・10名	第4月曜日 10時～12時
	第55回 7月27日(月)		
	第56回 8月24日(月)		
パソコン教室 PINパソコンクリニック ：柴田民雄	随時	人数や内容により異なる	お問い合わせください
		希望をお知らせ下さい	

連絡先：〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通3-18 4C
TEL：052-838-8811 FAX：052-838-8810
mail：people@tsuruma.net 一般社団法人権利擁護 支え合うぴーぷる

ぴーぷる
HP→



◇支援員日記◇

【買い物同行支援】

介護付高齢者住宅へ入所されて3ヶ月の方が、化粧品がなくなったので買い物に行きたいとお電話を頂きました。以前住んでいた自宅近くのお店に行きたいとのご希望で、タクシーに乗って出かけました。顔なじみの店員さんもみえて、眉ずみ、口紅、ファンデーション等を購入し、その後近くのお寺までゆっくりお散歩、顔なじみの僧侶さんと一緒にお抹茶をいただくことができとても喜ばれました。買い物同行支援は、支援員も一緒に楽しませていただいています。

会員さんの声

ぴーぷるのセミナーに参加してよかった 会員 S. T

88才の義母が自宅での生活が難しくなり「安心して暮らせるにはどうしたらよいだろう」「どんな施設がいいのだろう」と悩み、ぴーぷるへ相談しました。

早々にぴーぷるの茶話会でいつもお話をしていただくケアマネジャーさんへ繋いでいただき、話を聞いていただきました。認知症と思われる症状があるため、グループホームが小人数でアットホームな環境で義母に合っているのでは、と助言をもらいました。

そして更に、一年前のぴーぷるセミナーで施設探しの講師をやられた方に施設紹介をお願いしました。施設見学の同行もしてもらえ、私のわからないところを一緒に確認してもらい、大変心強く本当に助かりました。不安そうだった義母の表情も柔らかくなりました。

全くの手探りで不安な施設選びでしたが、ぴーぷるを通して専門家の方にアドバイスももらうことができ、義母も家族も安心して入所施設を決めることが出来ました。

5月で既に猛暑日となりました。気候変動も我々の生命を脅かしています。

国会で、健康保険法の改定が審議されています。健康保険制度により国民は疾病負傷の時、診察・薬剤・処置・手術をセットで等しく保険給付を受けられ、安心・安全な医療が保障されてきました。しかし、「一部保険外療養」を盛り込んだ今回の健康保険法の改定は、公的医療制度の運用を根底から覆し、患者の負担を増大します。

OTC医薬品は、薬局やドラッグストアで処方箋なしで買える「市販薬」のことです。OTC類似薬とは、OTC医薬品（市販薬）とほぼ同じ薬で、医者が処方したものをいいます。今回の改定は、このOTC類似薬を保険の対象外にしようとしています。

花粉症、アレルギーなどのフルナーゼ点鼻薬、痛み止めのロキソニン、胃痛・胃もたれのガスター10、熱・のど・鼻水のバイロンPLなど、医療用医薬品と同一成分同一用量配合で健康保険外しと呼応した新しいOTC医薬品が既に販売されています。また、成分や量が同じでも、医者の処方がされていないため、効能・効果の範囲、用法・用量が医療用とは異なるため、思わぬ副作用などを招き、健康被害を起こしかねません。

今後も保険給付外しの医薬品が増え、「命も金次第」になるかと思うと、怒り心頭です。私たちの生命にかかわる問題です。今後も国が何をしようとしているのか、注視しなければいけません。

また、内閣は「食糧法」の一部改定案を国会に提出し衆院での審議が始まりました。この改定は、あのコメ不足の時、時の農水大臣の小泉氏は「自給率を上げる」とまで発言しましたが、現行法のコメの備蓄と安定供給に関する国の責任を、「生産者と民間業者」に押し付ける改悪となっています。

「戦争放棄」、「国民主権」の憲法のもとで、国民を大事にしない、国民にお金を使わない政治はもうウンザリです。止めたい、変えたい。

理事長 水谷 暎子