

# ライフサポート：はた

「学習会やイベント等」のご報告  
(皆さんの、ご参加をお待ちしています！)

N069 : 2023. 4. 7

四万十市中村大橋通7丁目1-24

連合高知西地協 TEL:34-9191

発行責任者：事務局 伊達幸雄

色々な組織やクラブに参加している方も多いと思いますが、何か面白い話やイベントなどがあればお知らせ下さい。皆さんからの投稿をお待ちしています。

<1月11日(水) 10:00~10:40>

講演:「DXについて考える」

講師: こくみん共済 coop 中村支所長 穂刈 大輔 さん



○DXとは、デジタルトランスフォーメーション(Digital transformation)のことで、ICT技術やデジタルマーケティング分野でよくつかわれる言葉です。意味は「デジタルを効果的に活用し提供が出来るよう、ビジネスや組織の活動・内容・仕組みを戦略的、構造的に再構築していくこと」です。

○生活に存在しているDX

- ①電子マネー決済・・・セルフレジやスマホ決済など(中国では屋台でも使用できる)
- ②デジタル授業・・・ひとり1台のタブレット端末・電子黒板・共通テスト「情報I」など
- ③マイナンバーカード・・・行政サービスの効率化・運転免許証、健康保険証やキャッシュレスカードとの一体化・給付金や還付金の受け取りがスムーズになる
- ④車検証の電子化・・・自動車整備工場の業務負担軽減・スマホアプリから登録内容が確認できる

○産業やビジネスにおける様々なDX

- ①AIによる自動運転・機械のメンテナンス・スマート漁業など
- ②在宅勤務(テレワーク)・AIにおける自動音声システム・書類のデジタル化など

○DX導入のメリットとデメリット

メリット ①生産性の向上 ②人手不足解消など

デメリット ①初期投資の費用 ②セキュリティ

③ITへの意識改革、人材確保(育成)などの課題がある。

○「お役立ちDX」とは、デジタル社会における生活・事業環境の変化を見据え、時代にあわせた事業のあり方にむけてデジタル技術を活用して変革を行うことです。

- ①「お役立ちDX」は新しい働き方を踏まえ、体制・役割を最適化する
- ②「お役立ちDX」により、事業・お支払い等の業務を高度化・効率化する

まずは身近なDXから、こくみん共済 coop「マイページ」の登録をお願いします！！

<2月1日(水) 10:00~11:00>

講演:「日本と中国の違い」

講師: 四万十市国際交流員 蔣 潔程 さん



### 《自己紹介》

- 1994 年生まれ・2015 年来日・2020 年 10 月から四万十市国際交流員として働き始めた。
- 出身地…湖南省永州市(湖南省南部面積 2 万 2 千km<sup>2</sup>・人口 518 万人)
- 出身校…貴州大学日本語学科卒・広島大学大学院社会福祉学部卒
- 趣味…旅行・国や文化が異なる人と交流する・辛いものを食べるのが大好き

### 《日本と中国の違い》

- 高齢化率(2020 年の 65 歳以上)  
日本 : 28.8% … 先行的に高齢化している。  
中国 : 13.5% … 一人っ子政策で高齢化のスピードが速い。
- 退職年齢  
日本 : 定年を 60 歳から 65 歳に引き上げている。  
中国 : 定年が男性 65 歳・女性幹部 55 歳・女性工員 50 歳(2030 年には段階的に 65 歳に)
- 平均寿命  
日本 : 男性 81.64 歳 女性 87.74 歳(2020 年)  
中国 : 77.3 歳(2019 年)
- 初任給  
日本 : 22.54 万円(2021 年)  
中国 : 11.3 万円(2021 年)
- 年金・退職金  
日本 : 国民年金・厚生年金・共済年金 退職金は別に支払われる。  
中国 : 年金と退職金をはっきり区別していない。貰える金額の中に両方を含めている。



## 確定申告

2月~3月にかけて、令和4年分の確定申告学習会を行いました。

還付の申請はいつでもできて、5年前までさかのぼって申告できるので、まだ確定申告をされていない方で、ご希望の方はご連絡下さい。

場所	相談件数	還付金額
西地協	26件	452,921 円
宿毛市	4件	185,467 円
土佐清水市	5件	71,386 円
合計	27件	709,774 円

<3月1日(水) 10:00~11:00>

講演:「認知症の理解とかかわり方」

講師:四万十市 地域包括支援センター

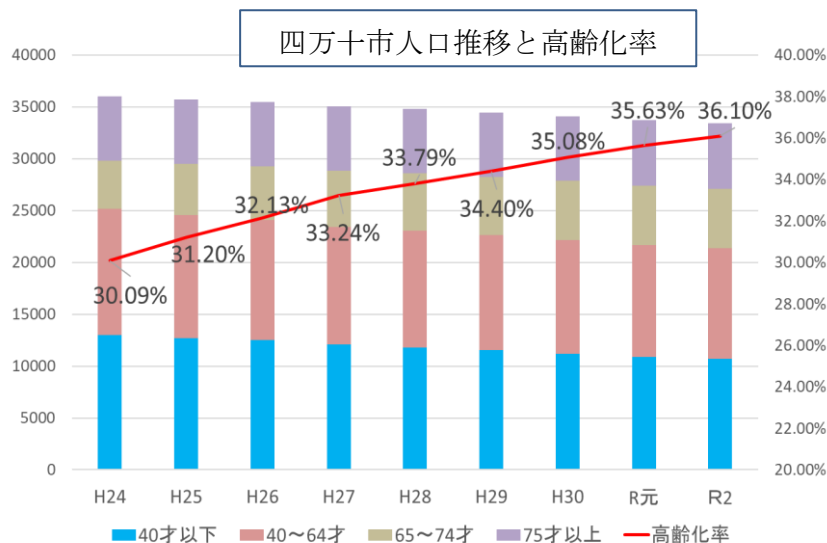
江口 亜里抄 さん、安岡 稚奈 さん



○日本の高齢者の約4人に一人は軽度認知障害、約7人に1人は認知症です。

○四万十市の人口は3.26万人で、高齢化率が37.1%と高い状態になっています。

今後も高齢化が進む事が予想されるので、ますます医療費や介護費用などが膨らみます。団塊の世代が75歳以上になると、2025年には4人に1人が後期高齢者になり、多くの高齢者を少ない若者が支えていくという時代になって経済的にも大変な状況になります。



○認知症の種類

- ・アルツハイマー型認知症
- ・脳血管性認知症
- ・レビー小体型認知症
- ・前頭側頭型認知症
- ・若年性認知症

《認知症は、早めに見つけて早めに治療することが大切です》

- ・早期に治療することで症状が**改善する**ことがある
- ・**進行を遅らせる**ことが可能な場合がある
- ・記憶や判断力が明確なうちに**備える**ことができる

認知症の方への対応の心得  
3つの「ない」

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

さっきのことも忘れてしまうけれど・・・

- \*楽しい      \*うれしい
- \*悲しい      \*こわい

♪気持ちは今までと変わりません♪

☆認知症予防のために「何をしたらよいか」ではなく、どう刺激ある日常を送るかが大切！

### 【認知症の相談先】

地域包括支援センター(四万十市役所) TEL 0880-34-0170

認知症疾患医療センター(渡川病院) TEL 0880-37-4649

こうちオレンジドクター 名簿を県のホームページで公開中

## 行事報告

### 田ノ浦観音さまウォーク(労金友の会主催)

3月29日(水)に労金友の会主催の「田ノ浦観音さまウォーク」が行われ、新型コロナウイルス感染症の反動なのか52名の参加者があり、楽しく盛大なイベントになった。

朝10時の集合時間なのだが、待ちきれずに(年寄りには早起きか?)時間前に上り始める人や駐車場で久しぶりに会う人などあり、賑やかな出発となった。

出発して畑の終わりまでは緩やかな登りで余裕の会話ができていたが、そこを過ぎたあたりから坂が急になりはじめ、会話もとぎれがちになる。前に4~5人の人が止まっているので、そこまで行くと眼下に田ノ浦の家々と太平洋が一望できた。一息ついて水を飲み、再び歩く。すると中間点の休憩所があり、また休憩する。そこから最後の大回りを曲がると観音さまの境内に到着する。

そこで、住職のお説教を聞き、心洗われた後にお楽しみ豪華弁当を頂き、三々五々解散した。天気も良く楽しい一日を過ごすことが出来た。

幡多LSC 事務局次長 宮本 博行



## チャリティゴルフ大会

昨年は秋のチャリティゴルフ大会を3年ぶりに行いましたが、今年は春のチャリティゴルフ大会を

**6月14日(水) に 四万十カントリークラブ** で開催することになりました。

今年も多数の商品を用意して開催する予定です。多数の参加者が参加できるように会員の皆様の呼びかけをお願いします。今大会もチャリティの寄付を社会福祉協議会へ送ります。

支え合い・助け合う社会をつくり、  
暮らしをまもる！  
笑顔あふれる未来をめざし  
力を合わせ、ともに進もう！



第12回メーデー高知西地域協議会  
主催 高知西地域協議会  
協賛 高知西地域協議会  
後援 高知西地域協議会

今年も

もち投げ・バーベキュー  
もありますよ～

♪もちろん、お楽しみ抽選会もあります♪

たくさんのご参加をお待ちしております！

第12回 連合高知西地域協議会メーデー

日時 2023年4月22日 土 10:00開会

会場 渡川緑地  
(赤鉄橋下流具同側)