みんなの広場 MINNANO HIROBA

親子クイズ 573

Q 5匹のネコが5匹のネズミを5分間で捕まえれます。
では100匹のネズミを100分間で捕まえるには、何匹のネコが必要でしょうか。

■応募締切／２月７日㈮必着
■あ て 先／〒７８３－８５０１
南国市大埇甲２３０１
南国市企画課「親子クイズ係」
＊はがきで応募
■賞　　品／正解者の中から抽選で、５名に
図書カード（1,000円）を贈呈

【第572回解答】
①ナス　②キュウリ　③ピーマン
④オクラ　⑤ゆず　⑥みかん

【第572回当選者】
武市　昌也　（大埇甲）
長尾　宏　（大埇甲）
北村　祥多　（小　籠）
濱田　香代　（岡豊町）
長崎　敏恵　（立　田）

★応募総数／53通　★正 解 率／79％

親子クイズは、広報委員が毎月順番に考えています。

こころ ふれあい つながって 104 人権学習シリーズ

人生会議

あるポスターがニュースで取り上げられた。ポスターについては、いろんな人たちの意見がツイッター上にあがったらしい。ポスターそのものがどうであれ、私は人生の最期をどう過ごすかを考えるきっかけになった一人である。

「あなたなら、どんな最期を過ごしたいですか?」今までに考えたこともなかった。人はいずれ死を迎えることは頭では分かっていても、自分を含め家族の死などを考えたことが無かった。私はまだまだ元気。空気のような存在で、いて当たり前の家族。人生80年だからまだまだと考えていたけれど、気づけば父母ももう70代に突入。南海トラフ地震もだんだんと近づいてきている。明日何があってもおかしくない。そう考え、朝の渋滞のなか、テレビから聞こえてくる人生会議の言葉を考えながら、1時間あまり車の中で考えることができた。父や母、夫はどう思っているのだろう。家族の思いも知りたくなった。

エンディングノートは耳にしたことはあるが、そもそも「人生会議」とは何かと。ＡＣＰ（アドバンス・ケア・プランニング）は「人生の最終段階における医療・ケアについて、本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合う取り組み」と定義されている。このＡＣＰをより浸透させるため誕生した愛称が「人生会議」だということだ。

死を迎えようとする本人の思いと家族の思い、医療現場からの意見が違っているのは仕方がないことだろう。だからこそ、もしもの時のために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、家族や医師たちと何度も話し合う必要があるのだと思う。そして家族には自分の望む最期を迎えさせてあげたいと…。

最期はどこで迎えたいか?延命治療はするのか?などは元気な時だからこそ話しておけること。縁起でもないと避けるのではなく、家族みんなで向き合いたい人生会議。今年のお正月にでもやってみようかな。

＊このシリーズはあなたとあなたの周りにいる人の間に温かなつながりが生まれることを願い、人権について考えるきっかけになることを目的としています。

■問い合わせ
人権啓発広報委員会
☎８８０・６５６９

にこにこライフ 209

車と料理が趣味です！

大畠（おおばたけ）　拓斗（たくと）さん（蔵福寺島）

高知大学理工学部で学んでいます。高校時代に教員になろうと思い、数学を専門的に学ぶため高知大学へ行きました。現在は大学を卒業し、就職した後、高知での起業を目指しています。

バレーのサークルに入っています。高校でもバレーをやっておりましたが、今はバイトが忙しくあまり行けていません。

趣味は車と料理です。免許を取ってから勉強しました。様々な車の性能を比べたり、車の動画を見たりしています。料理は物心ついたころにはケーキなど作っていました。食べるのが好きなので自分で作って食べています。

将来に向けては色々考えていますが、今は大学生活が精一杯です。

大学へは南国市の実家から1時間かけて通っており大変とのこと。充実した学校生活を送ってください。

剣道をやっています

小笠原（おがさわら）　優芽（ゆめ）さん（大篠）

大篠小学校、香長中学校、追手前高校を卒業後、岡山大学保健学科看護学専攻へ通っています。

剣道を小学生5年からやっており、中学校と高校でもやりました。大学では医療のキャンパスで部活動として剣道をやっています。剣道を始めたきっかけは、妹と一緒に始められるスポーツを探していたことです。

部活以外の日はバイトを毎日頑張っています。カフェでバイトをしていますが、環境が恵まれており、バイトの仲間と一緒に働くのが楽しいです。

今後は、実習が大学3年生の後期から始まるので、その中で自分がやりたいことを見つけたいです。

剣道はやめようと思っても不思議と続いているそうです。文武両道に励んでいる様子が伺えました。

知って得する国民年金

国民年金保険料の納付期限は、翌月の末日です。忘れず納めましょう。

令和元年分公的年金等の源泉徴収票について

日本年金機構は、老齢年金を受給されている方へ、1年間の年金の支払総額などが記載された「公的年金等の源泉徴収票」を翌年1月中に送付しています。（「障害年金」や「遺族年金」については非課税ですので、「源泉徴収票」は送付されません。）

「公的年金等の源泉徴収票」は、確定申告の添付書類として必要になります。確定申告については、お近くの税務署など、税務相談窓口にお尋ねください。

日本年金機構が発行する「公的年金等の源泉徴収票」の再発行が必要なときは、南国年金事務所へ電話でお申し込みをいただくことで再発行が可能です。その際には、ご本人の基礎年金番号、お名前、生年月日、ご住所をおうかがいします。ご連絡いただいてから数日後に、郵送により「公的年金等の源泉徴収票」がお手元に届きます。

南国年金事務所への来所による「公的年金等の源泉徴収票」の再発行を希望される場合には、事前に電話連絡のうえ、来所いただきますようお願いします。来所いただく際には、本人確認ができるものをご持参ください。代理の方が来所されるときは、委任状や委任状に押印した印鑑、基礎年金番号がわかるものと来訪者の本人確認ができるものなどが必要です。

■問い合わせ　南国年金事務所　☎８６４－１１１１
（自動音声案内に従って①→②と押すと、お客様相談室に繋がります。）

市民からのお便り（親子クイズ）初めて応募します。当たるといいなぁ…

市民からのお便り（親子クイズ）久しぶりに帰省して家族皆で考えました。クイズを通して楽しくお正月を迎えることが出来ました。