



2023年 7月
第 192号

シーダ・ウォーカー

時事寸考

シーダ・ウォーク施設長、医師の吉田です。マイナンバーカードの登録不具合が問題になっています。数字 12 桁の個人番号(マイナンバー)が記載された顔写真付きの IC カードで、身分証明書として利用できるものです。利用者証明用電子証明書の機能がついていて、これを使って健康保険証を紐づけし、従来の保険証は廃止しようということなのですが、ご存じの通り登録に際してさまざまな混乱がおきています。

12 桁の個人番号は 2016 年 1 月に各個人に割り振られていて紙の通知書が配布されました。また、それ以前には住民票コードという 11 桁の数字が割り振られていて(個人番号はこれを変換したものです)、2003 年から希望者に住民基本台帳カード(住基カード)が配布され、コンビニなどで住民票の写しや印鑑登録証明書を取得することができましたが、あまり普及せず、マイナンバーカードの発行開始にともない終了しています。



マイナンバーカードは、住基カードに電子証明書機能をつけたようなもので、健康保険証や、将来的には運転免許証などにも紐づけしようというわけです。私は住基カードは持っていませんでしたが、個人番号の紙の通知書は保存性に問題があるので、5 年前にマイナンバーカードを取得しました。電子証明書の有効期限は 5 年なので、そろそろ役所まで更新にいかねばなりません。誤登録は論外ですが、施設利用者が健康保険を利用する場合に従来の保険証が廃止されたらどうするのでしょうか。施設でマイナンバーカードを預かるわけにもいかないと思いますが。

栄養科より今月の一押しメニュー

7 月 7 日、七夕の昼食には「五目ちらし寿司、豆腐の味噌汁、土佐煮、デザート」をご用意しています。暑さに負けないよう水分や食事をしっかりと、元気にお過ごしください。



シーダ・ウォーク ロビーコンサートの 演者さんを募集しています

土曜日の午後に 1 階のロビーでコンサートを実施しています。(歌、楽器演奏、ダンスなど) 現在、演者さんを募集しております。ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

03-5311-6262

2023 デイケア 鯉のぼり

正面玄関の横のガラス窓いっぱい大きな鯉のぼりのオブジェが飾られているのをご覧になった方もいると思います。



デイケアのご利用者とスタッフの作品です。鯉のうろこの 1 枚 1 枚はちぎり絵でできています。



小さな兜も皆さんに作っていただきました。こうした手作業は指先のリハビリだけでなく、認知機能への刺激や、完成させる達成感など、多くの効果があるそうです。

5 月はコンサート三昧でした

5 月は 3 週にわたってロビーコンサートを楽しんでいただきました。「ソプラノ&ピアノ 初夏のクラシックなひと時」「初夏のコンサート ～いぶし銀の調べ!～」 「クラシックギターの音色を歌とともに♪」と、タイトルだけでもワクワクする素敵なコンサート。ご利用者もマスクをしながら一緒に歌って楽しいひと時を過ごされました。



2023 年 6 月 25 日発行 vol.192 発行責任者: 吉田晴彦
編集責任者: 落合直樹 発行: 社会医療法人河北医療財団
介護老人保健施設シーダ・ウォーク
〒167-0034 東京都杉並区桃井3-4-9
TEL. 03-5311-6262(代) FAX. 03-5311-6180
<https://kawakita.or.jp/suginami-area/cedar/>



「シーダ会」(園芸ボランティア)つて どんな活動を しているの？

●「シーダ会」(園芸ボランティア)とは
杉並区の認知症予防教室の卒業生で
作るボランティアグループです。
シーダ・ウォークの屋上や1階花壇の水
やりや草取り・花壇の手入れや野菜の
植え付け、収穫など、多岐にわたる園
芸活動にご協力いただいています。



のらぼう菜という
野菜の種をとっ
ています



屋上の草取りをし
ています



シーダ会の皆様です!!
黄色のベストが目印です



ジャガイモとれました～



収穫したジャガイモ

いつもありがとうございます!!

苺とハーブを
収穫しました



ハーブ収穫中

ハーブティーで頂きました



真っ赤な苺ができました

シーダでは、屋上やフロアで植物や
フルーツを育て、収穫する機会を設
けています♪
定期的に行っていきたいと思いま
すので、ご興味がある方は職員まで
お声がけください!!