



LPA いしぐる きよこ
石黒 喜代子

今月のテーマ ● 遺される家族への手紙

エンディングノートや終活が話題となり、遺言書を書く方も増えているのではないのでしょうか。法律に定められた要件や形式を満たしていないと無効になってしまったり、遺される家族に想いをこめた遺言書なのに発見されなかったりすることもあります。今回は、亡くなった後に法務局から、「遺言書を預かってます」というお知らせが届く『自筆証書遺言書保管制度』についてご紹介します。

● 法務局に遺言書を預けるには

- ① 遺言書を作成する(法務局に見本があります)
 - 遺言書は用紙(A4サイズ)に、**自書**(ボールペンなどを使い、自分の手で書く)
 - 財産目録はパソコンで作成でき、通帳や登記証明書のコピーも添付できます
- ② 法務局の窓口かホームページにより保管の申請書を作成する
- ③ **遺言者本人**が法務局へ行き、保管の申請をする(3,900円)
 - 形式などのチェックあり(遺言内容についての相談はできません)
- ④ 保管証を受け取る
 - 原本は遺言者が亡くなったあと50年間管理されます

● 預けた後(遺言者本人)

- 遺言書は法務局で保管され画像データ化するので、全国各地の法務局でも閲覧が可能
- 遺言書を変更したり、新たに作った遺言書を預けることもできる
- 保管されている遺言書を返してもらって自分で保管することもできる

● 遺言者が亡くなったら(存命中は相続人等による請求はできません)

- 申請時に指定した人へ『遺言書が保管されています』の通知が届く
- 相続人等は、全国の法務局で遺言書の『写しの交付請求』や『閲覧請求をして内容を確認』することができる

遺言書の紛失や改ざんなどのおそれなく、相続開始後は家庭裁判所における検認が不要になる制度です。保管申請する場合は前もってお近くの法務局へ問い合わせると、持ち物や申請書の書き方など詳しい話を聞くことができます。

「うちに遺言書は必要ない」と思っている方も、住宅があり子どもが複数人みえる場合は、争続にならないためにも最後に伝える手紙としての遺言書を考えてみませんか。

お問い合わせ | コープぎふ LPAの会事務局 TEL 058-370-6713 月～金曜日 9時～17時(土日休み)

教えて先生! 健康+講座

今月の先生紹介
しのだ きみたか
篠田 公敬 氏
岐阜市
篠田歯科医院



今月のテーマ

歯の知覚過敏症

はじめに

歯科医院では、虫歯・歯周病の治療・歯を抜く・入れ歯を入れることが多くを占めていますが、歯の痛みとして、(象牙質)知覚過敏症が話題になっています。知覚過敏症用の歯磨き剤の使用を積極的に進めるテレビのCMもよくみられます。

知覚過敏症における痛みが出る原因については不明な点が多いですが、象牙質の中にある細い管の中の液が動いて歯の中の神経を刺激して痛みを起すとする説が広く受け入れられています。

歯ブラシなどにより歯のエナメル質・象牙質が削れる、歯の一部が欠ける、また、歯周病の進行、力を入れすぎた歯みがき、全身の体調不良によっても起きることもあります。

症状は、冷たいもの、特に水を飲むことにより、一時的に痛みを感じるのが特徴で、その痛みは軽いものから強い場合もあります。

予防

日常生活において知覚過敏症を防ぐには、歯磨きを丁寧に行うことが一番です。特に、朝の歯磨きは家族が集中すること、時間に余裕がないなどで、短時間で焦って歯磨きが行いがちです。

歯磨きの注意点として、歯とともに歯茎も磨くように言われていますが、軟らかく当てることが重要。力を入れると歯ブラシが音を出すものも売られていますが、一人ひとり歯の状態は異なり、歯磨き時の適したスピードや圧力は分かりにくいので、歯科受診時に相談すると良いです。

ちなみに、知覚過敏症に効く、もしくは予防効果があるとされている市販の歯磨き剤は、乳酸アルミニウム粒子(象牙質の細い管の封鎖作用)、硝酸カリウム(知覚を和らげる)物やフッ素が許されている量まで入れられているものもあります。

さいごに

知覚過敏症は、市販の歯磨き剤で治癒することは困難です。かき氷など冷たいものを食べた時に起きる短い痛みは問題ないですが、強く長期間痛みが続くときは、歯医者さんにかかることが必要となります。

歯周病での知覚過敏症では、歯周病の治療を行うことにより、唾液中に含まれているカルシウム成分によって、表面がコーティングされ、症状は改善されます。

歯の知覚過敏症は治りにくく、放置するとほかの病気に進むことがあるので注意が必要です。



治療方法

治療方法は、象牙質の細い管に蓋をして、中の液を動き難くする方法で、材料としてはフッ素製剤、歯科用セメント、レジンの薄い皮膜の塗布、銀製剤(乳歯の虫歯予防や虫歯治療に用いられているサフォライド)、レーザー照射などが使われています。

なかなか処置しても痛みが消失しない時は、特に温かいものでみるようになれば、歯髄炎(歯の神経の病気)になってしまっている時がしばしばみられます。この時には、歯の神経を麻酔して取らなければなりません。

私の最大の仕事は、毎週300m離れた所まで手押し車で注文の品を受け取りに行くことと、畑仕事です。あとは月1回池田温泉へ連れてってね、お父さん!これが私の長寿の秘訣なんだから。(関ヶ原町 雪ん子さん)

2021年度 | 第9回

理事会だより (2/9)

1 1月期決算について承認しました

単位: 百万円

1月度事業結果	1月実績	予算差	累計実績	予算差
商品の供給高	2,500	54	23,894	945
総事業高	2,575	54	24,659	958
事業経費	481	-4	5,001	-107
経常剰余金	119	12	833	335
当期剰余金	83	8	583	234

組合員数 254,770名 計画比 99.5% (加入567名)
出資金 47億5,098万円 一人当り出資金 18,648円

2 住所不明組合員のみなし脱退の処理について

「住所不明組合員の脱退手続きに関する規約」に準じて組合員の所在確認を行い、3年連続して郵送物が返送されるなど所在がわからない組合員(2021年度1,206名予定)について自由脱退とみなして、年度末に脱退処理の手続きを行うことについて確認されました。のみなし脱退予定の組合員の出資金(出資預かり金含む)は預り金として2年間管理し、組合員から出資金の払い戻し請求がなかったときは、生協法23条に基づき、雑収入とします。所在が確認できた組合員には、ただちに再加入の手続きを行います。

3 「戦争体験聞き書き」第16集の発行について

戦後76年が経ち、戦争体験者の高齢化と共に戦争の記憶自体が風化しています。当時の体験を聞いてそれを文書にすることや、ご本人の体験を文書で残すことを通し、「戦争」について次世代に伝えていくことを目的として、岐阜新聞・岐阜放送との共催、岐阜県・岐阜県教育委員会の後援を受けて、原稿を募集し、12名の方から6本の体験談、6本の聞き書き作文を寄稿いただき、「戦争体験聞き書き」第16集を発行しました。ホームページでご案内しています。

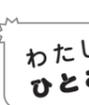
4 「災害支援そなえ令和基金」への寄付(参加)について

日本生協連も参画する「NPO法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク(以下、JVOAD)」で設立している「災害支援そなえ令和基金」に、コープぎふとして「災害支援積立金」より25万円を寄付しました。基金は、どこで災害が起きても誰一人取り残さず、必要な支援が届く社会を目指して、平時からの地域ネットワークづくりを応援するために、「災害支援のネットワーキング」「災害支援のスキルアップ・人材育成」「災害支援の検討・検証」に活用されます。



わたしのひとこと

5人の子どもの母です。
4番目の子が春から家を出て、子育てもラストスパートに入ってきました。(中津川市 砂かけばあさん)



わたしのひとこと



わたしのひとこと