

# りす俱樂部

2021年  
4月号  
第290号



## 移動自粛

梅、桃、桜の花を惜んでいるうちに、萌え始める草木の緑。この時期の茅葺民家の風情が好きで、ずいぶん通ったあの土地だったが、コロナ災禍の移動自粛で、ままならない。近くの田では、代(しろ)かきがおわり、間もなく水が張られるだろう。

弁護士 福井大海

## 新型コロナウイルス感染症とワクチン接種

保健師 安藤ヒロ子

(りすシステム医療アドバイザー)

国内初の感染者確認から1年3か月が経過しました。

皆様には感染予防策や自粛生活等、落ち着かない毎日をお過ごしのことと思います。

2月17日コロナ禍を収束させる切り札とさせるワクチン接種が始まりました。医療従事者の先行接種に始まり、高齢者、高齢者施設、基礎疾患のある人、一般の人へと対象が順次広がっていきます。個別か集団か等、具体的な接種方法は市区町村によって異なります。短期間で大勢の人に接種する前例のない国家事業が円滑に進むかどうか課題です。ワクチンは個人の発症や重症化を予防すると共に、大勢に免疫がついて流行が収まる「集団免疫」の効果があります。

今回のワクチン接種は蔓延を防止するための緊急的な臨時予防接種の位置づけで、強制ではありません。受けるかどうかは本人の判断に委ねられます。ワクチンの効果と一定の割合で起きる副反応のリスクの双方を理解し、自らの意志で受けて頂くこととなります。

接種に際し既往歴、持病、服薬等とワクチン接種との関係が心配なときや迷う場合、まずかかりつけ医とご相談ください。また最寄りの保健所でも相談は可能です。

接種会場では既往歴、持病、服薬、アレルギー等についての問診があります。お薬手帳を持参するとよいでしょう。接種は筋肉注射です。筋肉は血管が多くワクチンの吸収が速いとされます。接種後の痛みや倦怠感等の副反応やアナフィラキシーに対し直ちに対処するため、30分程度その場所を様子を見ます。3週間間隔で2回接種します。2回目には一部副反応が強まる傾向がありますが、これは体に免疫ができるための反応といわれ、2日程度で治まります。

ワクチンは、発症リスクを減らすことはできません。またワクチンが世界中に普及するには年単位の時間が必要とみられるため、WHOは「ワクチンに依存するのではなく、感染症への地道な予防策の継続が肝要」としています。

私達も「感染しない、感染させない」ため、引き続き手洗い、マスク、3蜜等の感染予防に努め、食事・睡眠・運動等の健康づくりで体力や免疫力を保持していきましょう。

## 〈介護シリーズ第6回〉

# 介護保険のサービスと

# 自費サービスの違いは何？

服部メディカル研究所所長 服部万里子



### 1. 誰もが使えるサービスと、市町村の住民だけが使える（地域密着型）サービス

次ページの図表が、介護保険で利用できるサービスをまとめたものです。介護保険はその人の介護の必要性に合わせて必要なサービスを組み合わせることで利用することができます。

そのコーディネートを行うのがケアマネジャーです。要支援は、地域包括支援センターが窓口になります。

1. (1) 自宅に暮らしながら受ける介護保険サービスは次の通りです

○訪問サービスは自宅内で受けるサービスで、ヘルパーが来てくれる訪問介護、看護師の訪問看護、風呂桶を自宅に運び看護師を含め3人で風呂に入れる訪問入浴、国家資格の理学療法士などから自宅でリハビリを受ける訪問リハビリ、ベッドや車いす、杖などを借りる福祉用具レンタル、風呂やトイレの用具は購入費が保険で10万円まで出ます。また医師、

歯科医師、薬剤師などから在宅で指導を受ける居宅療養管理があります。

○通所サービスは、自宅から送迎付きで、昼にデイサービスなどで受けるサービスが2種類あります。

○短期入所は、自宅から送迎付きで、施設に短期間ステイするサービスが2種類あります。

1. (2) 介護保険の施設は3種類あります  
 ○特別養後老人ホームは、寝たきりや認知症など要介護3以上の人が入れます。

○介護老人保健施設は、リハビリをして在宅の生活に戻るための施設です。

○介護療養型医療施設は、介護保険の老人病院です。医療が必要な人が対象で、介護医療院に移行する予定です。

### 2. 地域密着型サービスは9種類

介護保険で利用できるサービスの中で「地域密着型サービス」は、住民票がある市町村の住

民だけが利用できるサービスです。また、サービス事業所の指定（介護保険の適用）も市町村が行います。それ以外のサービスは都道府県がサービス事業所の指定を行います。

次ページの図表のように、地域密着型サービスは訪問介護（夜間対応型訪問介護）、デイサービス（地域密着型通所介護や認知症対応型通所介護）、ケア付き住宅（特定施設入所者生活介護や認知症対応型共同生活介護）、施設（介護福祉施設入所者生活介護）等多様です。

特徴的なのが●印の、複数のサービスを一つの事業所が提供し、利用回数にかかわらず介護度別の一律報酬の3種のサービスです。

●小規模多機能型居宅介護は、訪問介護・デイサービス・ショートステイの三つのサービスを一つの事業所がまとめて提供します。

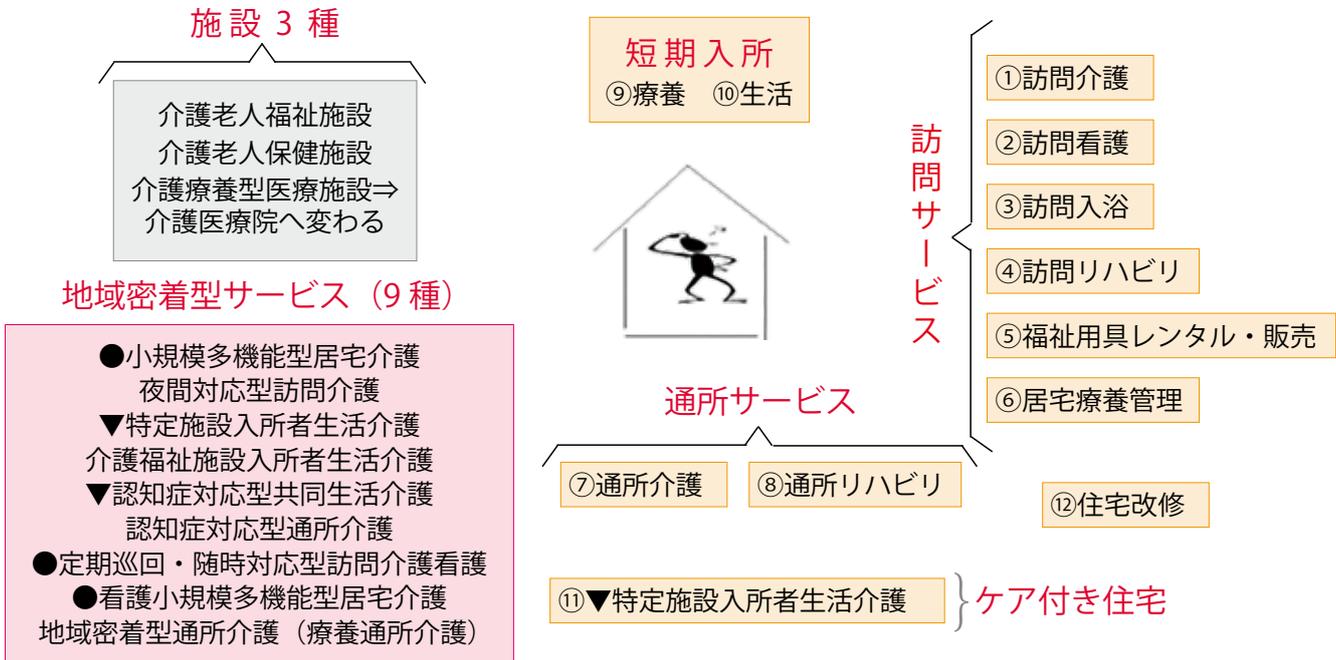
●看護小規模多機能型居宅介護は、前記の小規模多機能型居宅介護に訪問介護・看護も含め、まとめて一つの事業所が提供します。

●定期巡回・随時対応型訪問介護看護は、訪問介護・訪問看護の二つのサービスを一つの事業所がまとめて提供します。

### 3. 要介護度別に保険の限度額があり 超えると自費になる

シリーズ第4回で、介護保険は市町村から「要介護認定」を受けると7段階に介護度が決まり、保険証に記載されると説明しました。

図表 介護保険のサービス



4. 保険以外のサービスも活用

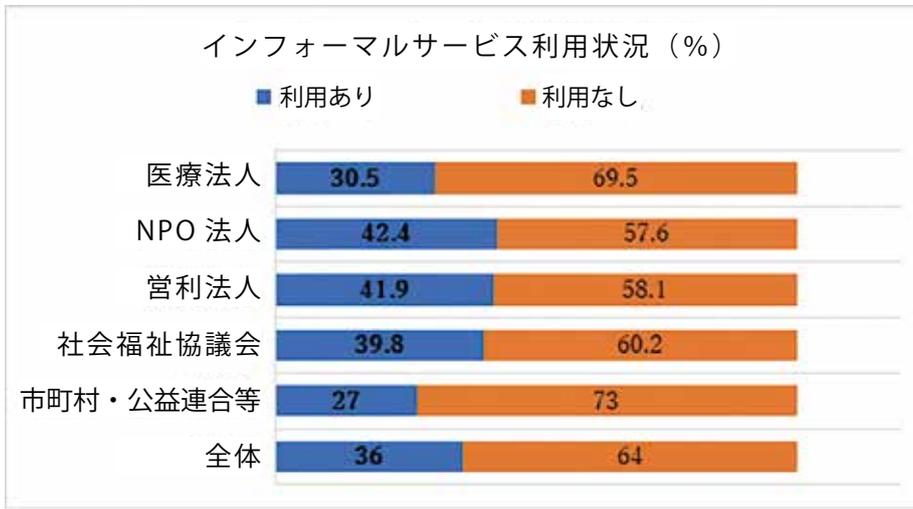
介護保険のサービスは上の図表の通りですが、保険外のサービスには①食事が配達される配食サービス ②緊急通報装置をつける ③介護付タクシーを使いやすい車で出かける等があり、市町村が負担を減らす取り組みを行っています。

それ以外に、社会福祉協議会

介護保険単価(報酬)は、例えばヘルパーにトイレや食事、入浴の介助を40分受けると3960円で、1時間以上受けると5790円になり、保険適用になると1割負担の場合は400円〜580円くらいが自己負担です。

介護度別限度額(円)	
要支援1	50,320
要支援2	105,310
要介護1	167,650
要介護2	197,050
要介護3	270,480
要介護4	309,380
要介護5	362,170

左の表が介護度別に暦の1か月に保険利用できる上限です。



出典：三菱総研(居宅介護支援、介護支援専門員の実態に関する調査報告書 平成25年厚生労働省事業)より作成

の有償介護サービスで映画に行く、介護サービス付きで海外旅行に出かけるなどの自費サービスもあります。ボランティアの「お話し相手」や、シルバー人材センターによる庭木の手入れなどもあります。これらを上手に組みあわせて、介護が必要になってからも自分らしく生きることが大切です。

## 〈年金シリーズ 第4回〉

# 一度は悩む、繰上げ受給の損得

株式会社ジエイ・サポート 代表取締役  
 社会保険労務士 原 令子



「64歳のところが年金を受け取る前に急に亡くなってしまうました。私も早めに国民年金を受け取った方が良かったかなと思つて…」

「最近私も健康に自信がなくなつて…貰えるものはさつさと貰つた方が得なのかな？」

「まだ元気なうちに大好きな旅行も楽しみたい。その費用に充てるために繰り上げたいと思います」

などなど理由は人それぞれですが、年金を早く受け取ることにしている相談が数多く寄せられています。年金を早く受け取るしくみを「繰上げ受給」と言い、原則65歳から受給できる老齢基礎年金や老齢厚生年金を60歳以後の希望する時期から受け取ることが出来ます。今回は、繰上げ受給の損得や、留意点についてのお話です。

### 1. 繰上げ受給の年金額

繰り上げて年金を受け取る場合には、年金は減額されます。繰上げ受給の年金額は、65歳時点での老齢基礎年金や老齢厚生年金の額を100%とすると、受け取り時期を1か月早め

るごとに0.5%の減額（令和4年4月1日以降に60歳に到達する人は0.4%に改正）となります。60歳まで繰り上げた場合の減額率は、

$0.5\% \times 60 \text{か月} \parallel 30\%$ 。受給率でいうと65歳

からの本来受給額の70%になり、この減額は一生続きます。繰上げ請求は、1か月単位でできます。（主な年齢での受給率は図表1参照）

### 2. 繰上げ受給の損得

繰上げ受給で多いのが「年金を繰り上げると得ですか、それとも損ですか？」や「何歳から繰り上げるのが良いのでしょうか？」という相談です。しかし、この相談に即座に答えることはできません。と言うのも、繰上げ受給の損得は、相談者が何歳までご存命なのかによるからです。

65歳で原則どおり受け取った年金と、繰り上げて受け取った年金のそれぞれの累計額を比較すると、「繰り上げた年齢+16年8か月後」からは、65歳受給開始の累計額が、繰上げ受給の累計額を上回るようになります。例えば60歳で

繰上げた場合は、76歳7か月までは「繰り上げて良かった！」と言えますが、76歳8か月以後は「65歳まで待ったほうが良かった！」に変わります。この損か得かの分岐点は、何歳で繰り上げてその時点から16年8か月後となります。現在60歳の方が今後平均何年生きるかと言うと、男性で約24年、女性で29年です。また90歳まで生きる確率は、男性で25.0%、女性では49.1%にも上りません。一般的には、早く亡くなる可能性よりも、ご自身がお考えになつて以上の長生きをする可能性の方がずっと高いかもしれませぬ。

図表1

請求時年齢	60歳	61歳	62歳	63歳	64歳	65歳
現在の繰上げ受給率	70%	76%	82%	88%	94%	100%
改正後の繰上げ受給率	76.0%	80.8%	85.6%	90.4%	95.2%	100%

（注）繰上げの減額率は、令和4年4月1日以降に60歳に達する方については、1か月0.4%の減額率に改正されます。改正後はピンク色の欄に記載した受給率となる予定です。

繰上げ受給を選ぶかどうかにあつては、単なる金額の損得ではなく、ご自身にとって繰上げ受給の年金がその時点でどうしても必要なかどうかを冷静に判断することが大切かと思ひます。

3. 繰上げ受給の留意点

繰上げ受給には、年金が減額になること以外にも次の留意点がありますので、請求手続をする前によく確認しておきましょう。

① 繰上げ受給をすると終身減額された年金額となり、繰上げ請求をした後は、取り消すことはできません。

② 繰上げ受給をしている人が遺族厚生年金を受給できるようになっても、65歳まではどちらか一方しか受給できません。多くの場合、遺族厚生年金の受給が有利になるため、遺族厚生年金を受け取ることになり、繰り上げた老齢基礎年金は支給停止になります。65歳以降は両方を受け取るようになりますが、老齢基礎年金は減額されたままの金額です。

③ 繰上げ受給をする60歳から65歳の間に病気やケガで障害状態になっても障害基礎年金が受けられません。

④ 寡婦年金(注1)は受給できません。

・ 繰上げ受給をしていた夫が死亡した場合は寡婦年金は発生しません  
・ 繰上げ受給をしている妻は、寡婦年金は請求できません

・ 寡婦年金を受給している妻が繰上げをすると寡婦年金は失権します

図表2

● 65歳から老齢厚生年金と老齢基礎年金が受け取れる人  
※老齢厚生年金と老齢基礎年金は同時に繰り上げなければなりません。



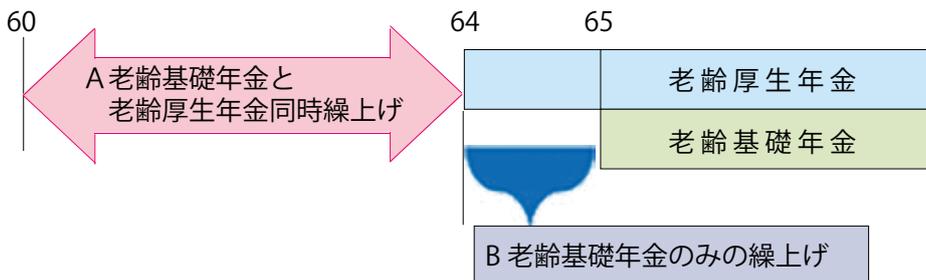
(注1) 寡婦年金とは、国民年金の第1号被保険者(主に自営業者)として保険料を納めた期間や保険料免除期間が10年以上ある夫が亡くなった時に、10年以上継続して婚姻関係にあり生計維持されていた妻に60歳から65歳の間支給されます。

⑤ 65歳支給の老齢厚生年金を繰り上げる場合は、必ず老齢基礎年金も同時に繰り上げなければなりません。老齢厚生年金だけの繰上げはできません。(図表2参照)

⑥ 60歳から64歳までの間に老齢厚生年金が受給できる人は、図表3のような取り扱いとなりますので、繰上げを検討される際に年金事務所等で詳細をご確認ください。

図表3

● 64歳から老齢厚生年金が受け取れる人の例  
A 64歳から老齢厚生年金を受け取れる人が60歳から64歳までの間に繰り上げるときは、老齢厚生年金と老齢基礎年金は同時に繰り上げなければなりません。  
B 老齢厚生年金が受け取れる人は、64歳以降は老齢厚生年金を100%で受け取れるので、64歳から65歳までの間は老齢基礎年金のみの繰上げとなります。



⑦ 在職中(厚生年金に加入中)の人は、老齢厚生年金を繰り上げると、在職老齢年金のしくみや高年齢雇用継続基本給付金との調整等でさらに年金額が低額になる可能性があります。在職中の繰上げ受給はお勧めできません。



# 〈地球に恩返し of 森〉の活動を ブログとInstagramで発信しています！



地球に恩返し of 森づくり事業部では、2009年以降、〈地球に恩返し of 森〉(大分県由布市庄内町)づくりを通して、様々な環境保護運動をしています。日々の活動の様子を、〈地球に恩返し・くすりの森の「しんの」ちゃん〉ブログとInstagramで発信していますので、ぜひご覧ください！

<https://ameblo.jp/liss-shinno/>

地球に恩返し しんの

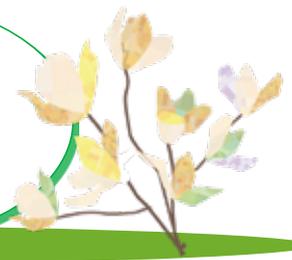


## 桜に彩られた地球に恩返し of 森





4月13日  
九頭めのヤギが  
誕生しました



モクレン



マルバアオダモ



ブルーベリー



オオカナメモチ



ヤマブドウのアーチ



菜の花

支部

活動記

北海道・北日本支部

▼新型コロナウイルス感染症は収束の兆しがみえず、宮城県には4月5日から「まん延防止等重点措置」が適用されています。

そんな中、感染症予防対策を徹底し、入院保証や手術立ち会い、施設入居の身元保証・転居時の自宅の片付け、買い物代行など、関係機関と連携し、できる範囲のサポートをしています。

入院中に面会が許可されず、会話がなくなつた影響もあるのか、精神的に不安定になる方もおられます。また「自粛生活で考える時間が増えたので、書類を見直そうと思った」と、見直し面談を希望される方がいる一方、「コロナが心配なので」と説明会をキャンセルされる方もおられました。

来年は、お花見例会が再開できることを願います。



東日本支部



▼都内マンションに一人で暮らしていたRさん（83歳・女性）は、すかも平和霊苑のお墓をお持ちのご縁で、5年前にりすシステムと契約しました。

昨年10月に返送いただいた確認シートには「一人で何とか生活しています。できるだけご迷惑をかけないように、我が身は自分で気をつけようと思っています」と記入されました。

先月、そんなRさんが脳出血で救急搬送されたとの連絡を受け、搬送先の大病院に急行しました。買い物で外出したRさんは、帰宅途中マンションの廊下で倒れたようです。

コロナ禍でRさんとの面会は許可されず、医師によると「あー、うー」と発するのみで、右半身に麻痺がでていたとのことでした。入院療養契約書、身体抑制に関する説明書等6種の説明同意書に署名し、入院に必要な衣類のレンタルを申し込みました。その後自宅を訪問して電源等を切り、新聞の配達休止、郵便物の転送手続きを行いました。

Rさんは予断を許さない状況が続きましたが、5日ほどでやや安定し、療養型の病院に転院しました。しかし転院から2日後、病院から、血圧・脈拍ともに低下し、厳しい状態であると知らされました。Rさんの医療上の判断に関する事前意思表示書には、臨死期は自然にそのときを迎えたいと記されており、その旨病院に伝えました。Rさんが旅立ったのは翌朝のことでした。

救急搬送されてから一週間ほどでしたが、その間意識は戻らず、ご本人もこうした最期を予想していなかったのではないのでしょうか。病室でお会いしたRさんは看護師の手で身なりが整えられていました。おだやかなお顔で眠っておられたことを、せめてもの救いに感じています。

中部日本支部

▼誕生月には誕生日カードと確認シートをお送りしています。確認シートは皆さんの近況や体調をお尋ねする書面で、ご記入後、返信していただきます。年一回無料の見守り訪問も、このシートでお申込みいただけます。

コロナ禍で外出や楽しみを控える生活が長期にわたり、その影響もあるのか最近は見守り訪問を希望される方が増えました。りすシステムでは全職員が定期的にPCR検査を受け、陰性の確認をしてから訪問しますのでご安心ください。

毎年訪問を希望される方もおられますが「こんな世の中になつて不安が募っています。今までは必要ないと思っていただけ、今年はお会いしたい」と返信くださる方もおられます。お目にかかればお話がはずみ、

コロナ禍の暮らして工夫していること、健康のこと、趣味のことなど話題は尽きません。お別れの際には「私より早く死んだら駄目よ！」と声をかけていただくことも。

今後とも契約家族として、皆さんのご要望にお応えできるよう努めてまいります。



西日本支部

▼2013年にりすシステムと契約したNさん（94歳・女性）。私の**おぼえがき**の各種書類、公正証書を作成し「これで一安心です」と。その後、自宅で自立した生活を続けておられました。

昨年5月、ケアマネジャーから電話があり「Nさんが軽傷で一日入院しました。大事には至りませんでしたが現在要支援2なので今後のこともあり、そちらと契約していると聞いて連絡しました。入院や手術、後見が必要になったら対応できませんか」とのことでした。そこで、契約家族として担っている役割を説明し、Nさんをサポートしていくには連携が必要な旨を伝えて、パンフレットを送付しました。

今年に入りNさんから「電気ストーブを焦がして、火事を起こしてしまうところでした。1人暮らしもいよいよ無理になったと思います。施設入居のことなど相談したいのですが」と連絡がありました。そこで、ケアマネジャー、ヘルパー、りすスタッフと医療班の保健師が自宅を訪ねて今後のことを話し合い、Nさんの意向に沿って施設に転居することにになりました

ところがその2日後ケアマネジャーから、Nさんが、意識が混濁した状態で緊急搬送されたので身元保証をお願いしますと連絡があり、搬送先に急行しました。コロナ禍で

面会は許可されませんでした。他の利用者の件でお世話になったソーシャルワーカーの計らいで、スムーズに保証手続きを行うことができました。

担当医にも退院後の1人暮らしは無理だろうといわれ、1か月弱の入院期間中に転居先を探しました。条件に合った住宅型有料老人ホームが見つかり、施設職員、ケアマネジャー、りすで打ち合わせながら、退院後、直接施設に入居できるよう手続きをすすめました。

身元引受保証人として、施設入居の契約関連書類、デイサービス、訪問看護、訪問介護、薬局の契約書に署名。また、生活必需品や衣類等を施設に運び入れるため、ケアマネジャー、りすスタッフで自宅を訪問し、冷蔵庫の中のものや生ごみの処理、ガスの閉栓手続きを行いました。退院後は無事、施設に入居できました。

先日、施設職員から「最近では、Nさんに笑顔が戻っています」と連絡があり、ケアマネジャーにも伝えました。



中国・四国支部

▼Oさん（84歳・女性）と出会ったのは12年ほど前のことです。居宅介護支援センターから「不慮の事故が原因で、若いころに全盲になった方がいます。ご主人に先立たれ、お子さんもなく、兄弟もいません。1人暮らしも限界と思われ、グループホーム入居を検討しているので、りすシステムに身元引受保証を依頼したい」と連絡をいただき、契約に至りました。

Oさんは、あん摩マッサージ指圧師として働き、ほとんどのことは自分でこなしていましたが、数年前の転倒が原因で車いす生活になりました。



さらに最近では立ち上がることもできず全介助の状態で、自傷行為も見られます。ホームから「ハサミで自分を傷つけよう」としたり指を噛んだりしますので、対応に困っています。りすシステムの了解が得られたら、すぐにも医療保護入院のための移送をしたいのですが」と言われました。

りすには病院への移送を承諾する権限はありませんが、精神保健及び精神障害者福祉に関する法律（精神保健福祉法）第33条第3項に「入院治療が必要な状態で患者本人の同意が取れず、家族がいけない場合には、市町村長の同意により入院させることができる」と示されています。そこで区役所の同意を得て、Oさんを病院までお連れすることになりました。介護タクシーに乗ったOさんは体を固くし、何の言葉も発しません。「退院するときを迎えに来ますから安心してください。病院でゆっくり過ごしてください」と声をかけました。

病院に到着し、保証手続きを済ました。担当医から「精神的な異常はあまり感じられませんが、認知症、

高血圧、股関節の変形がみられます。半年くらいの入院になるでしょう。退院後は特養（特別養護老人ホーム）への転居も視野に、相談員と話し合ってください」と言われました。入院中もホーム利用料がかかるため、早めに退去することとし、不要品の選別をして引越し業者に見積もってもらいました。また防災カーテンや壁紙に血液が付着していたため、新しいものを購入して交換しました。

ホーム退去後の住民票については、半年後の退院・転居までは現在のホームを住所地としていただけるよう交渉し、了承してもらいました。入院が長期化すれば、住所を病院に移すことにしています。ホームに届く郵便物は、りすへの転送届を出しました。

Oさんの足腰が弱り、精神的にも不安定になったのは、コロナによる生活の変化が考えられます。外部から施設に入れず、外出もできず、移動支援の福祉サービスを受けることもできない状況です。リハビリも1年以上受けていません。これまでの暮らしがはやく戻ることを願います。



## 九州支部

▼自宅マンションに1人暮らしのSさん（66歳・男性）。昨年8月にりすシステムのホームページから資料請求され、メールで質問をいただきましたので、東京の九段本部でメールに対応した後、支部から事例を含め、りすのことを説明しました。10月に説明会に参加されたSさんは、総合保証パック（申込みと同時に公正証書作成に取りかかることのできる契約）を申し込むことに決め、11月に日公証役場で公正証書を作成しました。

その後Sさんに、私のおぼえがき一式（企画書・諸手続参考資料表・医療上の判断に関する事前意思表示書・後見ノート（後見事務履行に関する事前意思表示書）を送付。作成に取りかかっていたいただきましたが、コロナ禍のため来所による面談を避け、郵送で書類のやり取りをすることにしました。

Sさんから書類の下書きを送っていただき、事例を含めたアドバイスを返送しました。書類の作成に3か月ほどかけ、今年2月に全ての書類が完成し、書類控えをSさんに送付しました。Sさんには、気持ちや環境の変化があれば、いつでも見直しが可能だとお伝えしています。

▼Yさん（76歳・女性）は一戸建ての自宅に1人暮らしです。昨年末、首に痛みを覚えて入院、治療を受けました。年が明け、退院前の主治医の病状説明に同席して欲しいと依頼され、検査結果を聞いたところ、乳がんが疑われるとのことでした。いったん退院し、後日CT造影検査に付き添いました。診断はやはり乳がん、現時点では転移は確認されず、手術が抗がん

剤治療かの選択となりました。医師の説明を受けたYさんは手術を選択しましたが、受診した病院には乳癌外科の専門医が在籍しておらず、Yさんはその点に不安を抱いておられました。そこで、専門医のいる病院を紹介してもらえないか主治医に相談したところ、K大学病院とKがんセンターを紹介されました。

Yさんは以前大腸がんの手術を受け、K大学病院の定期検診を受けていますので、今回もK大学病院を選択。2月初旬、身元引受保証人として、紹介状持参でK大学病院を受診し、その後の検査に付き添って主治医・麻酔医の説明を受けました。3月に入り、入院前検査に付き添い、入院の手続きを行いました。手術にも立ち会う予定です。

コロナ禍で受診を控える人が増え、がん検診等が減少しているようですが、Yさんの場合は最初に受診した病院でがんが見つかり、治療することができました。今後とも契約家族としてサポートを続けます。



### 大分支部

▼施設で暮らしているEさん(73歳・女性)から緊急コールがあったのは、12月中旬のことでした。

「朝起きてトイレに行こうとしたら、ふらついて転倒しました。左肩を打ってどうしていいかわからず、りすに電話しました」とのこと。そこで施設に連絡し、様子をみていただくようお願いしました。

施設職員によると「意識もはっきりされていて、部屋で安静にしています。ご自身で整形外科の受診予約をされたようです」とのことでした。

Eさんは翌々日にヘルパーの付き添いで受診し、リハビリを受けました。

年が明け、施設から「肩の調子が改善しないので、再度整形外科を受診したところ、左肩を脱臼していたことがわかりました。このあと全身麻酔で施術します。入院は必要ないとのことなので、施設で様子をみます」と連絡がありました。

2日後Eさんから「布団が重くて肩が痛い。羽根布団を買ってほしいのですが…」と依頼され、購入して施設に送りました。

1月下旬施設から「先日の受診で、施術した肩が再び外れていることがわかり、今度は入院・手術となりました。身元保証をお願いします」と連絡があり、翌日病院を訪問、保証手続きをしました。術後の説明に同席したところ、現在の病状から再手術、さらに4〜6週間の入院が必要といわれました。2月中旬に再手術を受け、3月中旬からリハビリを受けています。

先日、依頼のあった生活用品を購入して送ったところ、Eさんからお礼の電話をいただきました。



8〜11ページの写真は東京・千鳥ヶ淵の桜(3月26日撮影)



## 地球に恩返しTシャツ・ポロシャツ



人気のカラーです！



カラフルでかわいいロゴ付きの〈特製Tシャツ・ポロシャツ〉です。お買い上げ金額の一部を、りすシステムから「地球に恩返し基金」へ寄附いたします。ご協力よろしくお願ひいたします。通信販売も承ります。ご希望の方は0120-889-443までご連絡下さい。

### Tシャツ

■定 価：2,000円(税・送料込み) ■サイズ：S・M・L  
■カラー：ホワイト・ピンク・イエロー・ライトグリーン・ライトブルー

### ポロシャツ

■定 価：2,500円(税・送料込み) ■サイズ：S・M・L・LL・3L  
■カラー：ピンク・ネイビーブルー

## 地球に恩返し運動について



私たちの生命を育てている地球!! このやさしい地球に少しでも恩返しをして、次世代に美しい地球を残しませんか。皆さまのご寄附で「地球に恩返しの森」に植樹ができ、銘板にあなたのお名前が刻まれます。

※匿名希望の方は、振込用紙の「通信欄」に「匿名希望」と、ペンネーム希望の方は「ペンネーム」を明記の上、「ご依頼人欄」には必ずお名前をご記入ください。

NPO りすシステム  
地球に恩返しの森づくり事業部

### 地球に恩返し運動本部

連絡先：TEL.03-5215-2383

#### 地球に恩返し 基金振込先

● 郵便局から振り込む場合  
郵便局口座番号：00140-7-743432  
加入者：地球に恩返し基金

● 他行からゆうちょ銀行に振込む場合  
店名：〇一九（ゼロイチキューウ）  
種目：当座 口座番号：0743432  
加入者：地球に恩返し基金



## 「地球に恩返し基金」に寄付をいただき、ありがとうございました

上條 啓佑さん (東京都豊島区)  
澁谷 榮子さん (東京都江戸川区)  
中 トモ子さん (東京都豊島区)

中野 壽美子さん (東京都豊島区)  
M.M さん (東京都杉並区)

匿名1名 50音順

※ 2021年3月1日～3月31日の期間、6名の方から寄付をいただきました。  
※ M.Mさんが1000ポイントを達成されました。



NPO りすシステム

0120-889-443

りすセンター・新木場

0120-373-959