むつみ荘だより

2026年10月　第342号

医療法人社団　なごみ会　老人保健施設　あさぎりむつみ荘
〒673-0852　明石市朝霧台 1120-4　TEL（078）911-0623
なごみ会ホームページ　http://www.nagomikai.or.jp/

膨らむ 介護給付 準備基金

～各自治体が『自己防衛的』に運営が原因～



医療法人 なごみ会
理事長 横山 光昭

将来の介護保険サービスに充てるために各市区町村が積み立てた基金の残高が、サービス費用の増加率を上回るペースで膨らみ続けています。介護保険制度では、サービス費用のうち 1～3 割を利用者が自己負担し、残りを税金と、自治体が 40 歳以上の人から集める保険料で賄われています。（図 1）

介護保険財源負担割合（令和9年度から11年度）

介護保険給付費及び地域支援事業費の財源の主な負担割合は政令で定められている。

保険料（50%）		公費（50%）			
第1号被保険者 介護保険料	第2号被保険者 介護保険料	国 負担金	国 調整交付金 ※	県 負担金	市 繰越金
23%	27%	20%	5%	12.5%	12.5%

※　国の調整交付金については、市町村間の介護保険財政格差を調整するために交付されるものであり、5%未満又は5%超の交付率となる市町村がある。

（図 1）

処が　65 歳以上の人からの保険料額は、サービスの利用状況などをもとに各自治体が決め、自治体により最大で 3 倍近い差があります。（図 3）集めた保険料が余れば、**「介護給付費準備基金」**として積み立てる仕組みとなっています。（図 2）

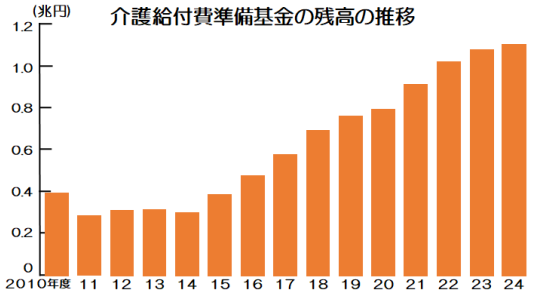
厚生労働省の「介護保険事業状況報告」によると、基金残高の総額は 2010 年度に 3961 億円。11～14 年度は 3 千億円前後が、以降は増え続けて、今年（2026 年）８月末に公開された 24 年度の残高は 1 兆 1053 億円であったと報告。

介護保険サービスに使われた費用は、10 年度は 7 兆 8 千億円で 24 年度は 12 兆 1 千億円だった。**費用を上回るペースの増加率で、基金残高が膨らんでいる**ことになります。(図 3)

介護保険料ランキング（第９期）

上位	1位	大阪府	大阪市	9,249
	2位	大阪府	守口市	8,970
	3位	大阪府	門真市	8,749
	・			
	・			
	・			
下位	3位	群馬県	草津町	3,600
	2位	北海道	音威子府村	3,600
	1位	東京都	小笠原村	3,374

（図 2）



（図 3）

個別にみても、10 年度と 24 年度のデータが比較できた自治体のうち 91%にあたる 1297 市区町村で、基金残高は増加しています。24 年度に最も残高が多かったのは**横浜市で 254 億円**。市の担当者は「介護サービスが見込みより使われなかったため」と説明。続いて**札幌市で 139 億**であった。専門家は「自治体が制度の破綻を避けようと、保険料を高めに設定してきた結果のあらわれです。全国一律で使える基金ではなく、**各自治体単位で積み立てられたお金であり、介護保険制度の課題が表れている」と指摘**する。

そもそも介護保険は、介護が必要になった時に社会全体で支えるための 國民が保険料を出し合う制度です。そのため　将来に備えること事態は必要です。しかし**保険料を負担する高齢者の生活も、物価上昇や年金の実質的な目減りによって厳しくなって**います。基金を積み立てることが目的になり、**保険料を負担する人の生活を圧迫してしまっては本末転倒**です。基金の増えつづける自治体では　**積立額の妥当性を検証し、必要以上の積み立て保険料を軽減に回すべきだ**と思われます。

東北学院大の市川樹講師（財政学）は、「高齢者の増加に物価上昇や介護報酬の引き上げなどが重なるなか、**各自治体が『自己防衛的』に運営していることが、残高が膨らむ要因ではないか」**とコメントしています。

準備基金を取り崩し 高齢者介護保険料を下げる事が可能か？

明石市の令和 9 年度の標準給付費見込み額と地域支援事業費見込み額合わせて 280.9 億円、令和 10 年度は 288.8 億円、令和 11 年度は 298.1 億円で 3 年間合計が 868.0 億円（令和 8 年 8 月 1 日時点の暫定値）となっています。第 10 期保険料として、❶人口推計より **75 歳以上の人口が増加傾向**にあり、特に 80 歳以上の高齢者の増加が顕著である。後期高齢者の認定率が前期高齢者と比較して高くなっており、認定者数・サービス利用者数の増加が見込まれる。❷地域の人口動態や介護ニーズの

見込み等を適切にとらえて、介護サービスの種類ごとの量に関する中長期的な推定を定めることとされている。施設整備方針として、居宅系サービスを中心に引き続き整備を進める事としている。以上の理由により、**第 10 期保険料として試算した結果、現時点の案として 基準額が月額 6.758 円(年額 81.096 円)となり、第 9 期介護保険(月額 6.200 円)より月額 558 円の増と**なっています。現時点では介護保険給付準備金の取り崩しは反映していないが、**保険料の上昇抑制等を図るため、基金の取り崩しを検討**するとしています。

「なぜこの保険料なのか」を具体的に判断するためには、**介護保険の財源運営には、将来のへの備えだけでなく、保険料を負担する住民への説明責任**を求めたいものです。そのためには ❶**各自治体の基金残高と今後 3 年間に必要と見込む基金額**❷基金を取り崩した場合 **65 歳以上の被保険者一人当たりの月額保険料がいくら下がるか**を公開して貰いたいものです。

政府より　半額シール　頼る日々
カルテルで　儲けたビール　安くせよ
「あっぱれ」をあげてください　公取委

令和８年　秋　風

サンエイ薬局の「健康メモ」

新しいドライアイ治療薬



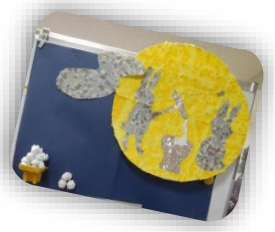
これまでのドライアイ治療薬は涙を補う・涙を増やす・目の表面を整えるという働きがありました。**涙の量や傷が改善しても目のゴロゴロ感、しみる感じが取れない**…などのお悩みを抱える方がいます。今回新しく発売されたドライアイ治療薬「アバレプト」は世界で初めて、ドライアイの**「痛みのセンサー」に直接働きかけ、神経の過剰な興奮を抑える新しい仕組み**のお薬です。こちらは懸濁液なので、点眼後に、一時的に目のかすみや冷感などの副作用がでることもあります。気になる方は医師に相談しましょう。

お薬や健康に関する様々な相談に応じます、お気軽にお立ちよりください！

サンエイ薬局
http://sanei-pharmacy.com/

本　店　あさぎり病院北側
〒673-0852
明石市朝霧台１１４７－１８
℡078-913-8585

豪華 多彩 敬老 弁当



・・・猛暑 乗り越え 食欲増進・・・

総務課　管理栄養士　木村美穂

9月21日は「敬老の日」配食委託のレパストのご厚意により 入所＆通所、DSこころで『豪華 多彩 敬老弁当』を提供しました。



気になるメニューは 赤飯・天ぷら（えび・竹輪・南瓜・さつま芋・茄子）・鰆の南蛮漬け・卵豆腐・炊き合わせ・春雨の酢の物・オクラの和え物・清まし汁・フルーツ缶・桜漬でした。
いつもの食器と違い、**カラフルな容器に種類が豊富な料理**が出されましたが、喜んで頂けましたでしょうか？

「とても彩りがきれい！」「美味しかったよ」「豪華！」と笑顔で言っていただける利用者さんもあり、とても嬉しかったです。これからも お躰に気を付けて むつみ荘で健やかで元気にお過ごしください。

弁当の中身の考案から材料調達、調理と協力くださった㈱レパストに紙面を借りて感謝いたします。

秋深き　隣は何を　節約し
二年だけ　減税するのが　悲願なの？
令和　８年　敬　老









敬老の日
ありがとう











祝　百寿



・・・いつまでも　お元気で！　・・・

施設サービス課　坂本　奈美

10 月中旬になっても 颱風 30 號が沖縄･先島諸島付近に接近中で地球温暖の影響を受け、日中はまだまだ　厳しい暑さが続きます。「敬老の日」に、全國で 100 歳以上の高齢者が 10 万 7677 人（女性 9 万 4298 人、男性 1 万 3379 人）になったと公表。女性が全体の約 88 ﾊﾟｰｾﾝﾄを占めました。55 年連続で過去最多を更新。因みに明石市では 100 歳以上が 177 名（女性 157 名・男性 20 名）となっています。

むつみ荘には 現在 100 歳以上の方が 4 名入所され、半数の方が 90 歳以上と高齢化しています。令和 8 年度 濱田芳枝さま（昭和 2 年 3 月 12 日生）がめでたく百寿を迎えられました。10 月 14 日に家族同席のもと理事長から百寿記念の表彰状授与と職員より花束贈呈を行い、職員より温かい祝福の拍手が送られました。同席された家族と一緒に穏やかな雰囲気の中で記念撮影を行いました。



いつまでも お元気で…



百寿 おめでとう…









家族とともに記念写真



スタッフとともに…

令和 2 年から長きに渡りむつみ荘を利用中で共に過ごした多くの思い出が頭に浮かびます。入退院を繰り返し 徐々にレベルが低下していく中、家族の心労はとても大きく、これまで頑張ってこられたのは愛情深い家族の支えがあったからだと思います。

長き人生に於いて多くの試練や喜びを体験されてきたことと存じます。スタッフ一同元気に百寿を迎えられた方と関われる毎日 光栄であると感じつつ 業務に取り組める喜びを実感しております。百年の歩みに対して敬意を表すると共に、今後も 家族の方々やまた慣れ親しんだ施設で団欒されたり **顔馴染みのスタッフに囲まれ 和やかな時間を過ごされ いつまでも健やかに 長寿**をまっとうください。

今日の日は 百歳までの 一里塚
あと一年元気と決めて 種を蒔く
言わんとこ 告げ口 かげ口 減らす口

令和８年 紅 葉



和 楽 演 奏

琴 60 慰 問

・・・懐かしい演奏に 惜しみない拍手・・・

施設サービス課　齊藤 太志

彼岸も過ぎ　此処数日 朝夕は幾分 秋らしい気候になってきましたが、日中は残暑の厳しい日が続きます。9 月 25 日（金）に和楽器「琴 60」（代表 澤田 勝美さま）と有志 8 名による和楽の演奏会がありました。多目的ホールに入所者の方を誘導すると、琴 9 台が並べられており「お琴の生演奏やね」「あの楽器は 何？」と反応は色々でした。

琴と聞くと“大正琴”をイメージしていましたが、13 弦琴の搬入を見て驚きました。琴を置く台（箏立奏台）・椅子まで全て持参・搬入され、雨が降らなくて良かったなと思ったのは私だけ・・・。

14 時に開演し、さっそく生演奏が開始。「荒城の月」「炭坑節」「東京行進曲」「黒田節」「さくら」「影を慕いて」「船頭小唄」など　懐かしい楽曲が演奏されました。歌詞カードみながら、一緒に歌ったり 手拍子をされていました。楽しかった時間も 瞬く間に終わってしまい、最後の演奏が終わった際には、名残惜しい表情も見られ　非常に印象的な光景を目の前にしました。

利用者の方より 自然と「アンコール！アンコール！」と掛け声と拍手が起こりました。リクエストに応えて　再度「炭坑節」が演奏され、「曲に合わせて 手を動かしましょう！」と提案されました。手拍子と共に　数名の方が前に出て　曲に合わせて踊られる方・椅子に座った方は手ぶりで踊る方もあり、入所者と職員も一緒に楽しむことができ、非常に盛り上がりました。惜しみない拍手が送られ お開きとなりました。

感想を尋ねると「よかった！」「こんなに近くで 生演奏を鑑賞でき 幸せです」「音色が綺麗」といわれる方もいれば、「琴の糸は何で出来ているの？」「重さはどれくらい？」と質問される場面もあり、代表の方が答えておられました。和楽器の音色の素晴らしさを改めて感じる憩いの時間となりました。ご厚意に感謝申し上げます。ありがとうございました。音楽鑑賞中の Photo を掲載します。

ビチピチは お肌じゃなく 服の方
ムリするな 言われながらも やりたがる
経験が 老害になる 新時代
リーダーが 惚けたらヤバイ 渡り鳥

令和 8 年　金木犀





サクラ サクラ！

只今、演奏中…





サノ ヨイヨイ♪



敬老会 & 秋祭り



～豪華 色彩弁当に舌鼓 ・ 収穫祭ゲームに快適な汗～

デイサービス　こころ　木口　佳美

気持ち体感的に朝夕と幾分涼しくなり、過ごしやすさを感じ始めた９月。こころでは「敬老会」と「秋祭り」を開催しました。

9 月 21 日**「敬老の日」**に“敬老弁当”を提供。いつもと違う華やかな容器の弁当形式の昼食に「豪華やね！」「食べきれるかな！」と料理を見て楽しまれていました。横山 理事長より「9 月は高齢者福祉月間。100 歳以上の高齢者数が 10 万人超、兵庫県では 4436 人明石市では 177 人です。**平均寿命は女性 87.3 歳　男性 81.3 歳ですが　健康寿命とは 10 歳以上もかけ離れて**います。歳を重ね高齢者になると**“きょういく”**が大切。即ち教育ではなくて**“今日 行く＝今日 行く處がある”**が大切になります。本日は㈱レパストのご好意でお弁当を提供。美味しいものを食べて怒った顔を見たことがありません。幾つになっても **美味しいものを味わって 健康躰で幸せに長生きできる世の中になって貰いたい**ものです」と挨拶。その後、全員で「いただきます」と唱和。口々に「美味しい」「いい味付け」などの声をいただきました。



「きょういく」が大切



やったー！
景品もらった！



次は何番かな？



記念品

昼食後は、職員のジェスチャーゲームとビンゴ大会を行いました。記念品として 今年も職員手作りで 長寿のお祝いの言葉を書いた色紙に、折り紙で折ったフクロウを貼り付けてラッピングして渡しました。「可愛いね！飾っておくね」と喜んでいただきました。

9 月 24・25 日には「秋祭り」として「秋の収穫祭」ゲームと職員のジェスチャー・ビンゴ大会を開催。収穫祭は 牛乳パックに野菜や果物のイラスト貼り 立てた的に向かって、新聞紙で作った輪を投げて、牛乳パックを集めるという輪投げゲーム。思うように的が狙えず苦戦される方も多く、「難しい」と言いながらも 力いっぱい投げられ快適な汗を流されました。

ジェスチャーは非常に好評で、職員が躰を張って演技をして、何を表しているかを当てて貰いました。難しいお題には正解が出ると大きな歓声が起こりました。「それはちょっと違うね！」と指摘され、タジタジの場面も見られましたが、楽しい時間を過して貰いました。

最後はビンゴ大会。上位５名に景品を用意。数字が読み上げられる毎に「惜しい」「次は 25 番」「あった！」と一喜一憂する声も上がり、「リーチ」の声があがるたび「え～　早いなぁ！」との声も聞かれました。「ビンゴ」の声に「だれ？」と悔しい表情もみられました。上位５名が出そろい、「次回 頑張るわぁ」との言葉もいただきました。

今回は、職員の頑張りを披露しましたが、10 月は お家のミニ運動会を予定中です。お楽しみに・・・

ありがとう　言える相手が　いる感謝
名シェフ　最初の師匠　おかあさん
メモ以外　何も買うなと　メモにあり

令和８年　寒　露





ヒント出します！



早く当てて～！



これは何でしょう？



10月 誕生会



・・・室内で ミニ 運動会に 快適な汗・・・

施設サービス課　泉　祐子

10月は 神さまが出雲の國に一斉に集まる為、全國には『神無月』で、島根県は『神在月』と云われています。諸説ありますが・・・。処で　秋といえば「読書の秋」「食欲の秋」。むつみ荘では『スポーツの秋！』ということで12日に 運動会を開催。本来なら玄関前の広場で 家族と一緒に行われる処 新型コロナ以降 感染拡大予防のために ５年間休止状況が続きますが、今年も 規模を縮小し入所者のみで お家の『ミニ運動会』を多目的ホールで行ないました。



スポーツの秋で お家の運動会！

開会に先立ち、横山 光昭理事長から「昭和39年に東京オリンピックが行われた10月10日を“体育の日”と定め、国民の祝日となりました。平成12年から10月 第２月曜日が祝日に移動し、令和 2 年に“スポーツの日”と名称が変更されました。趣旨はスポーツを楽しみ 他者を尊重する精神を培うとともに活力ある社会の実現を願うとされています。現在も 感染症（インフルやコロナ等）の影響で外部との交流も少なく 単調な入所生活が長くなっています。屋内で躰を動かして鈍った躰に刺激を与えて貰いたい」と挨拶後、開会宣言されました。最初に泉NSによる身体をほぐす柔軟体操と四肢のストレッチングや指先の体操を行い、怪我のないように備えました。毎日ラジヲ体操を行っていますが、いつもより張り切り顔で躰を大きく動かされているのが印象的でした。そう感じたのは私だけ・・・。



ガンバッテ！



センターピンを
狙って！

ジョーズ上手…



第 1 部は**「ボウリングゲーム」**を行いました。両サイドを長椅子で囲みレーンをつくり、先端にピンとして ペットボトル（10 個）を並べセット完了。ルールは 紅白 2 組に別れて 一人 2 回ずつボールを投げて貰い ピンの倒れた数を競いました。接戦が繰り広げられ、応援合戦も白熱しました。利用者の方々も次第と熱が入り、対戦相手負けたくないという本気モードとなり、直球を投げたり・跳ねさせたり・ゆっくり転がしたりと、作戦は人それぞれでした。車椅子に座っていても　両サイドにガーターレールが設置してあり、上手にピンを倒すことが出来ました。只　経験者の方は、ストライクやスペアの連発。一方 ガーターやレーン外に飛び出してしまい、上手くピンに当たらずに なかなか倒れず『ザンネン！』『悔しい！』悲喜こもごもの表情がとても印象的でした。中には「もう一度チャレンジしたい！」とツワモノの方もあらわれ要望がでました．結果は　紅 134 点　白 144 点で白チームの勝利。白熱した戦いに 会場は大盛りしました。童心にもどりワイワイ・ガヤガヤとお喋りされていました。「楽しかったぁ！」「つかれた！」と声も聞かれました。



残念！

第 2 部は**誕生会**を開催。以下の 5 名をお祝いしました。

清水　和子　さま　昭和　5 年生 96 歳　石場　イツ　さま　昭和 10 年生 91 歳
深江　キミ　さま　昭和 14 年生 87 歳　柴田　鈴子　さま　昭和 18 年生 83 歳
松岡　正章　さま　昭和 25 年生 76 歳



誕生者を紹介しブーケの花束を贈呈。「おめでとう」の祝福とともに、盛大な拍手が送られ、ニッコリ笑顔で記念撮影に応じられていました。その後、全員でハッピーバースデーを歌いお祝いをしました。おやつにアイスクリームをだした処、運動の後の冷たい氷菓子は格別だったみたいで『珍しいね。アイスが出るなんて・・』『冷たくて美味しいね！』と大好評でした。理事長も利用者と楽しい一時を過ごされ、無事運動会は終了しました。

単調な施設生活に於いて躰を動かす機会は少なく、屋内で小規模な運動会でしたが、久しぶりに躰を動かし快適な汗を流して、楽しんでもらえ、沢山の素適な笑顔が拝見でき嬉しく思いました。今後も レク委員を中心に感染対策をしながら 楽しんでもらえる行事を企画します。お楽しみに・・・

目覚めたら　今日も生きてる　ありがとう
不揃いを　個性豊かと　八百屋さん
勇気とは　弱い自分に　負けぬこと
令和８年　運動会





むつみ荘 行事予定

3 日（火） おやつｸｯｷﾝｸﾞ	〈通所〉
4 日（水） おやつｸｯｷﾝｸﾞ	〈通所〉
5 日（木） 音楽療法	〈入所〉
8 日（日） お誕生会	〈入所〉
13 日（金） 握り寿司実演	〈通所〉
19 日（火） 音楽療法	〈通所〉
24 日（火） 音楽療法	〈入所〉
25 日（水） ビデオ鑑賞会	〈入所〉
16 日（月）～21 日（土）誕生日週間	〈通所〉

こころ 行事予定

5 日（木） 音楽療法
13 日（金） お寿司実演
14 日（土） おやつｸｯｷﾝｸﾞ
19 日（木） 音楽療法
27 日（金） おやつｸｯｷﾝｸﾞ

むつみ荘だより
インターネットでも配信中！

QRコード

あさぎりむつみ荘　検索

携帯電話・スマートフォンでもご覧になれます。
※一部対応していない機種もあります。



お願い&お知らせ&ご案内

施　設　長　横山 光洋　　総務管理課　藤井 健作
副 施 設 長 木口 良輔　　施設管理者　横山 光昭

令和 8 年度高齢者新型コロナワクチン接種と高齢者インフルエンザ予防接種を実施。**接種期間　8 年 10 月 1 日～令和 9 年 1 月 31 日** 接種目的は、重症化や死亡のリスクを大幅に減らすこと。特に 冬季流行に備えて、定期接種を推奨。できるだけ接種をお願いします。

《インフルエンザ 予 防 接 種》



むつみ荘では

Influ. Vaccine 接種を 10月上旬より

順次 接種中。

満 65 歳以上の明石市民、もしくは 満 60 歳以上 65 歳未満の明石市民で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルス による免疫の機能に障害を有し、当該疾病単独で身体障害者手帳 1 級相当の方は**無 料**で接種が可能。

尚　接種希望者には　予め 問診表を配布します。

※　本人記入不可の方は　家族のサインをいただきます。



《コロナワクチン 予 防 接 種》

Influ. 接種後　**新型コロナワクチン接種** を開始

予め　接種希望は　家族に確認しております　※入所の方

新型コロナワクチンは、令和 6 年度以降は、インフル. ワクチンと同じく、65 歳以上の方などを対象に毎年冬に実施する定期接種（令和 8 年 10 月 1 日～令和 9 年 1 月 31 日）に移行しました。対象者は　65 歳以上の方、60 歳～64 歳で心臓・腎臓または呼吸器の機能に障害があり身の回りの生活が極度に制限される方、ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方です。

公費補助はなくなりますが、令和 8 年度 **11000円で接種**できます。
（市民税非課税世帯・生活保護受給世帯は無料）

65 歳以上の明石市民に対して自己負担 11000 円
また Influ. Vaccine は自己負担なしで接種可能です。
感染・重症予防観点より 是非 接種をお勧めします。

編集後記

★★長時間　パソコン・スマホ等を見続けると　ドライアイ・スマホ老眼・若年性老眼　併発の怖れ

仕事でパソコン・スマホ等を使用する機会が多くなっています。長時間画面を見続けると、目の疲れ（眼精疲労）やドライアイ等を起こし易くなります。一時的なピント調節不調により「スマホ老眼」・「若年性老眼」を併発の怖れがある。予防として、角膜を潤すため適宜に瞬をしたり、適度に画面を離れて遠くを見るなど目を休ませることが大切であると警告しています。

★★口腔ケアで 院内感染症の発症率 低下　広島大学　入院患者　5千人調査

広島大学付属病院で 入院患者5千人を対象に、歯磨きや洗口剤による口腔ケアを実施した結果、院内感染（肺炎・菌血症・尿路感染症）の発症率が低下を報告。この研究からも口の中を清潔に保つことが、感染症の予防につながる可能性が証明されました。

★★15歳 国際調査で数学・科学・世界上位維持　読解力はヤヤ低下

経済協力開発機構（OECD）は世界15歳以上を対象に2025年に実施した学習到達調査結果を公表。日本の順位は「科学コンピテンシー（課題解決力）が5位、読解力が4位、数学的リテラシー（正しく理解し判断し活用する力）は5位と上位を維持した。3分野とは別に　プログラミングツールなどの技術を使った課題解決能力を図る調査も行われた。日本順位は4位だが、OECD加盟國では1位であったと報告。

★★寒暖差7度以上で　鼻粘膜の血管が過剰に反応　寒暖差アレルギー

23日は「霜 降」。秋が深まり 朝晩の冷え込みが強まり、気温がｸﾞｯと下がるために 日中との温度差で体調を崩し易くなります。寒暖差が7℃以上になると血管運動性鼻炎（寒暖差アレルギー）が起こる。アレルギーではなく、温度変化で鼻粘膜の血管が過剰に反応し、透明でｻﾗｻﾗした鼻水やくしゃみ等が主症状。治療は対症療法が中心で、ｽﾃﾛｲﾄﾞ点鼻薬や漢方薬が投与。気温の変化に伴い、衣服でこまめに調整するなどに心がけて欲しい。

★★消費税　減税に伴い　外食業界「お食事券」 発行見送り方向で調整

政府は外食業界への支援策として検討されていた お食事券の発行を見送る方向で調整。外食は消費税率10㌫が維持される一方、持ち帰りの弁当や総菜は8㌫に減税され　税率の差が広がり、外食利用が減ることが懸念されています。しかし、お食事券を配布すると、高級レストランを利用する富裕層にも恩恵が及ぶため、中低所得者の物価高対策を重視する政府の方針に合わないと判断されたと報じています。処が 今後は、都道府県や市町村が、地域の消費を促すために支援策を実施する可能性は独自の判断としています。

★★スポーツ庁　30～40代女性 スポーツ実施率が低下 体力も低下傾向

スポーツ庁は「スポーツの日」に合わせ、2025年度の体力・運動能力調査結果を公表。30～40代女性のスポーツ実施率が低下し、体力も低下傾向にあると報告。特に、週1日以上スポーツをする割合は、35～39歳で33.1%、45～49歳で42.8%となり、2001年度と比べて低下しています。背景として、仕事と家事・育児の両立による時間不足などがあるとしています。

今後は、フィットネス業界と連携した女性向けプログラムの拡充や、子育て中・働き盛りの女性を対象に自治体のスポーツ振興支援などを進め、運動しやすい環境づくりを目指すとしています。日頃から躰を動かすことを意識し、無理のない範囲で運動を取り入れ、健康維持と体力向上に努めて貰いたいものです。

★★高市首相「男性より3～4時間、余分に時間・・・」という 化粧発言

高市早苗首相が　國会答弁で「男性の首相より3～4時間、余分に時間を使っているかも・・・」という『化粧』発言。自分の私生活の時間の使用方法は個人の自由に任せるべきと思われます。化粧に どれだけ時間をかけるかは　本人の性別等にもかかわらず、わざわざ公言していただく必要もありません。只　その私生活を公約な職務遂行の障害の理由に挙げるのは不適切な　発言と思われますが・・・。

二年後の ババ引く総理 誰だろな
役所から 来る文面の ややこしさ

令和8年　霜　降　　（文責 MMY）