

第1回 「ライフプラン」 これからの じんせいを かんがえる

11月3日（日）



くに （ ）

なまえ （ ）

1. はじめに

このこうざでは、マネー（おかね）プランか、ケアプラン（かいご）を ベ
んきょうします。



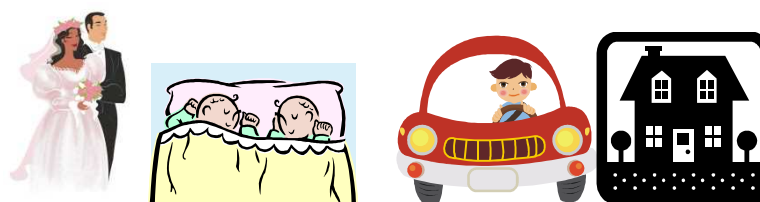
でも、みなさんのライフ（じんせい）のなかで、いつ、マネーが ひつよう
ですか。ケアをするときは、いつですか。よくわかりません。

こうざでは、「ライフイベントひょう」を かきます。そうすれば、いつ マ
ネーと ケアが ひつようか わかります。



「ライフイベントひょう」を かくことで、みなさんが しょうらい どん
な せいかつを おくりたいか、そのためには いまから どんな じゅんび
を したらいいか について、かんがえてみましょう。




2. ライフイベント

ひとには、「けっこんする（marriage、Matrimonio）」、「こどもがうまれる（childbirth、Parto / alumbramiento）」、「くるまをかう（buy a car、Comprar un auto）」、「いえをかう（buy a house、Comprar una casa）」など、いろいろな「ライフイベント」があります。



ライフイベントには、たくさんの おかねが かかります。では、どのぐらい おかねが かかるでしょうか。よそうしてみましよう。

けっこんする 	（ぐんま、いばらき、とちぎ けん） ①¥3,700,000 ②¥2,000,000 ③¥500,000	けっこんしき、ひろうえん など。 （ に ほ ん の へ い き ん ） ¥ 4230,000
こどもを うむ 	①¥500,000 ②¥470,000 ③¥250,000	※ こくみんけんこうほけん（国民健康保険）にはいっているひとは、くになら 420,000 えん ほじょが あります。そのため、はらうのは 50,000 えんでいいです。

<p>いえを かう</p> 	<p>（ぐんまけん）</p> <p>①¥47,000,000 ②¥35,000,000 ③¥28,000,000</p>	<p>（にほんのへいきん ）</p> <p>た て う り じ ゅ う た く ¥33,210,000 マ ン シ ョ ン ¥38,400,000</p>
<p>がっこうに いく</p> 	<p>ようちえん、しょうがっこう、 ちゅうがっこう、こうこうま で、こうりつのがっこう （public school）に いくば あい</p> <p>①¥7,000,000 ②¥6,000,000 ③¥5,000,000</p>	<p>ようちえん（しりつ）、しょうが っこうからこうこうまで（こう りつ）、だいがく（しりつ）のば あい ¥10,400,000</p>
<p>ろうごの せいかつ （しごとを やめたあと）</p> 	<p>ふうふ ふたりの せいかつ （まいつき every month）</p> <p>①¥330,000 ②¥280,000 ③¥220,000</p>	<p>※ 65～80 さいまで かかる おかね ¥220,000×12 かげつ×15 ねん＝ 39,600,000 えん</p> <p>ゆとりあるろうごせいかつ （まいつき）¥370,000</p>









わたしたちは、だれでも としを とって、おじいさん、おばあさんに な
 っても、げんきに くらしたい と おもっています。

では、せかいでは、ひとびとは、なんさいまで いきるでしょうか。

へいきん じゅみょうは なんさいぐらい だと おもいますか。よそうして

みましょう。(出典：厚生労働省 平成 24 年簡易生命表の概況 3 平均寿命の国際比較

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life12/dl/life12-04.pdf>)

	おとこ 	おんな 
にほん 	①75 さい ②80 さい ③85 さい	①79 さい ②86 さい ③88 さい
かんこく (Korea) 	77.6 さい	84.5 さい
ちゅうごく (China) 	72.4 さい	77.4 さい
タイ (Thailand) 	①65 さい ②68 さい ③71 さい	①65 さい ②69 さい ③78 さい
バングラデシュ (Bangladesh)	66.7 さい	68.8 さい
ブラジル (Brasil) 	①65 さい ②68 さい ③70 さい	①70 さい ②78 さい ③80 さい
ペルー (Peru) 	①69 さい ②70 さい ③71 さい	①74 さい ②75 さい ③76 さい

これから、「ライフイベントひょう」を つくります。

- ・「ライフイベント」の「イベント」は、「できごと」です。
- ・「ライフイベント」は、じんせいの なかで おこる できごと です。
- ・「ライフイベントひょう」は、これからの せいかつで おこる できごと
を かいた ひょうです。

これが「ライフイベントひょう」です。

「ライフイベントひょう」

文化庁「生活者としての外国人」のための日本語教育事業地域日本語教育実践プログラム(A)
 定住外国人が安心して高齢期を迎えるための日本語教室・責任者（群馬大学 結城恵） 2013/11/03

＜ライフイベントひょう＞（げんざい～15ねんご）

くに（ ） なまえ（ ）

暦年		2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027
年 齢	わたし															
	つま/おっと															
	ちょうじょ															
	ちょうなん															
	りょうしん															
ラ イ フ イ ベ ン ト	＜わたし＞															
	しごと															
	にほんご															
	しかく															
	そのた															
	しゆみ															
	＜かぞく＞															
	つま/おっと															
	ちょうじょ															
	ちょうなん															
	りょうしん															
	いえ															
	くるま															
	その他															
10ねんごとの もくひょう など																

これから、「ライフイベントひょう」の かきかたを せつめいします。

文化庁「生活者としての外国人」のための日本語教育事業地域日本語教育実践プログラム(A)
定住外国人が安心して高齢期を迎えるための日本語教室・責任者（群馬大学 結城恵） 2013/11/03

<ライフイベントひょう> (げんざい～15ねんご)

① くに() なまえ()

暦年	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027
年 齢	<div>②わたしの なまえ</div> <div>③わたしの ねんれい</div> <div>かぞくの なまえ</div> <div>かぞくの ねんれい</div>														
ラ イ フ イ ベ ン ト	くわたし>														
	しごと	④ わたしの ライフイベント													
	にほんご														
	しかく														
	そのた														
	しゅみ														
	くかぞく>														
	つま/おと	⑤ かぞくの ライフイベント													
	ちようじよ														
	ちようなん														
	りようしん														
	いえ														
	くるま														
	その他														
10ねんごとの もくひょう など	⑥ わたしの もくひょう など														

(れい)

文化庁「生活者としての外国人」のための日本語教育事業地域日本語教育実践プログラム(A)
定住外国人が安心して高齢期を迎えるための日本語教室・責任者（群馬大学 結城恵） 2013/11/03

＜ライフイベントひょう＞（げんざい～25ねんご） くに（ペルー） なまえ（キムラ エリカ）

暦年		2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035	2036	2037					
年 齢	わたし	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72					
	つま/おとと	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69					
	ちょうじょ	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41					
	ちょうなん	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39					
	りょうしん	72 70	73 71	74 72	75 73	76 74	77 75	78 76	79 77	80 78	81 79	82 80	83 81	84 82	85 83	86 84	87 85														
ラ イ フ イ ベ ン ト	<わたし>																														
	しごと	○てんしよく					○かいしやをつくる					○たいしよく					○ねんきん														
	にほんご	○かんじをおぼえる ○にほんごのうりよくしけん(JLPT)をうける																													
	しかく	○うんてんめんきよをとる											○フオークリフトのめんきよをとる																		
	そのた	○パソコンをならう											○まごのせわ					○まごがしょうがくせい					○まごがちゅうがくせい								
	しゅみ	○ブラジルでサッカーワールドカップをみる											○すいえいをする					○スポーツジムにいく					○ふうふでりょうこうする								
	<かぞく>																														
	つま/おとと	○パート		○けっこん20ねん										○けっこん30ねん ○たいしよく											○けっこん40ねん						
	ちょうじょ	○だいがく					○しゅうしよく					○けっこん					○こどもがうまれる ○こどもがうまれる														
	ちょうなん	○こうこう					○だいがく					○しゅうしよく					○けっこん ○こどもがうまれる														
りょうしん												○かいご					○おやといっしょにすむ														
いえ												○いえをかう					○ローンがおわる					○いえをしゅうりする									
くるま	○くるまをかう											○くるまをかう															○くるまをかう				
そのた	○いちじきこく					○りょうこう										○いちじきこく															
10ねんごとの もくひょう など		・しごとの にほんごを ペンきょうする ・こどもを とうきょうの だいがくに いかせる											・ていねんごのために、300まんえん ちょきんする ・りょうしんの かいごをする											・ボランティアをする ・ふうふで けんこうにくらす							

（スペイン語）

- | | | | |
|---|----|-------|-----------------------|
| 1 | 結婚 | けっこん | Matrimonio |
| 2 | 出産 | しゅっさん | Parto / alumbramiento |

3	家を買う	いえをかう	Comprar una casa
4	車を買う	くるまをかう	Comprar un auto
5	保育園/幼稚園	ほいくえん/ようちえん	Guarderia
6	小学校	しょうがっこう	Escuela Primaria
7	中学校	ちゅうがっこう	Escuela Secundaria Básica
8	高校	こうこう	Escuela Secundaria Superior
9	大学	だいがく	Universidad
10	専門学校	せんもんがっこう	Instituto de estudio superior
11	就職	しゅうしょく	Conseguir un empleo
12	転職	てんしょく	Cambiar de trabajo
13	退職	たいしょく	Jubilación
14	一時帰国	いちじきこく	Regresar a su país por un periodo de tiempo
15	旅行	りょこう	Viaje
16	介護	かいご	Asistencia a personas de la tercera edad o con algún tipo de dificultad física o mental
17	起業 (えいご)	きぎょう	Crear una empresa
1	結婚	けっこん	marriage
2	出産	しゅっさん	childbirth
3	家を買う	いえをかう	build a house
4	車を買う	くるまをかう	buy a car
5	保育園/幼稚園	ほいくえん/ようちえん	nursery school/kindergarten
6	小学校	しょうがっこう	elementary [a primary] school
7	中学校	ちゅうがっこう	junior high school
8	高校	こうこう	senior high school
9	大学	だいがく	university/ college
10	専門学校	せんもんがっこう	a college, a special[vocational]school
11	就職	しゅうしょく	find work/get a job
12	転職	てんしょく	change one's job
13	退職	たいしょく	retire
14	一時帰国	いちじきこく	travel to mother country for temporary visit
15	旅行	りょこう	travel
16	介護	かいご	looking after an aged relative
17	起業	きぎょう	starting a business/promotion of enterprise

3. しょうらいのもくひょう と ライフイベント

みなさんの しょうらいの もくひょうは、なんですか。

ゆめはなんですか。

- 「けっこんしたいです」



- 「こどもが ほしいです」



- 「しごとを かわりたいです」



- 「いまよりも もっと きゅうりょうが いい しごとを したいです」

- 「にほんで おおきい いえを たてたいです」



- 「あたらしいくるまを かいたいです」



- 「こどもを こうこうに いかせたいです」



- 「1ねんに 1かい、かぞくみんなで くにに かえりたいです」



みなさんには、いろいろな ゆめや、もくひょうが あると おもいます。

「ライフイベントひょう」に ゆめや もくひょう について かくことで、
ゆめを じつげんするためには いまから どんな じゅんびを したらいいか かんがえてみましょう。

- ・10ねんご、あなたは なんさいですか。
- ・10ねんご、どんな しごとを したいですか。いまと おなじ しごとを しますか。あたらしい しごとを さがしたいですか。
- ・こどもは なんさいですか。こどもは だいがくに いきますか。

10ねんごの ゆめや もくひょうに ついて、メモしてみましょう。

れい) しごとの にほんごを べんきょうする



こどもを とうきょうの だいがくに いかせる



くるまの うんてんめんきょを とる



フォークリフトの めんきょを とる



かいしゃの せいしゃいんに なる



（メモ）

メモしたあとで、となりの ひとと はなしてみましよう。

はなしたあとで、10ねんごの もくひょうを 「ライフイベントひょう」
にかいてください。

かいたら、「ライフイベントひょう」にたりないところが ないか かんが
えてください。もし あったら、かいてください。

4. ライフイベントとケアプラン

ひとが としを とると、どうなるでしょうか。

びょうきに なるかもしれません。



ひとりで あるけなくなるかもしれません。



ついで あるく かもしれません。



くるまいすに のるかもしれません。

ひとりで トイレに いけない かもしれません。



オムツを するかもしれません。



ひとりで ごはんが たべられない かもしれません。



このように、ごはん、トイレ、お風呂（シャワー） など、みのまわりの ことが できなくなると、「かいご」が ひつようになります。

わたしたちは、はいぐうしゃ（だんなさん、おくさん）を かいご しなければ ならないこともあります。

りょうしんを かいご しなければ ならないことも あります。

みなさんは、しょうらい、だれを かいご することになりますか。となりのひととはなしてください。はなしたあとで、ライフイベントひょうにかいてみましょう。



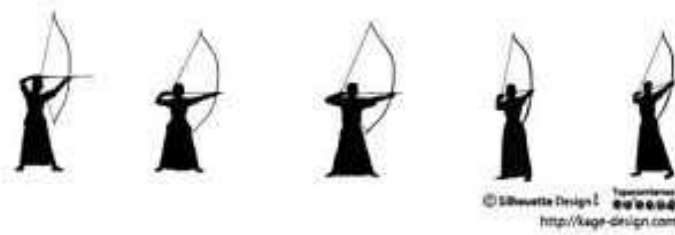
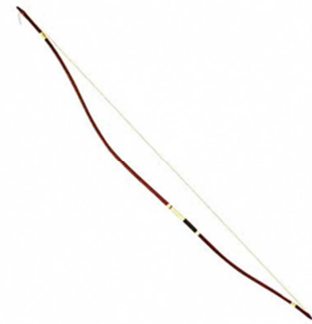
5. おわりに

きょうのこうざでは、ライフイベントとライフプランについて、かんがえしました。だい3かい（11月24日（にちようび））からは、ケア（かいご）プランと マネー（おかね）プランの コースに わかれて、しょうらいの せいかつに ひつような ケア（かいご）と マネー（おかね）について、べんきょうしましょう。



＜ライフイベントひょう＞（げんざい～15ねんご）					くに（							）					なまえ（					）				
暦年		なまえ	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027									
年 齢	わたし																									
	つま/おっと																									
	こども1																									
	こども2																									
	こども3																									
	りょうしん																									
ラ イ フ イ ベ ン ト	＜わたし＞																									
	しごと																									
	にほんご																									
	しかく																									
	そのた																									
	しゅみ																									
	＜かぞく＞																									
	つま/おっと																									
	こども1																									
	こども2																									
	こども3																									
	りょうしん																									
	いえ																									
	くるま																									
そのた																										
10ねんごとの もくひょう など																										

きゅうどう
弓道をする



1. じこしょうかいを する

タスク 1

15 びょう くらいの じこしょうかいを してください。

じこしょうかいで ^{はな}話すこと

・ じぶんの ^{なまえ}名前

・ くに

・ ^{にほん}日本に いる りゆう （どうして ^{にほん}日本に いますか？）



はじめまして。

わたしは （ くに ） から きた （ なまえ ） です。

いま ^{にほん}日本の ^{かいしゃ}会社で はたらいて います。

どうぞ よろしくおねがいします。

※ これは ていねい (polite) です。

わたしは （ くに ） から まいりました （ なまえ ） と もうします。

^{にほん}日本に いる りゆう

・ ^{にほん}日本の ^{かいしゃ}会社で はたらいて います。／しごとを しています。

・ けっこんして ^{にほん}日本に すんで います。

・ 5ねん まえに ^{にほん}日本に きました。いま、じぶんの みせを もっています。

きをつけること

① どこを ^み見ますか？

② どんな こえで ^{はな}話しますか？

タスク 2

1 ぶん くらいの じこしょうかいをしてください。

弓道の せんせいに じこしょうかいします。

なにを はなしますか？

15 びょうの じこしょうかい + a

・しごと

・いま したいこと (なにが したいですか？)

・きょう ここに きた りゆう／きょう どうして ここに きましたか？

はじめまして。

わたしは (くに) から きた (なまえ) です。

いま にほんの かいしゃで はたらいて います。

かいしゃは おおたの ×× です。

まいにち にほんごを べんきょうして います。でも にほんごは むずかしいです。かんじを 500 おぼえたいです。

^{にほん}日本の でんとうてきな (traditional) ぶんか (culture) に きょうみがあります。

きょうは きゅうどうを しに きました。

どうぞ よろしく おねがいします。

いいかた

しに きました。

N/V ます に + きました／いきました

かいものに いきました

かいに いきました

^{はな}話してください

- ・みなさんの くにでは はじめて あったひとに なにを ききますか？
としは？ しごとは？ かいしゃは？ けっこんしていますか？
こどもはいますか？ きゅうりょうは いくらですか？

- ・にほんでは どうですか？

2. 弓道^{きゅうどう}の じゅんぴ

きょう 弓道^{きゅうどう}を します。

弓道^{きゅうどう}は からだを うごかします。

せんせいの 話^{はなし}が わかりますか? どんな ことばが いますか?

2-1. からだを あらわす ことば

タスク 3

えの () の 名前^{なまえ}を かいてください。

グループで おぼえる れんしゅうを してください。

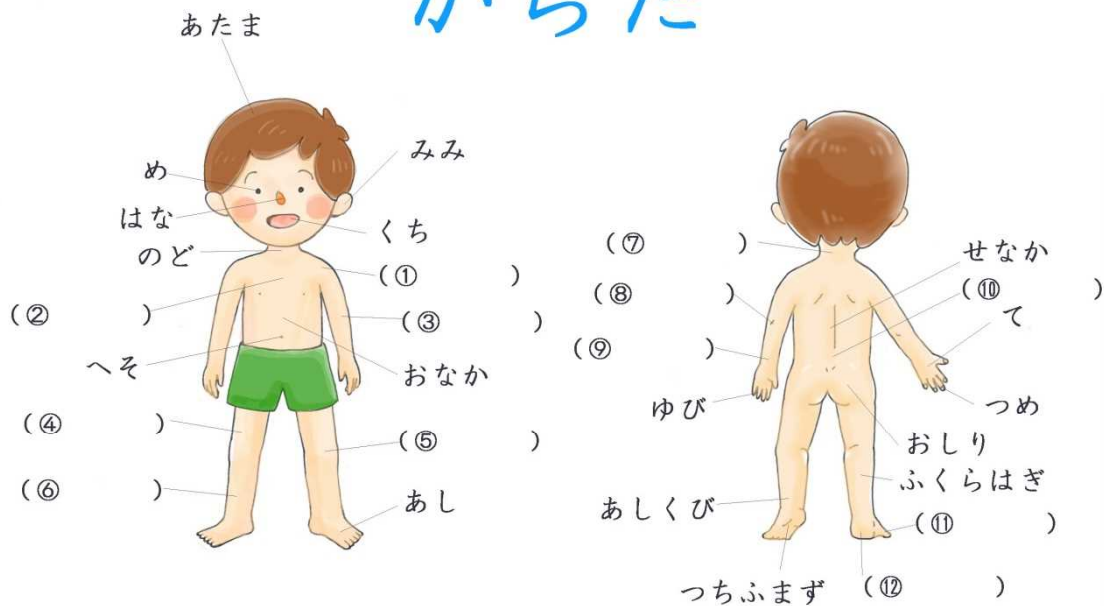
タスク 4

からだの ばしょの 名前^{なまえ}を いいます。

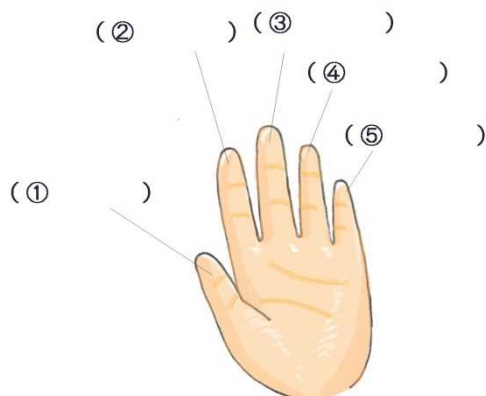
その ばしょを ※ゆびさして ください。 ※ゆびさす 



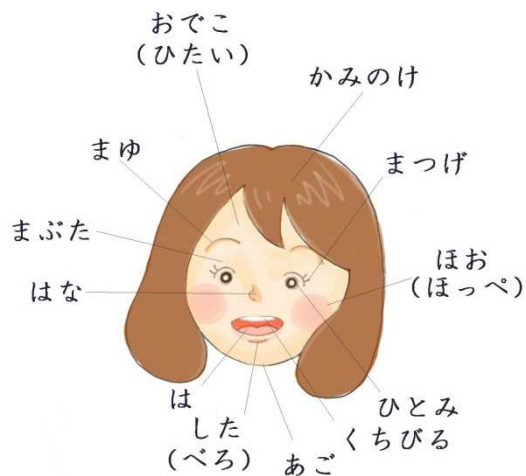
からだ



て



かお



2-2. 弓道の 道具

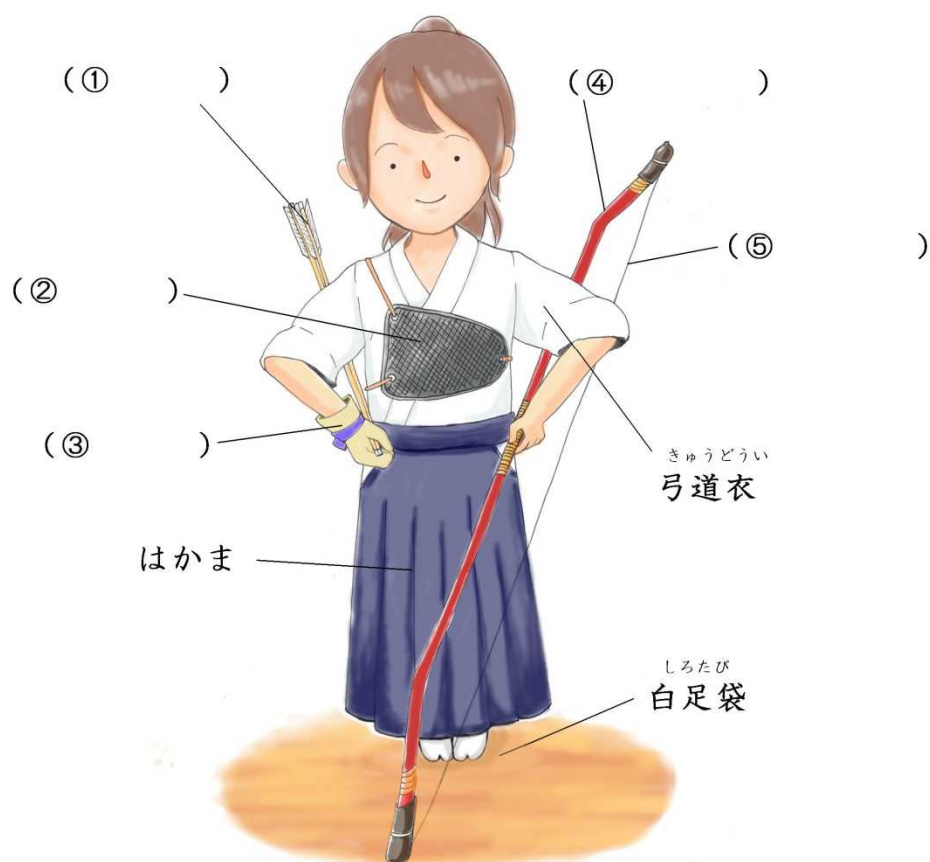
タスク 5

えを 見て ください。

() の 名前を いいます。

よく きいて かいて ください。

おもな用具



タスク 6

せんせいが ^{きゅうどう}弓道の どうぐ を ゆびさします。

その どうぐの ^{なまえ}名前を 教えてください。

ゆみ

つる

や

かけ

まと

2-3. ^{きゅうどうじょう}弓道場（^{きゅうどう}弓道を する ところ）の ことば

まと

いりぐち

でぐち

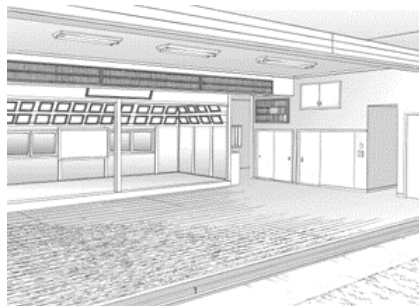
かみざ

ほんざ

しゃい

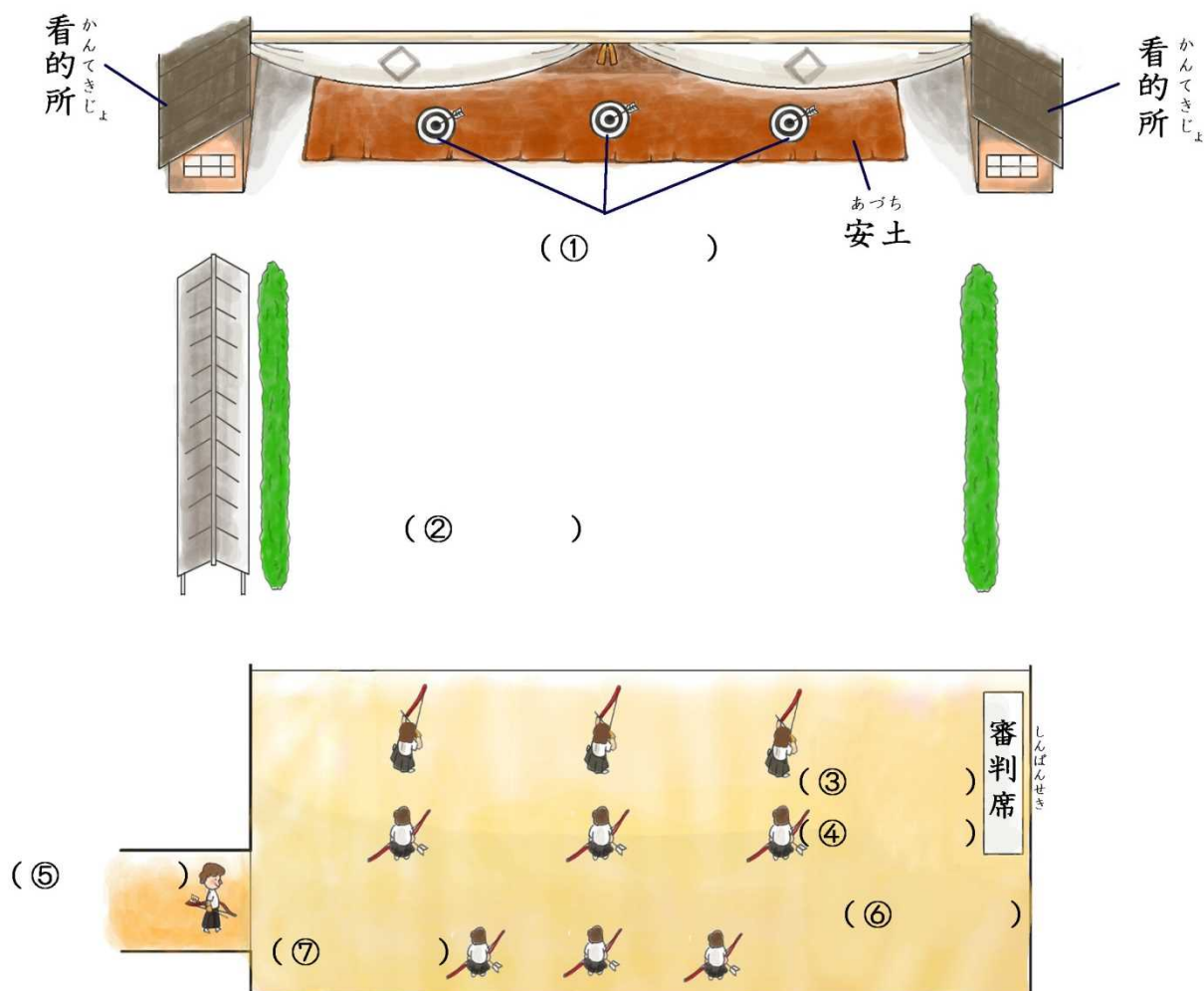
ひかえ

やみち



タスク7

せんせいの ことばを きいて ()に かいて ください。



2-4. 弓道場の マナー 人のいえに いったときの マナー

タスク 8

にほんの れいぎ (etiquette manners) で わからないこと ふしぎ
なことが ありますか？

グループで はなしてください。

タスク 9

こんなとき どうしますか？

① はじめて ^{にほんじん}日本人の ^{ともだち}ともだちの いえに いきました。げんかんで かぞく
に あいました。 どうしますか？

^{きゅうどうじょう}弓道場で はじめて ^{せんせい}先生に あいました。どう いいですか？ どう
しますか？

② くつを めぎます。いえに はいります。どう いいですか？ どう します
か？

^{きゅうどうじょう}弓道場で どう いいですか？ どう しますか？

③ ^{きゅうどうじょう}弓道場で ^{せんせい}せんせいが アドバイス しました。みなさんは どう いいま
すか？

④ ^{にほんじん}日本人の ^{ともだち}ともだちの いえから かえります。どう いいですか？ どう
しますか？

^{きゅうどうじょう}弓道場から かえります。 どう いいですか？ どう しますか？

2-5. うごきを あらわす ことば

タスク１０

うごきを あらわす ことばを いいます。

うごいてください。

タスク１１

からだの ばしょと うごきを あらわす ことばを いいます。

うごいてください。

むずかしい ことば

つける：てを こしに つける

はさむ：やを つるに はさむ

のばす：せすじを のばす

はる：ひじを はる

むける：かおを むける

ひっぱる：つるを ひっぱる

～つづける：あるきつづける はなしつづける ひっぱりつづける （ずっと～する）

はなす：つるを はなす

タスク１０・スクリプト

てを あげて ください／さげて ください

りょうてを あげて ください／さげて ください
さゆうの てを あげてください／さげて ください
みぎてを あげて ください／さげて ください
かおを ひだりに むけて ください
くびを まわして ください
ひじを はって ください
あしを ひらいて ください
～を もって ください
てを にぎって ください
こしに てを つけて ください
せすじを のばして ください

タスク11・スクリプト

さゆうの てを こしに つけて ください
やを つるに はさんで ください
りょうてで ゆみと つるを もって ください
りょうあしを おおきく ひらいて ください
ゆみを ひだりてで もって ください
せすじを まっすぐ のばして ください
みぎての かけで つるを はさんで ください
ひだりてで ゆみを にぎって ください
りょうひじを かるく はって ください
かおを まとに むけて ください
りょうてを たかく あげてください
ひだりてを ななめうえに まっすぐ のばしてください

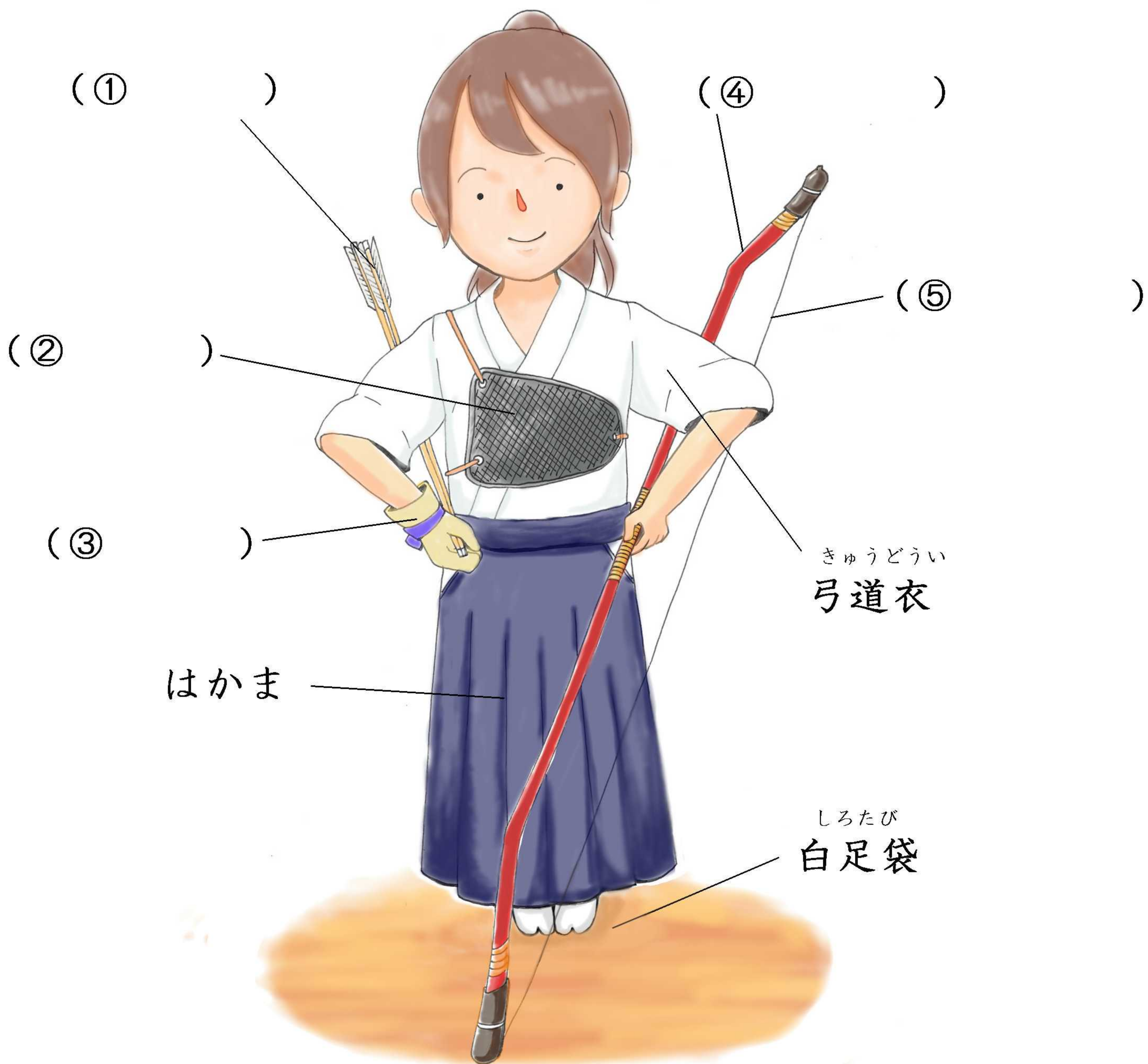
みぎてを ひたいの うえに うごかしてください
ひだりてを かたの たかさまで さげてください
みぎてで つるを ひっぱってください
ひだりてを まとのほうに まっすぐ のばしてください
みぎてで つるを ひっぱってください
さゆうに ひっぱり つづけてください
みぎてで つるを はなしてください
そのまま いきを すってください

2-6. れいぎさほう

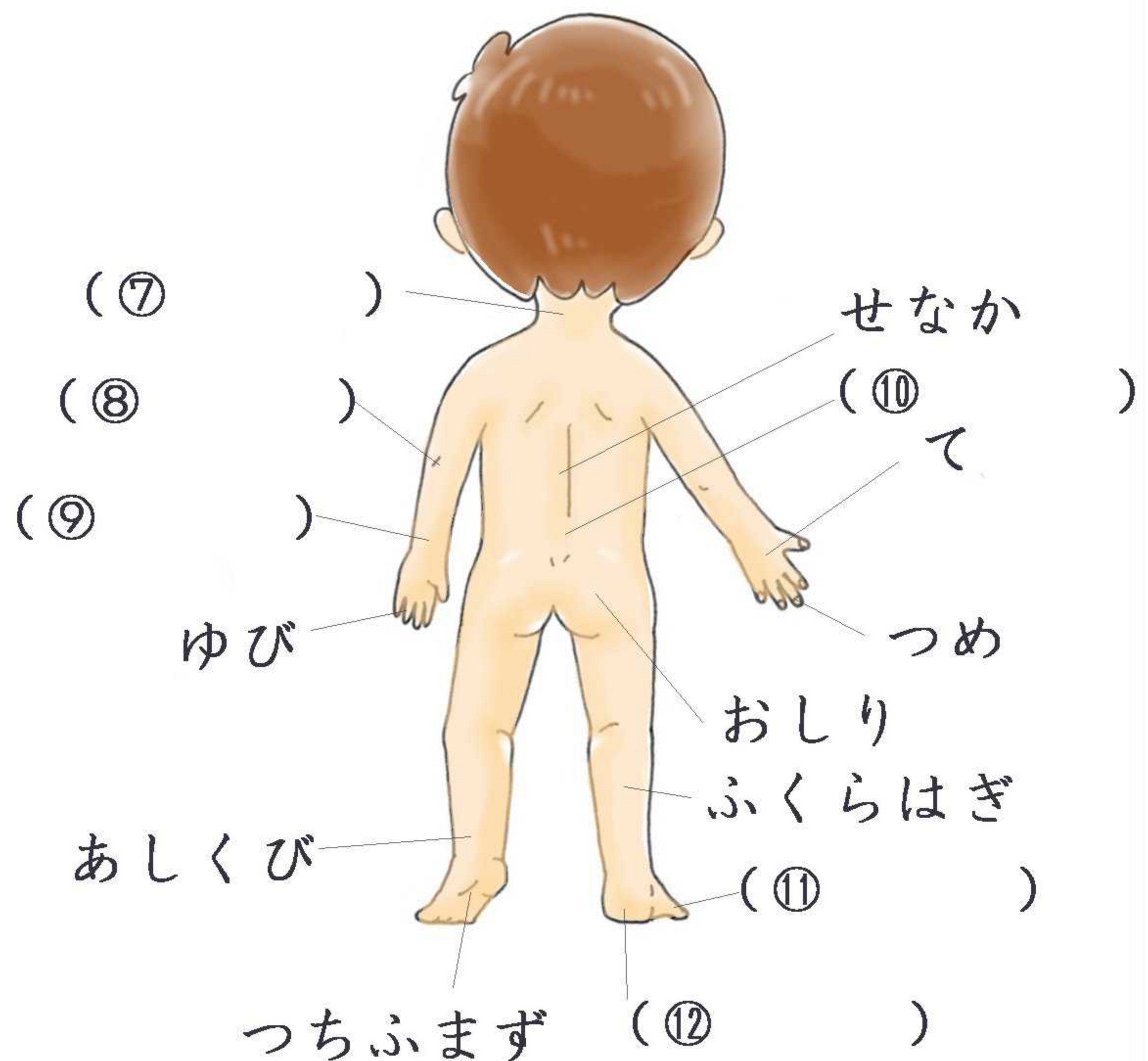
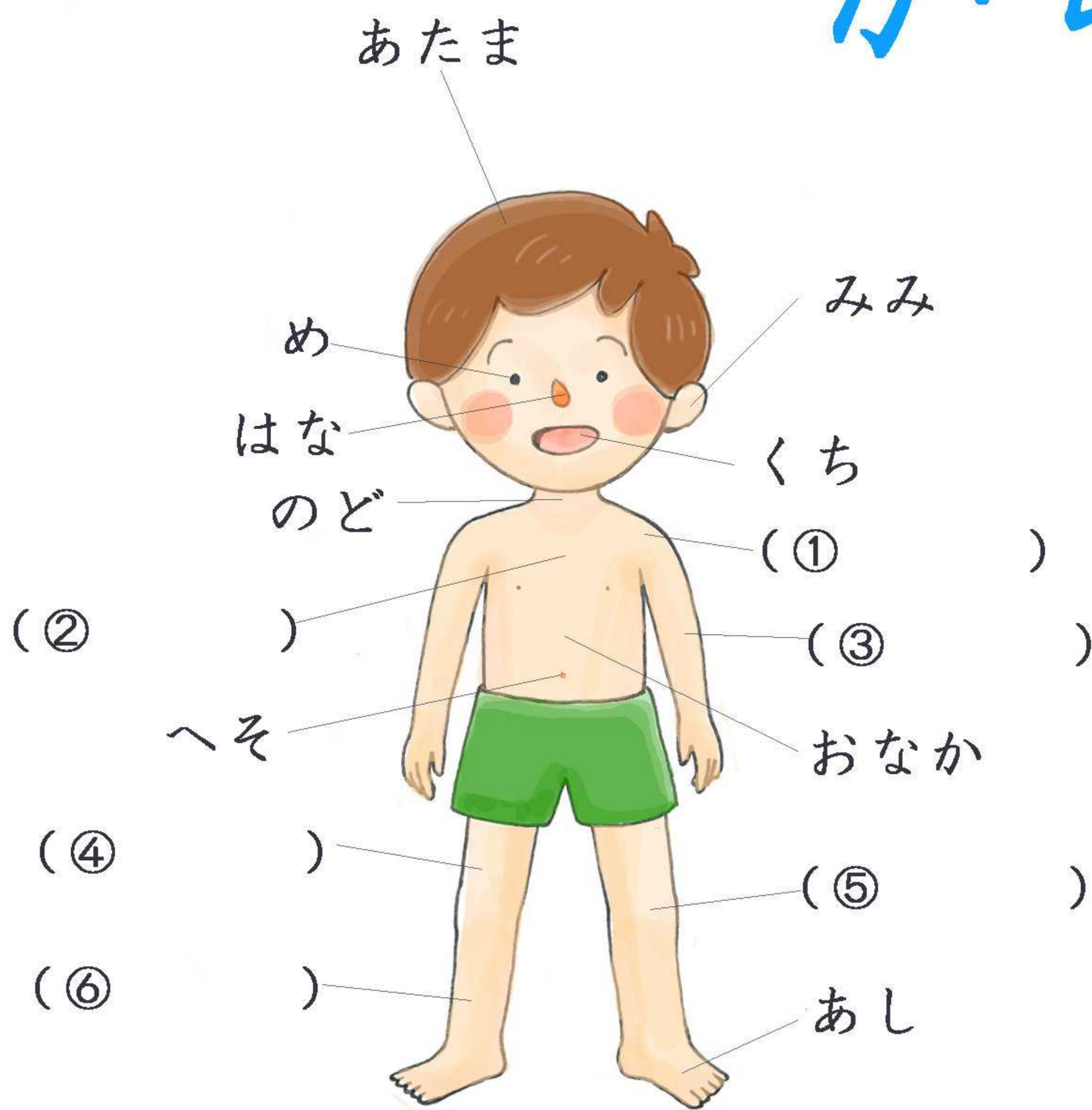
タスク 1 2

プリントを みて れんしゅう してください。

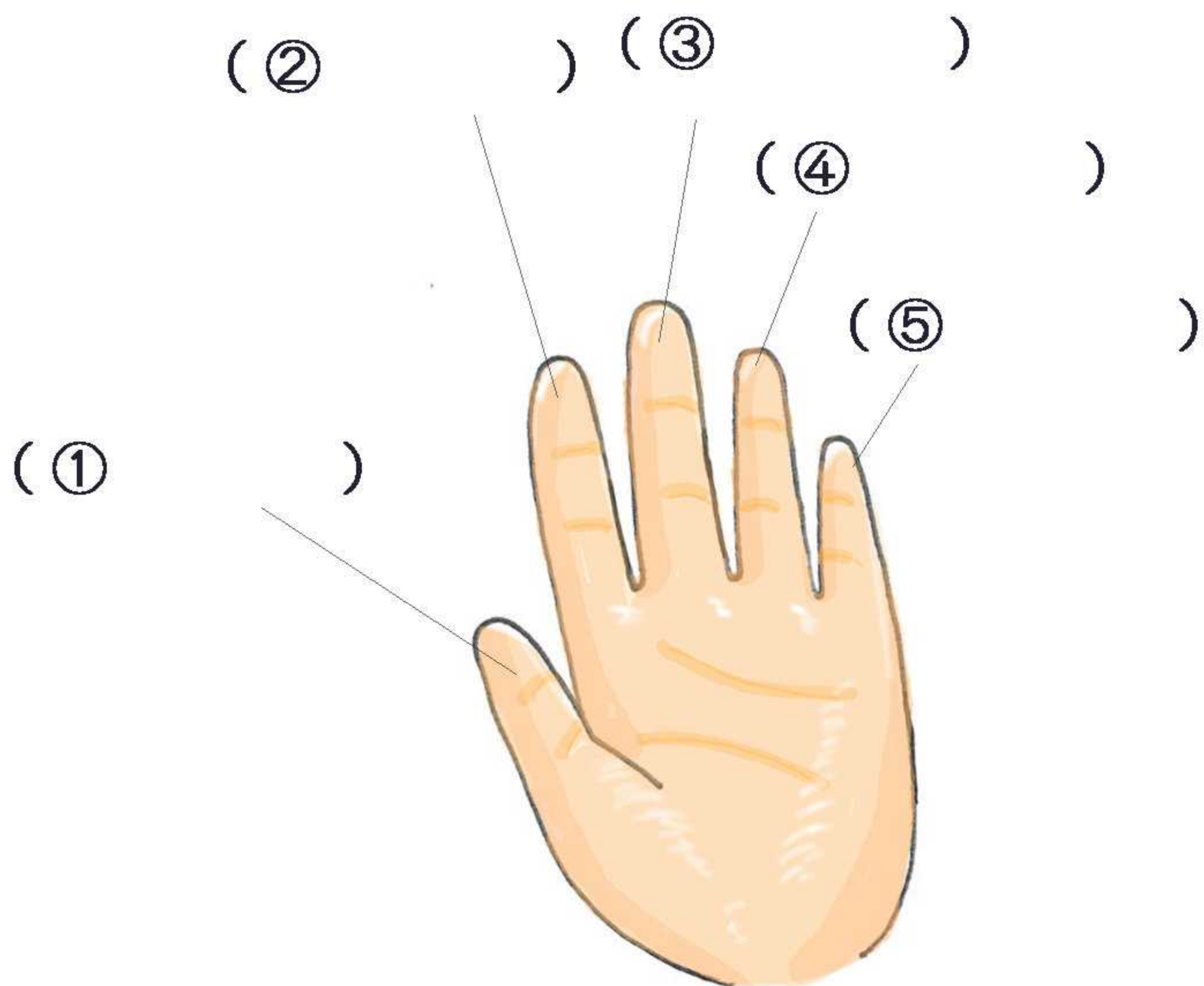
おもな用具



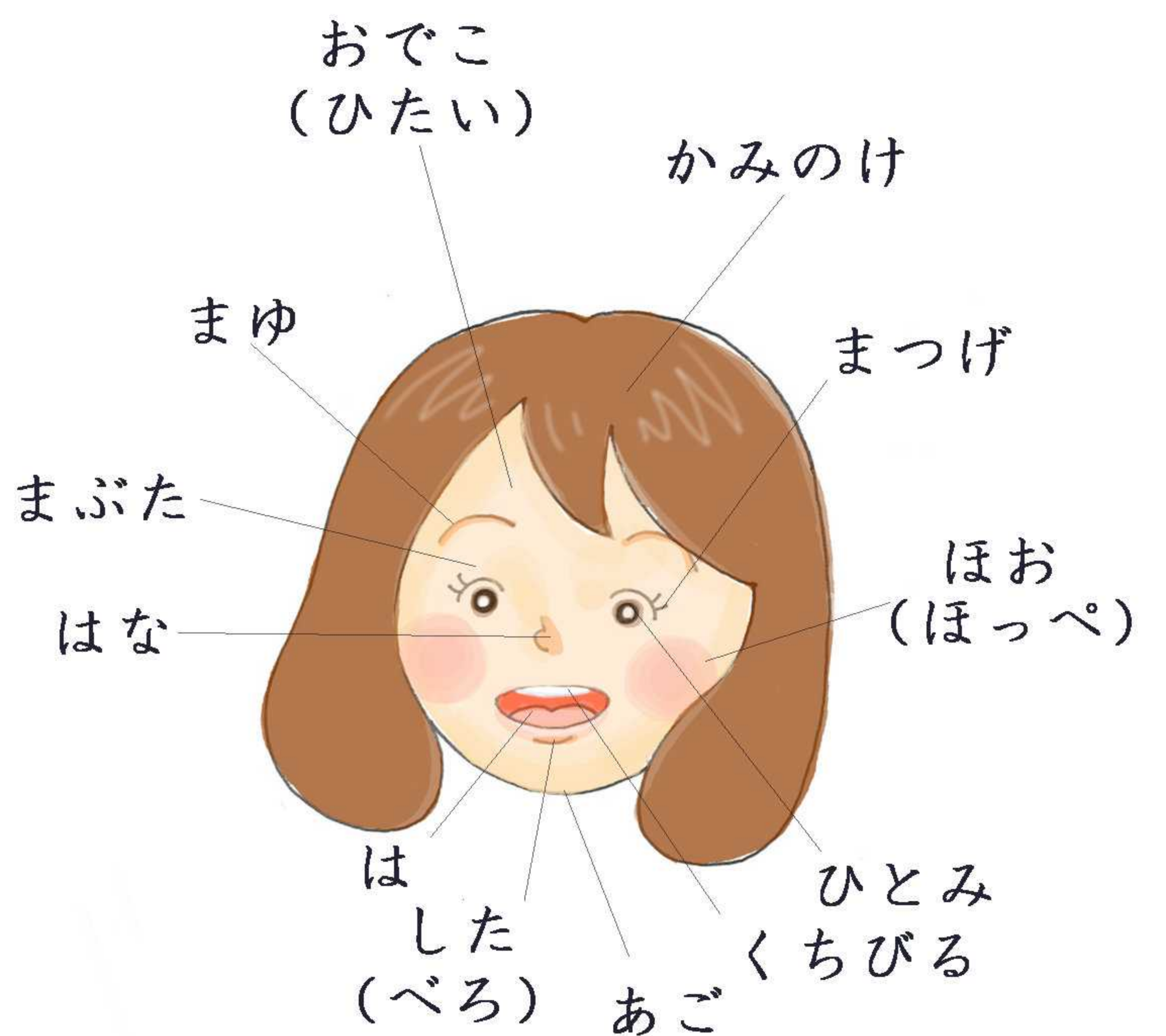
からだ



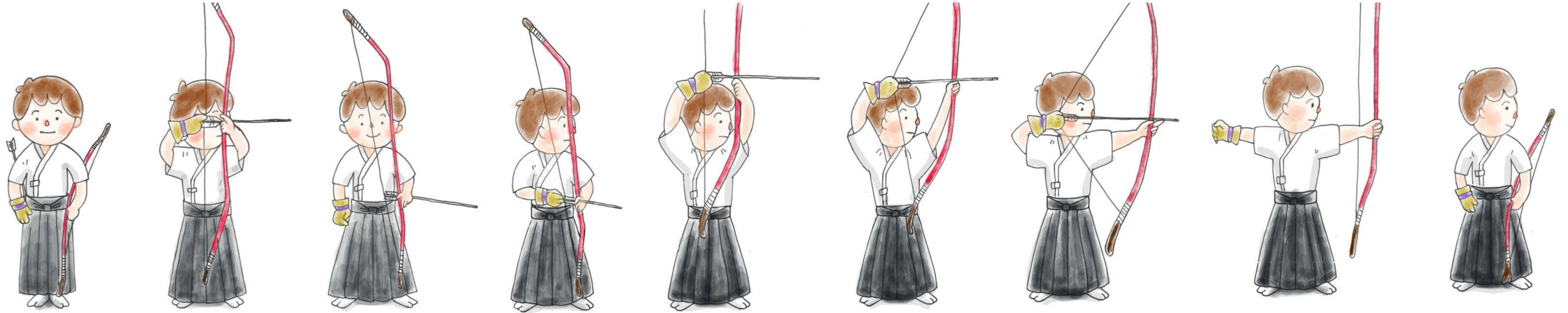
て



かお



ゆみ ひ かた 弓の引き方



じゅんび 準備 ①あし 足を開く ②しせい 姿勢を正しく ③ただ 用意する ④りょうて 両手を上げる ⑤ひ わ 引き分ける ⑥ひ ば 引っ張る ⑦はな 離す ⑧いき す 息を吸う ⑨さいご 最後

左右の手を腰に付ける

①矢を弦にはさむ
②両手で弓と弦を持つ
③両足を大きく開く

①弓を左手で持つ
②背筋をまっすぐ伸ばす

①右手の力ケで弦をはさむ
②左手で弓をにぎる
③両ひじを軽く張る
④顔を的に向ける

両手を高く上げる

①左手を斜め上にまっすぐ伸ばす
②右手を額の上に動かす
③左手を肩の高さまで下げる
④右手で弦を引っ張る

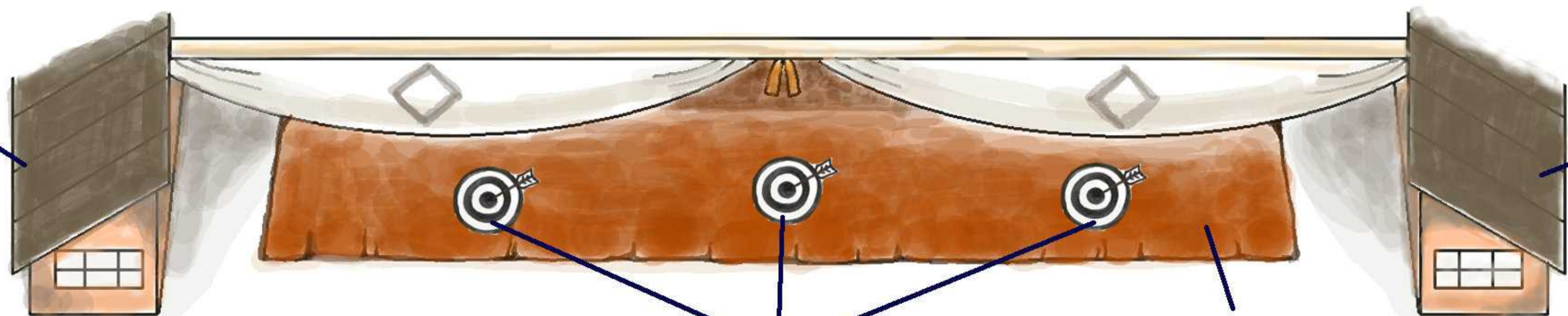
①左手は的にの方にまっすぐ伸ばす
②右手で弦を引っ張る
③左右に引っ張り続ける

右手で弦を離す

そのまま、息を吸う

左右の手を腰に付ける

看的所
かんてきじよ



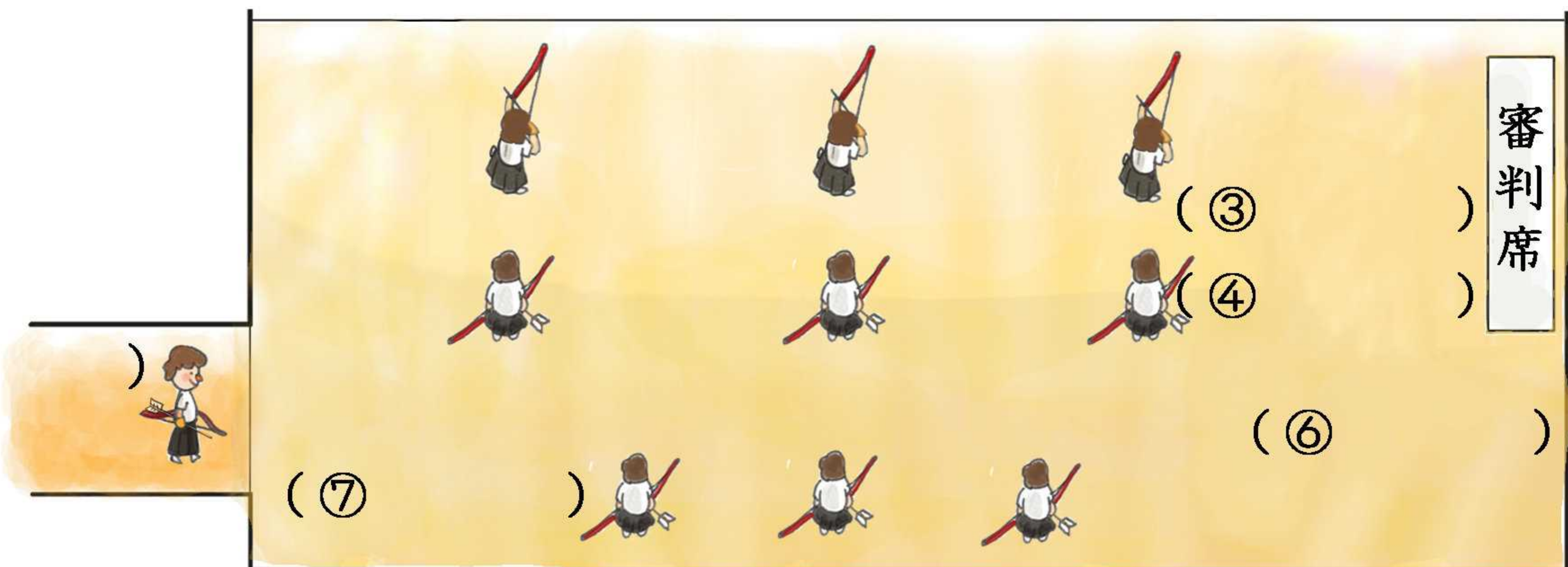
看的所
かんてきじよ

あづち
安土

(①)

(②)

(⑤)



審判席

しんばんせき

マネープラン

第3回 イベントのために ちょきんする

11月24日（日）



くに（ ）

なまえ（ ）

きょうの もくひょう

1. ちょきん のこと が わかる

2. つみたてよきん こうぎを つくることが できる

1. はじめに

11 / 3（Sun）に、「ライフイベントひょう」を かきました。

<ライフイベントひょう>（げんざい～25ねんご）くに（ペルー）なまえ（きむら エリカ）

暦年			2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
年 齢	わたし	エリカ	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	
	つま(おっと)	ディエゴ	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	
	むすめ	マリ	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
ラ イ フ イ ベ ン ト	(わたし)	しごと	○かいしゃをつくる											
		にほんご	○にほんごのうりよくしけん(JLPT)をうける											
		しかく	○うんでんめんきょをとる											
			○ブラジルでサッカーワールドカップをみる ○とうきょうオリンピックをみにいく											
	(かぞく)	ディエゴ	○けっこん10ねん											
		マリ	○しょうがつこう					○ちゅうがつこう					○こうこう	
		くるま	○くるまをかう											
		いえ	○いえをかう											
		そのた	○いちじきこく ○りょうこう											
10ねんごとの もくひょう など			・しごとの にほんごを べんきょうする ・かいしゃをつくる											

2. ライフイベントと おかね

これから たくさん おかねを つかうイベント（event）は ありますか。

- ① なんの イベントですか
- ② いつですか
- ③ いくら つかいますか

れい 1

- ① くるまを かいます
- ② 5ねんご （2018ねん）です
- ③ 1,000,000 えん（ひゃくまんえん） つかいます



れい 2

- ① こどもが こうこう（high school）に はいります
（にゅうがくします）
- ② 10ねんご （2023ねん）です
- ③ 720,000 えん（ななじゅうにまんえん） がっこうに はらいます



=240,000 えん × 3ねん（こうりつこう public school）

- ・ にゅうがくりょう 5000
- ・ じゅぎょうりょう 0
- ・ きょうかしょ 37000
- ・ せいふく、つうがく 75000
- ・ しゅうがくりょう 33000
- ・ ぶかつ 45000
- ・ そのほか 50000



3. ローン



（１） ￥1,000,000（ひゃくまんえん）の くるまが ほしいです。

でも いま おかねが ありません。どうしますか。



「ぎんこうで おかねを かりますか。」??



「ともだちから おかねを かりますか。」??



「たくさん しごとを して、おかねを ちょきんしますか。」??

（２）ローンで くるまや いえを かったことが ありますか。

「ローン（loan）」は なんですか。



◆ローンのけいさん

1) ¥1,000,000 の くるまを ローンで かります。(ねんり 5%・3ねん)

[30,000 えん × 36 かい] で かえます。

└ 12 かげつ × 3 ねん (12month × 3years)

ぜんぶで いくら かえますか。

けいさんしてみましょう。

¥30,000 × 36month = ¥



ローンは、たくさん おかねを かえます！！



2) 「ねんり (annual interest)」(年利)

「ねんり 5%」と「ねんり 9%」は ちがいますか。??

¥1,000,000 かりました。

ねんり 5%



(3ねんローン): ¥30,000 × 36 = () えん

(5ねんローン): ¥19,000 × 60 = () えん

ねんり 9%

(3ねんローン): ¥32,000 × 36 = () えん

(5ねんローン): ¥21,000 × 60 = () えん

◆「3ねんローン」と「5ねんローン」と どちらが いいですか。




4. いろいろな ちょきん（貯金）

（１）「ちょきん（貯金）」は なんですか。

（２）ぎんこう、ゆうびんきょくで ちょきんを していますか。

（３）ゆうびんきょくや ぎんこうに 「こうざ（Account、口座）」がありますか。



（４）でんき（電気）、すいどう（水道）、ガス
のおかね（お金）を はらいます。

【ふつう よきん（普通預金）】 から はらいますか。

【ていき よきん（定期預金）】 から はらいますか。

【ふつうよきん（普通預金）】

いつでも おかねを つかうことが できます。

（５）たくさん しごとを しました。

¥300,000（30 まんえん） もらいました。



でも、いまは つかいません。ぎんこうに ちょきんします。

【ふつうよきん】 こうぎに ちょきんしますか。

【ていきよきん】 こうぎに ちょきんしますか。

【ていきよきん（定期預金）】

・ 3ねん、5ねん、10ねんかん、おかねを つかうことが
できません。

・ 【ふつうよきん】 より すこし りし（interest、利子） が
おおいです。

5. つみたてよきん（積立預金）

（１） 40 さいで、くるまが ほしいです。いま 37 さいです。



くるまは ¥1,000,000（100 まんえん）です。
あと 3 ねん（=36 かげつ）です。

まいつき ¥27,000 を【つみたてよきん】こうぎに ちょきんします。

（¥1000000 ÷ 36month）



【つみたてよきん（積立預金）】



- ・ 3 ねん、5 ねん、10 ねんあとの もくひょう（Goal,Wish）のため、
まいつき（every month）おなじおかね（fixed amount of money）を
【つみたてよきん】こうぎに ちょきんします（save money）。
- ・ 【ふつうよきん】こうぎの おかねを じどうて
きに（automatically） ちょきんします。

（２） もくひょうは なんですか。

- ① もくひょう：（ ）
- ② いつ：（ ） ねんごです。
- ③ いくら：（ ） えん おかねが ひつようです。
- ④ まいつき （ ） えん【つみたてよきん】こうぎに

ちょきんします。③ Price ÷ （②Years × 12month）

◆ クイズ

【ふつうよきん】 ?? 【ていきよきん】 ??

【つみたてよきん】 ??

どれが いい？

1 まいにち たべものを かいます



【ふつう】 【ていき】 【つみたて】

2 ろうご（おじいさん おばあさんに なったとき）



つかいます

【ふつう】 【ていき】 【つみたて】

3 こどもが だいがくに いきます



【ふつう】 【ていき】 【つみたて】

6. 【つみたて よきん（積立預金）】 こうぎの もうしこみ

積立預金入金票

日付 2013 年 11 月 24 日

日付 （ひづけ・Date）

年（ねん year） 月（がつ month） 日（にち day）

※ このかみを かいた ひづけを かきます

金額（きんがく amount of money）

※まいつき 【つみたてよきん】に ちょきんする おかね

お と こ ろ	〒123-4567 お電話（自宅・携帯）080-1234-5678	
	いせさき市 いろは町 わかば 1-2-1	
お な ま え	フリガナ	キムラ ディエゴ
	木村 ディエゴ	
お 勤 め 先	生年月日	明・太・昭・平 45 年 1 月 3 日 性別 男・女
	会社名 電話	YAMATOMO おおたこうじょう (0288) 44-2456

おところ（address） 〒（ゆうびんばんごう postal number）
お電話（おでんわ Phone（number））自宅（じたく Home・）携帯（けいたい・obile）

おなまえ（name） フリガナ 生年月日（せいねんがっぴ・Date of Birth） 性別（せいべつ Sex）
男（おとこ・Male） 女（おんな・Female）

お勤め先（おつとめさき＝はたらいているところ Job）
会社名（かいしゃめい company name）

◆ ぎんこうへ もっていくもの

1. いんかん（印鑑）（はんこ）seal



2. がいこくじん とうろくしょう（外国人登録証）

alien registration card



3. 〔ふつうよきん〕 こうざ の つうちょう（通帳）bankbook

◆  はなす れんしゅうを しましょう



ぎんこうの まどぐち（window）で



「つみたてよきん、おねがいします」

ボランティアさんに つづいて、いってみましょう。

ひらがなを みないで、いってみましょう。

「つ 、 お 。

テキストをみないで、いってみましょう。

「 、 。

7. ことば



おかね

お金

ちょきんする	貯金する
ぎんこう	銀行
こうぎ	口座
ふつうよきん	普通預金
ていきよきん	定期預金 つ
みたてよきん	積立預金 お
かねを かりる	お金を借りる
ローン	ローン
りし	利子

	英語	スペイン語	ポルトガル語	ベトナム語
おかね	Money	dinero	dinheiro	tiền
ちょきんします	Save money	Ahorrar	economizar dinheiro	tiết kiệm tiền
ぎんこう	Bank	Banco	Banco	ngân hàng
こうぎ	Account	cuenta	conta	tài khoản
ふつうよきん	Ordinary deposit	depósito ordinario	depósito comum	tiền gửi thông thường
ていきよきん	Fixed deposit	depósito a plazo fijo	depósito fixo	tiền gửi cố định
つみたてよきん	Funded deposit	depósito Financiado	depósito financiado	huy động tài trợ
おかねを かります	Borrow the money	Pedir prestado el dinero	Emprestar o dinheiro	Vay tiền
ローン	Loan	préstamo	empréstimo	cho vay
りし	Interest	interés	interesse	lãi suất

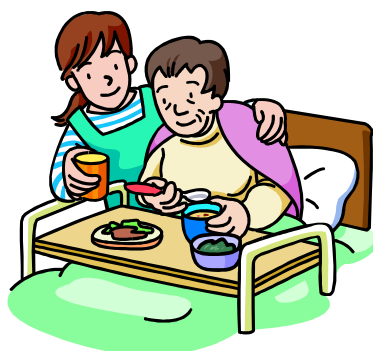
① ひょうを みてください。じぶんの わかる ことばをみて いみを
かくにんしましょう。

② ボランティアさんの あとに つづいて、いってみましょう。

ケアプラン

第3回 「認知症（にんちしょう）」

11月24日（日）



くに （ ）

なまえ （ ）

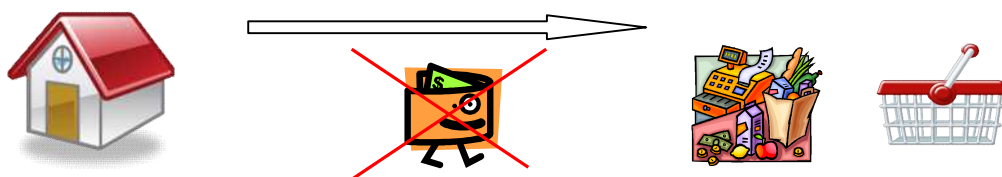
1. ものわすれの けいけん

（15 分）

わたしたちは、よく「わすれます」。みなさんは、わすれたことが
ありますか。

たとえば

・スーパーに いきます。さいふを わすれます。



・くるまに のりたいたです。くるまの かぎが ありません。かばんの なか
ですか。うちの なかですか。わかりません。かぎの ばしょを わすれます。



わたしたちは、おじいさん、おばあさんになると、よくわすれるように
なります。



みなさんの「わすれた」けいけんを おもいだして みましょう。

（１）なにかを わすれたことが ありますか。となりの ひとと

はなしてください。

（最大５分）

（たとえば、さいふ、かぎ、けいたいでんわ など。）

（２）となりの ひとと はなしたことを グループで

はっぴょうしてください。

（１人３０秒）

（３）きのうのよる、なにを たべましたか。となりのひとと はなして

ください。りょうりの なまえを いってもいいです。

（５分）

（れい：シュハスコ、フェイジュアード、てんぷら、



（５）グループのなかで はっぴょうしてください。

まわりの ひとは、りょうりの なまえが わからないとき、

「それは なんですか。」と きいてください。

（質疑応答を含め、１人１分）

れい：A「きのう、フェイジュアードを たべました。」

B「それは なんですか。」

A「ペルーの りょうりです。まめで つくります。」

（６）どうでしたか。たべたものを おもいだすことが できましたか。




2. 「ものわすれ」と「にんちしょう」

（5分）

「ものわすれ」と「にんちしょう」は、ちがいます。

● 「ものわすれ」

きのうのよる、なにを たべましたか。

すしですか??  うどんですか??  . . . 

わかりません。これは、「ものわすれ」です。

わたしたちが としを とります ⇨ 「ものわすれ」を します。



● 「にんちしょう」



「にんちしょう」は、のう(=brain)の びょうきです。

きのうのよる、ごはんを たべましたか。



たべませんでしたか。



わかりません。これは、「にんちしょう」です。

3. 「にんちしょう」



1) 「にんちしょう」のビデオ (15分)

これから、ビデオを みましょう。

ビデオ 「ばあちゃんのせかい① (You Tube ユーチューブ)」

かぞく おばあさん、おすこ、およめさん、まご（おとこのこ）



せつめい

おばあさんは、ふつうでは ありません。

おばあさんは、なにを しますか。

おばあさんを よく みてください。

ないよう

・おばあさんが 「にんちしょう」 になりました。

<シーン0>（ビデオ① 0:00－0:48）・あめがふっています。おばあさんが
うちの なかで すわっています。うちに およめさんと まごが います。

<シーン1>

（ビデオ① 1:44－2:03）・おばあさんと およめさん が デパートへ
いきました。おばあさんは、5ふんまえに どの ふくを かいましたか。お
ばあさんは、わかりません。もういちど おなじ ふくを かうと いいまし
た。



（ビデオ① 2:47－3:12）・おばあさんは、びょうきかもしれません。おすこと
およめさんは、 おばあさんといっしょに びょういんへ いきました。



<シーン2>（ビデオ① 5:20－7:38）

・おばあさんのさいふ、が ありません。およめさんが さがします。

ば「あんた、あたしのさいふ、知らない？」

よめ「知らないよ」

ば「そんなはずない」

よめ「じゃ、いっしょに さがしましょう」

よめ（たんすまで あるいて、さがす）「まえは この いちばん

したの・・・ほら！あった！」

ば「あんたが とったから、しって（る）んだ」



しつもん

①おばあさんの びょうきの なまえは、なんですか。（ ）

②おばあさんは、なにを わすれましたか。

<シーン1>どこで（ デパートで ）

なにを（ ）

<シーン2>どこで（ おばあさんの へやの なかで ）

なにを（ ）

ふりかえりビデオをみて、どうでしたか。かぞくは、たいへんですか。

ひとりずつ はなしてください。

2) れんしゅう にんちしょうの ひとと はなす (20 分)

いま、にんちしょうの ひとは とても おおいです。

かぞくが にんちしょうに なるかもしれません。

にんちしょうの ひとは、おなじことを なんかいも いいます。

でも、「それは、ちがう」とか、「おなじことを いわないで」と いわないで
ください。

これから、はなしを きく れんしゅうを してみましょう。

2人で ペアになってください。カードを みてください。

Aさんは にんちしょうです。Bさんは かぞくです。

かいわが おわったら、AとBを こうたい して、もういちど はなして
ください。

かいわの れんしゅうが おわったら、グループの なかで、かいわを
はっぴょうしてください。

①

<カードA>

あなたは にんちしょうです。

おなじ はなしを なんかいも してください。

「たろう（＝まご）は いつ わたしのうちに きた？ きノウ？

きょう？



どこに すんでいる？



きょうは わたしの うちに とまる？」

<カードB>

Aさんは にんちしょうです。 Aさんの はなしを きいてください。

Aさんの はなしを きいて、うなづきながら、ときどき 「うんうん」

「そう」と いってください。



②

<カードA>

あなたは にんちしょうです。



おなじ はなしを なんかいも してください。

「おじいさんが たくさん はたらいたから、おおきい うちを たてる
ことが できた。

となりの うちより おおきい。

このうちがあったから、こどもを 3にん そだてられた。」

<カードB>

Aさんは にんちしょうです。 Aさんの はなしを きいてください。

Aさんの はなしを きいて、うなづきながら、ときどき 「うんうん」

「そう」と いってください。



③

<カードA>



あなたは にんちしょうです。

おなじ はなしを なんかいも してください。

「およめさんが ごはんを つくってくれない、

へやを そうじしてくれない」

<カードB>

Aさんは にんちしょうです。 Aさんの はなしを きいてください。

Aさんの はなしを きいて、うなづきながら、ときどき 「うんうん」

「そう」と ってください。



4. のうトレ（二のう の トレーニング。にんちしょう よぼう） （5分）

にんちしょうに ならないように、のうを うごかす トレーニング を
しましょう。

「ゆびさきを つかう」、「こえを だす」、「たのしむ」ために おこないます。

リーダーと いっしょに やってみましょう。

（1） ゆびまわし

みぎての おやゆびを ひだりての ひとさしゆびにつける。

ひだりての おやゆびを みぎての ひとさしゆびに つける。

それを こうごに つけあわせる。

みぎの ゆびと ひだりの ゆび を それぞれ 1ぽんずつ つける。

（れい：おやゆびとおやゆび、ひとさしゆびと ひとさしゆび、…）

おやゆびだけ はなす。みぎまわり ひだりまわりと ゆびを まわす。

5ほん の ゆび で、それぞれ おこなう



マネープラン

第4回 きゅうよめいさい（給与明細）を みよう

12月1日（日）



くに（ ）

なまえ（ ）

きょうの もくひょう

1. ぜいきんの ことが わかる。
2. 「きゅうよめいさい」に なにが かいてあるか わかる
3. 「きゅうよめいさい」をみて、「かいしゃから もらう おかね」、
「きゅうりょうから ひかれる おかね」、「てどりきんがく
(じっさいに もらえる おかね)」が いくらか わかる。

1. はじめに

(20 分)

わたしたちは、くに(country、国)や し(city、市)に ぜいきん（税金）を

はらっています。



きゅうりょうから ぜいきんを はらいます。

かいものを したとき、ぜいきんを はらいます。



クイズ (10 分)

ぜいきんは、なにに つかいますか。

ぜいきんを つかうものを えらんでください。

1. こどもの ランドセル



2. こうりつ(public)の しょうがっこう (elementary [primary] school)



3. はし (bridge)



4. みち (どうろ road)



5. やさい (にんじん、ピーマン、たまねぎ など)



6. いせさき しやくしょ (ISESAKI city office) の たてもの(building)



7. としょかん (library)



●そのほか

ごみ



、こうえん



、こうりつ(public)の がっこう



いせさきコミュニティバス (おりょうのバス「あおぞらバス」)



みなさんの くにでは、どうですか。ぜいきんは なにに つかいますか。

となりの ひとと はなしてください。（5分）

はなしたあとで はっぴょうしてください。（1人30秒以内で）

ペルー 

ブラジル 

フィリピン 

ベトナム 

2. ぜいきん

（15分）

1) 「ぜいきん」という ことばを しっていますか。

「ぜいきん」を はらったことが ありますか。

Q：だれが はらいますか。→（ ）が はらいます。



Q：どこに はらいますか。→（ ）に はらいます。





2) しょうひぜい

わたしたちは、かいものを したとき、ぜいきんを はらいます。

Q：ぜいきんの なまえは、なんですか。→（ ）ぜい

Q：ぜいきんを なん% はらいますか。→（ ）% はらいます。




※ しょうひぜい（消費税）は、2014 ねん 4 がつから 8 %に あがります。

（2013 年 10 月 1 日 に きまりました）

となりの ひとと いっしょに、レシートを みてください。

Q：「ぜいきん」を いくら はらいましたか。



WWW.UNIQLO.COM


** 領収証 **

チノハーフパンツ	1	¥1,990
<hr/>		
買上点数	1点	
合計		¥1,990
(内消費税 5.00%)		¥94
ギフトカード		
ギフトJCB	¥1,990	
釣銭		¥0

上記、正に領収いたしました。

●ユニクロ

内消費税 5.00%（¥ ）



BOOK-OFF 店

TEL 0272-22-0000

読み終わった本、聴きあきたCDを
お売り下さい。大量の場合は、お
客様のお宅におうかがい致します。
まずはお電話下さい。

2008年 01月 01日(01) 番: 0001 No:0001

***** 買 取 *****

0121文庫	36個	内	¥1,490
0131新書	69個	内	¥1,420
0141単行本	14個	内	¥2,090
0102雑誌	1個	内	¥200
小 計			¥5,200
内税対象額			¥5,200
(内税)			¥248
合 計			¥5,200
現金			¥5,200

●BOOK OFF

内税（¥ ）

3. きゅうよめいさい（給与明細）

（30 分）

1) これを 見たことがありますか

支給年月	所属コード	社員コード	氏 名		給 与 明 細 書									
2013年11月			いせさき たろう 様		群馬産業株式会社									
支給項目	基本給	残業手当	深夜残業手当	勤怠減額										
	270,000													
	資格手当	役職手当	家族手当			課税通勤費	非課税通勤費	支給額合計						
	30,000	20,000	5,000				10,000	335,000						
控除項目	健康保険料	厚生年金保険料	雇用保険料	社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税							
	18,400	27,392	1,675	47,467	277,533	7,480	20,000							
								控除額合計						
								74,947						
勤務日数	就業	出勤	有給	特別	欠勤		就労時間	出勤時間	残業	深夜	遅刻早退			差引支給額
	20	19	1											
メモ												支給日	11月25日	

Q：なんですか。

Q：どこで もらいますか。

2)

いせさき たろうさんは、せいしゃいん（正社員）です。

たろうさんの きゅうよめいさいを みてください。

これは、2013 ねん 11 がつの きゅうよめいさいです。

支給年月		所属コード	社員コード	氏 名		給 与 明 細 書							
2013年11月				いせさき たろう 様		群馬産業株式会社							
支給項目	基本給	残業手当	深夜残業手当	勤怠減額					①				
	270,000												
	資格手当	役職手当	家族手当			課税通勤費	非課税通勤費	支給額合計					
	30,000	20,000	5,000				10,000	335,000					
控除項目	健康保険料	厚生年金保険料	雇用保険料	社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税	②					
	18,400	27,392	1,675	47,467	277,533	7,480	20,000						
								控除額合計					
								74,947					
勤 労 日 数		就業	出勤	有給	特別	欠勤	就 労 時 間	出勤時間	残業	深夜	遅刻早退	③	
20		19	1										
												差引支給額	
												260,053	
メモ												支給日	11月25日

たろうさんは、かいしゃから きゅうりょうを もらいました。

●「①支給額合計（しきゅうがくごうけい）」をみてください。

Q：かいしゃは いくら はらいましたか。

¥（ ）

●「②控除額合計（こうじょがくごうけい）」を みてください。

たろうさんは、きゅうりょうから「ぜいきん（税金）」と 「ほけん（りょう）
（保険（料））」を はらいます。

Q：いくら はらいましたか。（＝「控除額合計」）

¥（ ）

●「③差引支給額（さしひき しきゅうがく）」を みてください。

これは、たろうさんの ぎんこうこうざ（銀行口座）に はいる おかねです。

「③差引支給額（さしひき しきゅうがく）」を「てどり（きんがく）

（手取り（金額））」と いいます。

Q：たろうさんの てどり（手取り）（＝「差引支給額」）は、いくらですか。

【①支給額合計¥ 】－（【②控除額合計¥ 】＝【差引支給額¥ 】

3）しょとくぜい（所得税） と じゅうみんぜい（住民税）

わたしたちは、かいしゃから きゅうりょうを もらいます。

きゅうりょう から 「ぜいきん（税金）」を はらいます。

「しょとくぜい（所得税）」 と 「じゅうみんぜい（住民税）」です。



「ぜいきん（税金）」は、わたしたちの せいかつの ために つかいます。

4)

いせさき はなこさんは、はけんしゃいん（派遣社員）です。

これは、2013 ねん 11 がつの きゅうよめいさいです。

はけんしゃいん(派遣社員)										給与明細書			
支給年月	所属コード	社員コード	氏 名							群馬産業株式会社			
2013年11月			いせさき はなこ 様										
支給項目	基本給	残業手当	深夜残業手当	勤怠減額									
	152,000	25,000											
						日割通勤費				支給額合計			
						1,900				178,900			
控除項目	健康保険料	厚生年金保険料	雇用保険料	社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税						
			894	894	176,106	3,910							
										控除額合計			
										4,804			
勤務日数	就業	出勤	有給	特別	欠勤		就労時間	残業	深夜	遅刻早退			差引支給額
	20	19	1				152.00	20.00					174,096
メモ											支給日	指定なし	

はなこさんは、きゅうりょうから「しょとくぜい（所得税）」を

はらっています。

Q：「しょとくぜい（所得税）」を いくら はらっていますか。

→（¥ ）

Q：はなこさんの「てどり」（＝「差引支給額」）は、いくらですか。

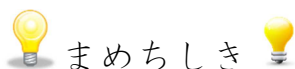
→（¥ ）

★★はなさんは、「はけんしゃいん（派遣社員）」です。

きゅうりょうから「じゅうみんぜい（住民税）」を はらっていません。

Q：「じゅうみんぜい」を、いつ どうやって はらいますか。

いつ（ ） どうやって（ ）



●「はけんしゃいん（派遣社員）」、「じえいぎょう（自営業）」、

「かいしゃを やめたとき（たいしょく（退職））」

○1がつ～12がつまで しごとを します。

○6がつごろ、しくちょうそん（市区町村）から ゆうびん（郵便〒）で、

かみ（「のうぜいつうちしょ（納税通知書）」）が とどきます。

○つぎのとしの 6がつから 「じゅうみんぜい」を はらいます。

（6がつ）8がつ、10がつ、1がつの 3～4かいに わけて、はらいます。

（「ぶんのう（分納）」）

○いっかいで ぜんぶ はらうことも できます。（「いっかつ（一括）」）

○コンビニなどで はらいます。「のうぜいつうちしょ（納税通知書）」を

いっしょに もって行ってください。

4. ことば

(15 分)



- 1 きゅうよめいさい 給与明細
- 2 きゅうりょう 給料
- 3 ぜいきん 税金
- 4 じゅうみんぜい 住民税
- 5 しょとくぜい 所得税
- 6 ほけん 保険
- 7 てどり(きんがく) 手取り金額

	日本語	漢字(KANJI)	英語	スペイン語	ポルトガル語
1	きゅうよめいさい	給与明細	Pay slip	Nota detallada del pago de sueldo	Folha de pagamento
2	きゅうりょう	給料	Salary	Sueldo	Salário
3	ぜいきん	税金	Tax	Impuestos	Imposto
4	じゅうみんぜい	住民税	Resident tax	Impuesto municipal	Imposto residencial
5	しょとくぜい	所得税	Income tax	Impuesto a la renta	Imposto de renda
6	ほけん	保険	Insurance	Seguro	Seguro
7	てどり(きんがく)	手取り(金額)	Net salary	Sueldo neto	Salário líquido

- ① ひょうを みてください。じぶんの わかる ことばをみて いみを
かくにんしましょう。
- ② ボランティアさんの あとに つづいて、いってみましょう。

★★チャレンジもんだい

ボランティアさんが「ことば」を います。

きゅうよめいさいを みて、きいた ことばを ゆびさして ください。



まずは、きゅうよめいさい（はけんしゃいんよう）を みて、れんしゅう
してください。

つぎに、きゅうよめいさい（せいしゃいんよう）を みて、れんしゅうして
ください。

★★ ことば チャレンジれんしゅう

8 しゅっきん	出勤
9 ゆうきゅう	有給
10 けっきん	欠勤
11 しゅっきんじかん	出勤時間
12 ざんぎょう	残業
13 きほんきゅう	基本給
14 ざんぎょうてあて	残業手当

15 こうつうひ 交通費

つうきんひ 通勤費

16 ごうけい 合計

17 ほけんりょう 保険料

◆ふくしゅうしましゅう

11 月 24 日「イベントのために ちょきんする」

	英語	スペイン語	ポルトガル語	ベトナム語
おかね	Money	dinero	dinheiro	tiền
ちょきん する	Save money	Ahorrar	economizar dinheiro	tiết kiệm tiền
ぎんこう	Bank	Banco	Banco	ngân hàng
こうざ	Account	cuenta	conta	tài khoản
ふつう（よきん）	Ordinary deposit	depósito ordinario	depósito comum	tiền gửi thông thường
ていき（よきん）	Fixed deposit	depósito a plazo fijo	depósito fixo	tiền gửi cố định
つみたて（よきん）	Funded deposit	depósito Financiado	depósito financiado	huy động tài trợ
おかねを かりる	Borrow the money	Pedir prestado el dir	Emprestar o dinheiro	Vay tiền
ローン	Loan	préstamo	empréstimo	cho vay
ねんり	annual Interest	interés	interesse	lãi suất

年月

ねんげつ

氏名

しゅめい

就業

しゅうぎよう

出勤

しゅっきん

有給

ゆうきゆう

欠勤

けっきん

出勤時間

しゅっきんじかん

残業

ざんぎよう

給与明細

きゅうよめいさい

給料

きゅうりょう

税金

ぜい、きん

住民税

じゅうみんぜい、

所得税

しょとくぜい、

保険

ほけん

手取り

てとどり

残業手当

ざんぎようてあて

交通費

こうつうひ

合計

ごうけい、

保険料

ほけんりょう

所得税

しよとくぜい、

出勤

しゅっきん

有給

ゆうきゆう

欠勤

けっきん

出勤時間

しゅっきんじかん

残業

ざんぎよう 給与明細

きゅうよめい、さい

給料

きゅうりょう

税金

ぜいきん

住民税

じゅうみんぜい

所得税

しょとくぜい

保険

ほけん

手取り

てとどり

出勤

しゅっ さん

有給

ゆうきゅう

欠勤

けっさん

出勤時間

しゅっきんじかん

残業

ざんぎょう

基本給

きほんきゅう

残業手当

ざんぎょうてあて

交通費

こうつうひ

通勤費

つうきんひ

合計

ごうけい、

保険料

ほけんりょう

年月

ねんげつ

氏名

しゅめい

就業

しゅうぎよう

はけんしゃいん(派遣社員)

支給年月	所属コード	社員コード	氏名
2013年11月			いせさき はなこ 様

給与明細書

群馬産業株式会社

支給項目	基本給	残業手当	深夜残業手当	勤怠減額				
	152,000	25,000						
					日割通勤費			支給額合計
					1,900			178,900
控除項目	健康保険料	厚生年金保険料	雇用保険料	社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税	
			894	894	176,106	3,910		
								控除額合計
								4,804

勤労日数	就業	出勤	有給	特別	欠勤		就労時間	出勤時間	残業	深夜	遅刻早退
	20	19	1					152.00	20.00		

		差引支給額
		174,096

メモ	
----	--

支給日	指定なし
-----	------

せいしゃいん(正社員)

支給年月	所属コード	社員コード	氏名
2013年11月			いせさき たろう 様

給与明細書

群馬産業株式会社

支給項目	基本給	残業手当	深夜残業手当	勤怠減額				
	270,000							
	資格手当	役職手当	家族手当			課税通勤費	非課税通勤費	支給額合計
	30,000	20,000	5,000				10,000	335,000
控除項目	健康保険料	厚生年金保険料	雇用保険料	社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税	
	18,400	27,392	1,675	47,467	277,533	7,480	20,000	
								控除額合計
								74,947

勤労日数	就業	出勤	有給	特別	欠勤		就労時間	出勤時間	残業	深夜	遅刻早退
	20	19	1								

		差引支給額
		260,053

メモ	
----	--

支給日	11月25日
-----	--------

マネープラン

第5回 こまったときの おかね

（けんこうほけん と こようほけん）

12月8日（日）



くに（ ）

なまえ（ ）

きょうの もくひょう 1. けんこうほけん（健康保険）

のことが わかる

2. こようほけん（雇用保険）のこと が わかる

2. こまったとき そうだんする ところが わかる

1. はじめに

12 / 1（日）に 「きゅうよめいさい（給与明細）」 を みました。

わたしたちは、きゅうりょうから「ぜいきん」をはらいます。

「ぜいきん」だけじゃありません。

ほかに なにを はらいますか？ しっていますか？

れい1 たろうさん（せいしゃいん）の きゅうよめいさい

支給年月		所属コード	社員コード	氏 名		給与明細書		
2013 年 11 月				いせさき たろう 様		群馬産業株式会社		
支給項目	基本給	残業手当	深夜残業手当	勤怠減額				
	270,000							
	資格手当	役職手当	家族手当			課税通勤費	非課税通勤費	支給額合計
	30,000	20,000	5,000				10,000	335,000
控除項目	健康保険料	厚生年金保険料	雇用保険料	社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税	
	18,400	27,392	1,675	47,467	277,533	7,480	20,000	
								控除額合計
								74,947

ぜいきん

勤労日数	就業	出勤	有給	特別	欠勤	就労時間	出勤時間	残業	深夜	遅刻早退
20	19	1								

差引支給額
260,053

メ		支給	11月25日
---	--	----	--------

たろうさんは、せいしゃいん（正社員; permanent employee）です。 まいつき、

きゅうりょうから 「健康保険料（けんこうほけんりょう）」、

「雇用保険料（こようほけんりょう）」を はらっています。

れい2 はなこさん（はけんしゃいん）の きゅうよめいさい

はけんしゃいん（派遣社員）

支給年月	所属コード	社員コード	氏 名	給 与 明 細 書				
2013 年 11 月			いせさき はなこ 様	群馬産業株式会社				
支給項目	基本給	残業手当	深夜残業手当	勤怠減額				
	152,000	25,000						
					日割通勤費			支給額合計
					1,900			178,900
控除項目	健康保険料	厚生年金保険料	雇用保険料	社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税	
			894	894	176,106	3,910		
								控除額合計
								4,804

勤 労 日 数	就業	出勤	有給	特別	欠勤	就 労 時 間	出勤時間	残業	深夜	遅刻早退	差引支給額
20	19	1				152.00	20.00				174,096

メモ

支給 指定なし

はなこさんは、はけんしゃいん（派遣社員; temporary employee）です。 まいつき、

きゅうりょうから「雇用保険料（こようほけんりょう）」を はらっ

ています。

★ けんこうほけんりょう 健康保険料や こようほけんりょう 雇用保険料などを あわせて しゃかいほけんりょう 社会保険料といいます

2. けんこうほけん（健康保険）



（１）ほけんしょう（保険証）は なんですか？ もっていますか？

（２）いつ どこで つかいましたか。

（３）ほけんしょうは どこで もらいましたか。

（４）はなこさんは たくさん おかねをはらいました。どうしてですか？

たろうさんは かぜを ひきました。



びょういんへ いきました。くすりを もらいました。

たろうさんは 1540 えん はらいました。



はなこさんも かぜを ひきました。



びょういんへ いきました。くすりを もらいました。

たろうさんと おなじくすりを もらいました。

はなこさんは 5130 えん はらいました。



はなこさんは たくさん おかねをはらいました。どうしてですか？



ほけんしょうが あります → びょういん・くすりの おかね 30%

たろうさんが くすりの おかねを はらったときに もらったかみ
↓ （りょうしゅうしょう, 領収証, receipt）

領 収 証					
患者番号 ()		氏 名 () 様		処方せん発行医療機関 () クリニック	
領収証No. ()8	発 行 日 平成25年8月6日	費 用 区 分 社保	負担割合 30%	本・家 本人	
保 険	調剤技術料	薬学管理料	薬剤料	特定保険医療材料料	
	94点	41点	378点	0点	
保険外 負 担	評価療養・選定療養	その他			
			保 険	保険外負担	
合 計			5,130円	0円	
負担額			1,540円	0円	
領収額合計				1,540円	


薬局 群馬県 市 号
 TEL 027-)

(領収印の無いものは無効です)



ほけんしょうが ありません → びょういん・くすりのおかね 100%

けんこうほけんしょう（健康保険証）（Health Insurance ID Card）が
あるひとは、まいつき おかねを すこしずつ はらいます。
びょうきのとき、びょういんや くすりに はらうおかねは
30% です。

（５）はなこさん  は かいしゃの けんこうほけんに

はいっていません。

しやくしょで こくみんけんこうほけん（国民健康保険）の

おかねを はらわなければ いけません。



いいですか？ だめですか？

ともだちは けんこうほけんしょうが ありません。


ほけんしょうを かしてもいいですか。だめですか。



ぜったいに だめです



けんこうほけんしょうを かしたひとも かりたひとも

つみに なります。 

3. こうがくりょうようひせいど（高額療養費制度）

（１）はなこさんは、けがを しました。



けがを なおすために ¥1,000,000（100 まんえん） かかりました。

はなこさんは、けんこうほけんしょうが あります。



びょういんで いくら はらいますか。

1,000,000 えん × 30% =

えん

（２） はなこさんは 「こうがくりょうようひせいど（高額療養費制度）」をつ
かいました。

けんこうほけんしょうが ある ひとは びょういんで おなじ
つきの はじめから おわりまでに たくさん（90000 えんくらい）
おかねを つかったときは、かえしてもらうことができます。
「こうがくりょうようひせいど（高額療養費制度）」です。



（３）はなこさんは いくら おかねを かえしてもらいますか。 え

ん	ー	90000	えん	＝	えん
（びょういんに はらったおかね）			（かえして もらったおかね）		



おかねが かえってくるのは、おなじつきに たくさん おかねをはらった
ときだけです。

①②は、こうがくりょうようひせいどを つかえますか？つかえませんか？

① 10 がつ 30 にち 30000 えん はらいました。

11 がつ 15 にち 30000 えん はらいました。

12 がつ 1 にち 40000 えん はらいました。

→ こうがくりょうようひせいどは（つかえます・つかえません）

② 11 がつ 1 にち 50000 えん はらいました。

11 がつ 2 にち 50000 えん はらいました。

→ こうがくりょうようひせいどは（つかえます・つかえません）

4. かいごほけん（介護保険）

たろうさんは、40 さいです。 けんこうほけんりょう（健康保険料）

が まえより たかいです。 きゅうりょ

う（給料）は まえと おなじです。 どうしてですか？

かいごほけん（介護保険）は おとしよりの びょういん・しょくじ・せいかつの いろいろな かいごサービスを やすくするため、 はたらいっているひと（40 さい～65 さい）が けんこうほけんりょう（健康保険料）といっしょに すこしずつ おかねを はらいます。

★「かいごサービス」は なんですか。

- ・しょくじのてつだい
- ・おふろにはいるてつだい
- ・そうじ・せんたくをする
- ・ろうじんホームにはいる
- ・リハビリテーションをする
- ・いしゃが いえにいく など…



5. こようほけん（雇用保険）

（１）ハローワークを していますか。

（２）「しつぎょう（失業）」は 为什么呢。

（３） はなこさんは、しつぎょうしました。２ねんかん、は

けんしゃいん（派遣社員；temporary employee）でした。

（きゅうよめいさいを みて かきましよう）

・ きゅうりょうは いくらですか。 _____ えん

・ こようほけんりょう（雇用保険料）を はらっていますか。

_____ はい ・ いいえ

はなこさん（はけんしゃいん）の きゅうよめいさい

はけんしゃいん（派遣社員）														
支給年月	所属コード	社員コード	氏 名											
2013年11月			いせさき はなこ 様											
給与明細書 群馬産業株式会社														
支給項目	基本給	残業手当	深夜残業手当	勤怠減額										
	152,000	25,000												
					日割通勤費									
					1,900				178,900					
控除項目	健康保険料	厚生年金保険料	雇用保険料	社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税							
			894	894	176,106	3,910								
									4,804					
勤労日数	就業	出勤	有給	特別	欠勤		就労時間	出勤時間	残業	深夜	遅刻早退			差引支給額
	20	19	1				時間	152.00	20.00					174,096
メモ													支給日	指定なし

ハローワークで しごとを やめたひとが つぎの しごとを さ
がす ための おかねを もらうことが できます。

こようほけんりょう（雇用保険料）を はらったひとが もらえま
す。



こようほけん クイズ

- ・ しつぎょうしたときの おかねは どこで もらいますか



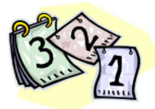
- a. かいしゃ
- b. しゃくしょ
- c. ハローワーク

- ・ 1にち いくらぐらい もらえますか。 (きゅうりょうの50～80%)



- a. 2000えん
- b. 4000えん
- c. 8000えん

- ・ なんにちかん もらえますか。 (つぎの しごとが はじまるまで)



- a. 30にち
- b. 60にち
- c. 90にち



6. ことば

1. 社会保険料 しゃかい ほけん りょう
2. ～料 りょう
3. 健康保険 けんこう ほけん
4. 健康保険証 けんこう ほけん しょう
5. 高額療養費制度 こうがく りょうようひ せいど
6. 介護保険 かいご ほけん
7. ハローワーク
8. 失業 しつぎょう
9. 雇用保険 こよう ほけん

① つぎの ページの ひょうを みてください。

じぶんの わかる ことばをみて いみを かくにんしましょう。

② ボランティアさんの あとに つづいて、いってみましょう。

	にほんご	よみかた	スペインご
1	社会保険料	しゃかいほけんりょう	Costo del seguro social
2	～料	～りょう	Costo
3	健康保険	けんこうほけん	Seguro de Salud
4	健康保険証	けんこうほけんしょう	Tarjeta de seguro médico
5	高額療養費制度	こうがくりょうようひせいど	Sistema de ayuda por costo elevado de gastos médicos
6	介護保険	かいごほけん	Seguro de asistencia y rehabilitación
7	ハローワーク	はろーわーく	Hello Work (Oficina Pública de Empleo)
8	失業	しつぎょう	desempleo
9	雇用保険	こようほけん	Seguro de empleo

	にほんご	よみかた	ポルトガルご
1	社会保険料	しゃかいほけんりょう	Taxa do Seguro Social
2	～料	～りょう	Taxa
3	健康保険	けんこうほけん	Seguro de Saúde
4	健康保険証	けんこうほけんしょう	Cartão de seguro de saúde
5	高額療養費制度	こうがくりょうようひせいど	Sistema de ajuda para as despesas médicas elevadas
6	介護保険	かいごほけん	Seguro de assistência e bem-estar
7	ハローワーク	はろーわーく	Hello Work (Escritório de Segurança do Emprego Público)
8	失業	しつぎょう	desemprego
9	雇用保険	こようほけん	Seguro emprego

	にほんご	よみかた	えいご
1	社会保険料	しゃかいほけんりょう	Social insurance premium
2	～料	～りょう	~ Fee
3	健康保険	けんこうほけん	Health insurance
4	健康保険証	けんこうほけんしょう	Health insurance card
5	高額療養費制度	こうがくりょうようひせいど	High-cost medical care system
6	介護保険	かいごほけん	Long-term care insurance
7	ハローワーク	はろーわーく	Unemployment office
8	失業	しつぎょう	Unemployment
9	雇用保険	こようほけん	Employment insurance

7. ふりかえり

きょうの にほんごきょうしつは どうでしたか。

ひとりずつ かんそうを いってみましょう。

「きょうの にほんごきょうしつは、 _____ です。」

れい：きょうの にほんごきょうしつは、 おもしろかった

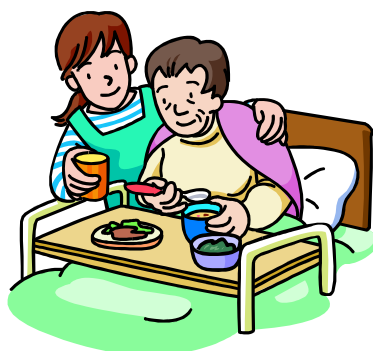
です。／おずかしかったです。 けんこうほけんが

すこし／よく わかりました。

ケアプラン

第5回 「脳卒中（のうそっちゅう）」

12月8日（日）



くに （ ）

なまえ （ ）

1. にほんじんの しいん（死因）クイズ

（15 分）

にほんじんは、へいきんじゅみょうが ながいです。90 さい、100 さい で
なくなる（しぬ）ひとが おおいです。



にほんじんの へいきんじゅみょうは、

・おとこ 80 さい

・おんな 86 さい

です。

（さんこう：ペルー おとこ 69 さい、おんな 74 さい

ブラジル おとこ 71 さい、おんな 78 さい）

＜厚生労働省：平均寿命の国際比較

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life12/dl/life12-04.pdf> >

にほんじんは、どんな びょうき（病気）で なくなりますか。

かんがえてみましょう。

◆クイズ

にほんに すんでいる にほんじんは、どんな びょうきで なくなりました
（しにました）か。



2012 ねん（へいせい 24 ねん）、 なくなった ひとが おおい

じゅんばんを かんがえて A B C D を かいてください。

したの□を みて、ボランティアさんと いっしょに かんがえて ください。

1 位 「 」 3,610,000 にん（36.1 まんにん）

2 位 「 」 1,960,000 にん（19.6 まんにん）

3 位 「 」 1,230,000 にん（12.3 まんにん）

4 位 「 」 1,210,000 にん（12.1 まんにん）

A) しんぞうのびょうき B) はいえん C) がん D) のうのびょうき

日本語	スペイン語	ポルトガル語
がん 癌（悪性新生物）	Cáncer	Cáncer
しんぞうのびょうき 心臓の病気、心臓病（心疾患）	Enfermedad del corazón, Cardiopatía	Doença cardíaca, Cardiopatía
のうのびょうき 脳の病気（脳血管疾患）	Enfermedad del cerebro (Enfermedad cerebrovascular)	Doença cerebrovascular
はいえん 肺炎	Neumonía	Pneumonia

＜厚生労働省平成 24 年（2012）人口動態統計の年間推計

p2 死因順位別死亡数の年次推移

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/suikei12/dl/honbun.pdf#search='%E6%97%A5%E6%9C%AC%E4%BA%E6%AD%BB%E5%9B%A0+%EF%BC%92%E5%9B%A0+%EF%BC%92%E5%9B%A0+%EF%BC%90%E5%9B%A0+%EF%BC%91%E5%9B%A0+%EF%BC%92'> >

2. 「のうそっちゅう（脳卒中）」の ビデオ (30 分)

にほんじんは、のう（脳）の　びょうきで　なくなるひとが　とても
 おおいです。

のうそっちゅう（脳卒中）は、のうの びょうきです。



のうそっちゅう（脳卒中）に になります。どんなしょうじょう（症状）に
なりますか。

タスク 1 グループでやってください。


からだの　ことばを　べんきょうします。ボランティアさんの　あとに
つづいて　よみながら、いみを　かくにんしてください。


つぎに、ボランティアさんが ことばを いいます。ことばを きいて、
からだを ※ゆびさしてください。 ※ゆびさす 目

タスク 2

からだの ばしょの なまえ（名前）を いいます。

その ばしょを ※ゆびさして ください。 ※ゆびさす 

○「からだ（体）」のことば 


かお（顔） 

て（手） 


あし（足） 

め（目） 


みぎ（右） / ひだり（左）

みぎがわ（右側） 


ひだりがわ（左側）

みぎ て（右手） 



ひだり て（左手）

みぎ あし（右足） 

ひだり あし（左足）

みぎめ（右目） 

ひだりめ（左目）

かため（片目）  



これから「のうそっちゅう（脳卒中）」の ビデオを みます。

○「アニメでわかる脳卒中①：発作時対応と症状」

<http://www.youtube.com/watch?v=tKSAgmj2bYI>

「のうそっちゅう」になります。どんな しょうじょう（症状）に
なりますか。



ビデオをみて、メモしてください。ぜんぶかかなくても いいです。

わかることばだけ かいてください。スペインご、ポルトガルごで
かいても いいです。

しつもん

「のうそっちゅう」になると、どんな しょうじょう（症状）に なりますか。

①

②

③

④

⑤

★★スペインご、ポルトガルごで かいたあと、にほんごで いってください。

○「しょうじょう（症状）」のことば



くやさしい ことば>

まひ（麻痺）

まひしている（麻痺している）

いたい（痛い）



【あたま】が いたい（頭が 痛い）

みえない（見えない）



【かため】が みえない（片目が 見えない）



ろれつ

ろれつが まわらない

「あ、あ、あーああ、」



（ろれつが 回らない）

ことばが でない



（言葉が 出ない）

たてない（立てない）



⇒ ⇒ ⇒



ふらふらする



ちからが はいらない（力が 入らない）



★★くもずかしい ことば＞

【かおのはんぶん】が まひしている（顔の半分が 麻痺している）

【ひだりあし】が まひしている（左足が 麻痺している）

あたまが われそう（頭が われそう）

はげしい ずつうが ある（激しい 頭痛が ある）

（みぎがわ）が みえない（右側が 見えない）

てが にじゅうに みえる（手が 二重に 見える）

ひとのことばが りかいできない



（人の言葉が 理解できない）

ちからが あるのに、たてない（力があるのに、立てない）

【て（手）／あし（足）】に ちからが はいらない（力が入りません）



3. きゅうきゅう（救急）へ つうほう（通報）する （20 分）

かぞくは びょうきに なったことが ありますか。

びょうきに なったとき、どうしましたか。

いま、かぞくが 「あたまが いたい」と いっています。

のうそっちゅう（脳卒中）になったかもしれません。

Q：・すぐに きゅうきゅうしゃ（救急車）を よびますか。



・じぶんの くるま（車）で びょういん（病院）へ いきますか。



⇒ ⇒



Q：どこに でんわ（電話）を しますか。

でんわばんごう（電話番号）は、なんばんですか。（ ）番（ばん）

これから、きゅうきゅうしゃを よぶ かいわを れんしゅうしましょう。

かいわ



A = しょうぼう（消防）



B = かぞく（家族）



① A：こちら 119 ばん、いせさきしょうぼうしょです。

かじ（火事）ですか。きゅうきゅう（救急）ですか。



B：きゅうきゅう（救急）です。

② A：どうしましたか。

B：《れい：おっと》が 《【みぎて】が まひしています》。

③ A：ほかに かわったことが ありますか。

B：《ことばが でません。》

④ A：ばしょは どこですか。

B：《いせさきし とみづかまち 220 ばんち 13 です。

【しまむら】のまえです》。

⑤ A：あなたの なまえと 《ごしゅじん》の なまえを おしえてください。

B：わたしは、《キムラ ミナコ》です。しゅじんは《マコト》です。

⑥ A：でんわばんごう（電話番号）は？

B：0 2 7 0 - 1 2 - 3 4 5 6 です。

⑦ A：わかりました。すぐ おかいます。

<ことば>



○かぞく（家族）

そふ（祖父）



そぼ（祖母）



*おじいさん

*おばあさん

ちち（父）



はは（母）



*おとうさん

*おかあさん

しゅじん（主人）



つま（妻）



*ごしゅじん（ご主人）

*おくさん（奥さん）

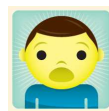
○しょうじょう（症状）

【みぎて】が まひ しています

【かため】が みえません



ろれつが まわりません 「あ、あ、あーああ、」



ことばが でません



たてません



⇒ ⇒ ⇒



ふらふらします



【て（手）／あし（足）】に ちからが はいりません（力が 入りません）



4. のうそっちゅう（脳卒中）に なる かのうせい（可能性） （15 分）

みなさんは、のうそっちゅう（脳卒中）になる かのうせいが ありますか。

けつあつ（血圧）を はかってみましょう。

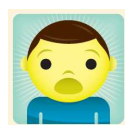
○けつあつそくてい（血圧測定）のけっか（結果）

「 」

つぎに、りょうめ（両目）を つぶってください。め（目）をつぶったまま、

かたあし（片足）で たってください。なんびょう（何秒）たてましたか。

○「 びょう」



5. リハビリたいそう（リハビリ体操） （10 分）

のうそっちゅうの こういしょう（後遺症）として、てや あしが

しびれることが あります。これを「まひ（麻痺）」と いいます。

からだに まひが のこったとき、「リハビリたいそう」を します。

せんせいと いっしょに やってみましょう。

（１）パタカラ

①「ぱ」 ぱ、ぱ、ぱ、ぱ、ぱ

「た」 た、た、た、た、た、

「か」 か、か、か、か、か

「ら」 ら、ら、ら、ら、ら

②「ぱた」 ぱた、ぱた、ぱた、ぱた、ぱた

「から」 から、から、から、から、から

⇒リズムを とるために、あしも いっしょに うごかしましょう。

③「ぱたから」 ぱたから、ぱたから、ぱたから

☆まえに のうトレ（脳トレ）を れんしゅうしました。

もういちど やってみましょう。

６．のうトレ（＝のう の トレーニング。にんちしょう よぼう） （５分）

にんちしょう（認知症）に ならないように、のうを うごかす

トレーニング をしましょう。

「ゆびさきを つかう」、「こえを だす」、「たのしむ」ために おこないます。

リーダーと いっしょに やってみましょう。

（１） ゆびまわし

みぎての おやゆびを ひだりての ひとさしゆびにつける。

ひだりての おやゆびを みぎての ひとさしゆびに つける。

それを こうごに つけあわせる。

みぎの ゆびと ひだりの ゆび を それぞれ 1ぽんずつ つける。

（れい：おやゆびとおやゆび、ひとさしゆびと ひとさしゆび、…）

おやゆびだけ はなす。みぎまわり ひだりまわりと ゆびを まわす。

5ほん の ゆび で、それぞれ おこなう



（２） あとおいたいけん

これは、かんたんです。かずを かぞえながら、りょうての おなじ
ゆびを 1ぽんずつ おる。

つぎは、すこし おずかしいです。

「１」で、みぎての おやゆびを おる。

「２」で、みぎての ひとさしゆびと、ひだりての おやゆびを おる。

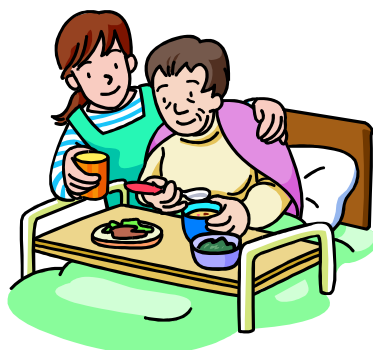
おなじように、１０まで かぞえながら、おこなう。

ケアプラン

第6回

「生活習慣病（せいかつしゅうかんびょう）」

12月22日（日）



くに（ ）

なまえ（ ）

1. けんこう（健康）に ついて

わたしたちは、まいにち せいかつしています。

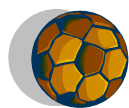
まいにちの せいかつには、けんこうに いいこと、けんこうに
わるいことが あります。

Q：けんこうに いいことは、どんなことがありますか。

Q：けんこうに わるいことは、どんなことがありますか。

グループで はなしてみましよう。

（れい：うんどう（スポーツ）、さんぽ



たばこを すう



おさを たくさん のむ



うんどうぶそく（運動不足）



やさい（野菜）を たべない



あまい おかしを たくさん たべる



あまい ジュースを たくさん のむ



2. せいかつしゅうかんびょう（生活習慣病）チェック

12月8日に のうそっちゅう（脳卒中）について べんきょうしました。

のうそっちゅうは、「せいかつしゅうかんびょう（生活習慣病）」の ひとつです。

「せいかつしゅうかんびょう（生活習慣病）」は、よくない せいかつしゅうかん（生活習慣）を まいにち つづけることによって、おこる びょうき（病気）です。

（厚生労働省 生活習慣病を知ろう <http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/seikatu/>）

まいにちの せいかつは、どうですか。

びょうきに なりやすい せいかつを していませんか。

のうそっちゅう（脳卒中）にならないように、「せいかつしゅうかん（生活習慣）」を みなおしましょう。

せいかつしゅうかんびょう（生活習慣病）に なりやすすくないか
チェックしてみましょう。



「しょくせいかつ(食生活)」について		ポイント
1	あさごはんは たべないことが おおい。	3
2	いつも おなかいっぱいたべてしまう。	3
3	さかなりょうりより にくりょうりのほうが おおい。	1
4	やさいは、どちらかというと にがて。	2
5	テレビなどを みながら ダラダラ たべる。	1
6	あじの こいものが すき。	2
7	しょくじは がいしょくや インスタントしょくひんが おおい。	3
8	よる 10じ いこうに ゆうしょくや やしょくを たべる。	3
9	ほぼ まいにち かんしょくする。	1
10	きゅうけいのときは、おちゃより コーヒーや ジュースを のむ。	1
ごうけい		

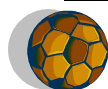


「いんしゅ(飲酒)」について		ポイント
1	ほぼ まいにち おさけを のむ。	4
2	しごとの つきあいなどで おさけを のむ きかいが おおい。	1
3	ストレスかいしょうには おさけが いちばん。	2
4	なにも たべずに おさけを のむ タイプだ。	1
5	よる 12じを すぎても おさけを のんでいることがある。	2
ごうけい		



「きつえん(喫煙)」について		ポイント
1	たばこは すわない。	0
2	1にちの きつえんほんすうは、1はこ みまん。	6

3	1にちの きつえんほんすうは、1～2はこ。	8
4	1にちの きつえんほんすうは、2はこいじょう。	10
5	じぶんは すわないが、まわりに きつえんしゃが おおい。	6
	ごうけい	



「うんどう(運動)」について		ポイント
1	とくに うんどう していない。	3
2	ちかくまで いくときも くるまや バイクで いく。	2
3	かいだんより エスカレーター・エレベーターを つかうことが おおい。	2
4	でんしゃや バスは かならず すわる。	2
5	しごとは、デスクワークちゅうしんである。	2
6	やすみのひは、いえで ゴロゴロすることが おおい。	2
7	からだを うごかすのは あまり すきではない。	4
8	いえの なかに いることが おおい。	3
	ごうけい	



「ストレス」について		ポイント
1	よく ねむれない。	3
2	イライラすることが おおい。	2
3	しごとや かぞくのことなどで なやみが ある。	2
4	なやみを そうだんできる あいてが いない。	2
5	あさから つかれを かんじる ことがある。	3
6	どちらかという、せきにんかんが つよいほうである。	1
7	まいにち いそがしい(ざんぎょうも おおい)。	3
8	ものごとに ねっちゅう しやすい ほうだ。	1
9	じぶんだけの じかんは なかなか もてない。	2
10	しゅみと いえるものが ない。	1

ごうけい



70～100 :あかしんごう

30～69 :きいろしんごう

0～29 :あおしんごう

「あかしんごう」 いますぐ せいかつかいぜん(生活改善)を

せいかつしゅうかんびょうに かかる かのうせいがたかいので、ちゅういが ひつようです。
すでに からだの どこかに いじょうが あらわれている かもしれません。ライフスタイルの
かいぜんに とりくみましょう。

「きいろしんごう」 いまなら まにあう

せいかつしゅうかんびょうに かかる かのうせいが あります。じぶんじしんの せいかつを
もういちど ふりかえって、しょくじ・うんどう・おさをへらす・きんえん(禁煙 たばこを
すわない)・・・まずは できそうなことから はじめてみましょう。

「あおしんごう」 ゆだんは きんもつ

いまのところ、ごうかくてんです。しかし、てんすうが たかかったものは、ありませんでしたか？
もういちど チェックし、より けんこうてきな せいかつを めざしましょう！

(参考：龍ヶ崎市公式ホームページ 生活習慣病チェック)

3. からだの けんこう（体の健康）

しんちょう（身長）、たいじゅう（体重）、けつあつ（血圧）を はかると、
どのぐらいけんこう（健康）かどうか、ひまん（肥満）かどうか わかります。
びょうきを はやく みつけることにも つながります。

Q：「ひまん（肥満）」は、なんですか。

Q：B M Iをしていますか。けいさんしたことがありますか。

たいじゅう（体重）、しんちょう（身長）をはかると、ひまん（肥満）
かどうか することができます。

■ B M I：(Body Mass Index 肥満指数（ひまんしすう））

しんちょうと たいじゅうの バランスによって、ひまんど（肥満度）を
はかるほうほう

★けいさんのけっかは ほかの ひとに みせないでください！！

じぶんひとりで、けいさん してみましょう。



① ひょうじゅんたいじゅう（標準体重）：

$$(\text{しんちょう身長 } m \times \text{しんちょう身長 } m) \times 22$$

② B M I (Body Mass Index

$$(\text{たいじゅう体重 } \text{kg} \div (\text{しんちょう身長 } m \times \text{しんちょう身長 } m))$$

■ ひまんど（肥満度）の はんていきじゅん（判定基準） （日本肥満学会 2000）

	B M I
ていたいじゅう（低体重）	18.5 未満（みまん）
ふつうたいじゅう（普通体重）	18.5 以上（いじょう）25 未満（みまん）
ひまん（肥満）1 度	25 以上（いじょう）30 未満（みまん）
ひまん（肥満）2 度	30 以上（いじょう）35 未満（みまん）
ひまん（肥満）3 度	35 以上（いじょう）40 未満（みまん）
ひまん（肥満）4 度	40 以上（いじょう）

4. ふりかえり （5 分）

きょうの こうぎは どうでしたか。

一人ずつ かんそうを いってみましょう。

「きょうの こうぎは、 ますく です。」

れい：きょうの こうぎは、おもしろかったです。／おずかしかったです。

けんこうなせいかつ のことが すこし／よく わかりました。

マネープラン

第6回 （マネープラン④）

としをとったときのための おかね（^{ねんきん}年金）

12月22日（日）



くに（ ）

なまえ（ ）

きょうの もくひょう

1. ねんきん のこと が わかる

2. ねんきんまどぐちで そうだんすることが できる

1. ていねん（定年）と おかね（お金）（15分）

1) 「ていねん（定年）」ということばを しっていますか。

2) にほんの かいしゃでは、「ていねん（定年）」は なんさいですか。

3) あなたのくにでは、「ていねん（定年）」は なんさいですか。

4) 「ていねん」のあとで、どんな おかねが ひつようですか。






みんなで はなして みましょう。


（れい：やちん（家賃）、、すいどう（水道）、ガス、


たべもの（食べ物）、ふく（服）、、くるま（車）、

ガソリン、、

いちじきこく（一時帰国） 

しゅみ（趣味）、

まご（孫）がうまれる、

まご（孫）が しょうがっこう（小学校）に はいる)


2. ねんきん（年金） （15分）

わたしたちは、60 さい、65 さいになって しごとを やめたあと、
せいかつの ために おかねが ひつようです。

（やちん、でんき、ガス・・・たべもの、ふく・・・）

1) 「ねんきん（年金）」を しっていますか。

2) 「ねんきん（年金）」について はなしましょう。

にほんでは、どうですか？ くには、どうですか？

としをとってから、せいかつのための おかね(たべもの、でんき、ガス・・・)

は、だれが はらいますか。

じぶんで はらいますか。こどもが はらいますか。



くにか はらいますか。



3. ねんきんせいど（年金制度）

3. 1 あなたの く（国）の「ねんきんせいど（年金制度）」

1) なんさいから ねんきん（年金）を はらいますか。

2) みんなが ねんきん（年金）を はらいますか。

はらわなくてもいいひと いますか。

3) しごとをしていないひと、アルバイトをしているひと、

はけんしゃいん、がくせいは ねんきん（年金）を

はらわなくてはなりませんか。



4) みんなが ねんきん（年金）を もらうことができますか。

なんさいから もらうことができますか。

3. 2 にほんの ねんきんせいど（年金制度）

1) にほんでは、なんさいから ねんきんを もらうことが できますか。

（ ）さい

2) にほんの ねんきん（年金）のなかに、「こくみんねんきん（国民年金）」
が あります。

Q:「こくみんねんきん」は、まいつき いくら はらわなければ

なりませんか。

まいつき（ ） せん

Q： なんねんかん（何年間） はらわなければなりませんか。

（ ） ねん

まとめて まえばらい（前払い）すると、やすいです！！

けいさんしてみましょう。

●まいつきはらうばあい

¥（①） × 12がつ = ¥（②）

●こうざふりかえ（口座振替）で、まとめて 1ねんぶん はらう ばあい

¥（②） - ¥3,780 = ¥（③）

やすいです！

※ 6かげつぶん はらうことも できます。

※ こうざふりかえではなく、げんきん（現金）で まとめて はらうことも
できます。

4. ねんきん（年金）クイズ



...



にほんの ねんきん（年金）について、かんがえましょう。

1) にほんの ねんきん（年金）のなかに「こくみんねんきん（国民年金）」

が ある。がいこくじんも「こくみんねんきん（国民年金）」を

もらうことができる。

（ ○ ・ × ・ ? ）



まめちしき

- こくみんねんきん（国民年金） = じえいぎょう（自営業）、アルバイトなど
- きょうさいねんきん（共済年金） = こうむいん（公務員）
- こうせいねんきん（厚生年金） = かいしゃいん（会社員）

2）こくみんねんきん（国民年金）は、65 さいから もらうことができる。

（ ○ ・ × ・ ? ）

3）こくみんねんきん（国民年金）をはらったが、66 さいから く にに

かえって せいかつする。



にほんで はらった ねんきん（年金）を く にで もらうことができる。

（ ○ ・ × ・ ? ）

参考：たんきざいりゅうがいこくじんの だったいいちじきん（短期在留外国人の脱退一時金） <http://www.nenkin.go.jp/n/www/service/detail.jsp?id=1728>

http://www.nenkin.go.jp/n/open_imgs/service/0000005253.pdf （スペインご）

http://www.nenkin.go.jp/n/open_imgs/service/0000005252.pdf （ポルトガルご）

4）これまで しゅふだった。としをとってから、ねんきん（年金）を

もらえる。



（ ○ ・ × ・ ? ）

5）だいがくせい（大学生）は こくみんねんきん（国民年金）を

はらわなくてもよい。



（ ○ ・ × ・ ? ）

6) ねんきん（年金）を 20ねん はらった。

65 さいから ねんきん（年金）を もらうことができる。

(○・×・?)

7) こくみんねんきん（国民年金）に かにゆうしているあいだに、

おおきな びょうきや けが（しょうがいとうきゅう1きゅう、

2きゅう：障害等級1級、2級）を した。

「しょうがいきそねんきん（障害基礎年金）」がもらえる。(○・×・?)

(参考：厚生労働省障害等級表 <http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/rousaihoken03/>)

1きゅう＝りょうめが みえなくなる、ことばが はなせなくなる、
りょううでを まったく つかえなくなる など

2きゅう＝りょうめが 0.02 いかになる、りょううでを しゅかんせつ（手
間接）いじょうで うしなう など)

5. ねんきん（年金）について そうだん（相談）する

5. 1 そうだんまどぐち（相談窓口）

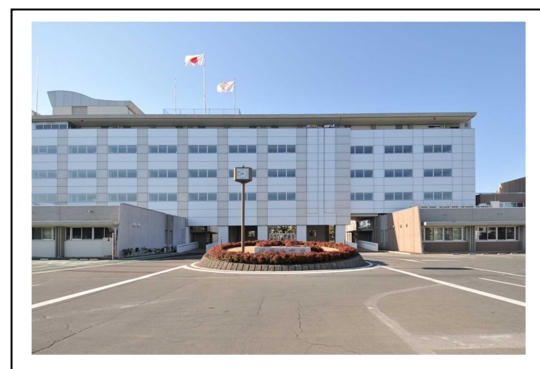
1) これは なんですか。

2) いせさきしに すんでいます。

ねんきん（年金）について そうだんしたいとき、

どこに いきますか。

3) ねんきん（年金）に ついて、どんなことを そうだんすることが



できますか。

◆ねんきんそうだん（年金相談）（伊勢崎市役所ホームページより）
<http://www.city.isesaki.lg.jp/www/contents/1355827545048/index.html>

①いせさきしやくしょ

けんこうすいしんぶ **ねんきんいりょうか こくみんねんきんがかり**
（伊勢崎市役所 健康推進部 **年金医療課 国民年金係**）

●相談日（そうだんび）：げつようび～きんようび（しゅくじつはのぞく）

●時間（じかん）：8:30～17:15

●会場・問い合わせ先（かいじょう・といあわせさき）：

いせさきしやくしょほんかん 1かい 4ばんまどぐち

けんこうすいしんぶ **ねんきんいりょうかこくみんねんきんがかり**

（伊勢崎市役所本館 1階 4番窓口 健康推進部 年金医療課 国民年金係）

TEL：0270-27-2741

●相談方法（そうだんほうほう）：

よやくのひつようは ありません。

ちょくせつ または でんわで うけつけています。

●住所（じゅうしょ）：〒372-8501 群馬県伊勢崎市今泉町2丁目410番地
（ぐんまけんいせさきしいまいずみちょうにちょうめ420ばんち）

②さかいししょの ねんきんそうだん（境支所の年金相談）

●相談日（そうだんび）：まいつきだい4もくようび（毎月第4木曜日）
こうほう（広報）いせさき16にちごうに けいさいしています。

●時間（じかん）：9:30～16:00

●会場（かいじょう）：

さかいししょ じゅうみんふくしか（境支所 住民福祉課）

Tel：0270-74-0237

●内容（ないよう）：

まえばしねんきんじむしょ（前橋年金事務所）による ねんきんそうだん（年金相談）を おこなっています。

・ねんきんじゅきゅう（年金受給）に かんする せいきゅうや へんこうなどの てつづき

・「ねんきんしょうしょ（年金証書）」などの かくしゅさいはっこう（各種再発行）のうけつけ

・ねんきん（年金）や かくしゅつうち（各種通知）にかんする たいめんによる そうだん・といあわせなど

●用意（ようい）するもの：

「ねんきんてちょう：年金手帳」（または 「きそねんきんばんごうつうちしょ：基礎年金番号通知書」）、

ねんきんしょうしょ：年金証書（ねんきんを うけているひと）、
いんかん（印鑑）

（ちゅうい：注意）ほんにんいがい（本人以外）の だいにん（代理人）がいくときは、ねんきんてちょう および ほんにんが なついでんした いにんじょう（委任状）と だいにんの みぶんしょうめいしょ：身分証明書（うんでんめんきょしょう：運転免許証 など）を もっていってください。

●相談方法（そうだんほうほう）：

じっしび（実施日）の1しゅうかんまえから さかいししょ じゅうみんふくしか（境支所住民福祉課）に でんわで よやくしてください。せんちゃくじゅん（先着順）で 20にんていど（20人程度） うけつけています。

③まえばしねんきんじむしょ（前橋年金事務所）

●相談日（そうだんび）：げつようび～きんようび（しゅくじつは
のぞきます）

●時間（じかん）：8:30～17:00

●会場・問い合わせ先（かいじょう・といあわせさき）：

〒371-0033 まえばしし こくりょうまち2ちょうめ 19-12 まえばしねんき
んじむしょ（前橋市国領町2丁目 19-12 前橋年金事務所）

TEL：027-231-1706

（こくみんねんきんほけんりょう：国民年金保険料 にかんするといあわせ）

TEL：027-231-1709

（こくみんねんきんじゅきゅう：国民年金受給 にかんするといあわせ）

●用意（ようい）するもの：

「ねんきんてちょう：年金手帳」（または 「きそねんきんばんごうつうち
しよ：基礎年金番号通知書」）、

ねんきんしょうしよ：年金証書（ねんきんを うけているひと）、
いんかん（印鑑）

（ちゅうい：注意）ほんにんいがい（本人以外）の だいにんにん（代理人）が
いくときは、ねんきんてちょう および ほんにんが なついんした いにん
じょう（委任状）と だいにんにんの みぶんしょうめいしよ：身分証明書（う
んてんめんきょしょう：運転免許証 など）を もっていってください。

●相談方法（そうだんほうほう）：

よやくのひつようは ありません。

ちょくせつ または でんわで うけつけています。

④まちかどのねんきんそうだんセンターまえばし
（街角の年金相談センター前橋）

●相談日（そうだんび）：げつようび～きんようび
（しゅくじつは のぞきます）

●時間（じかん）：8:30～17:00

●会場（かいじょう）：

〒379-2147 まえばしし かめさとまち 1310（J A ビル 3 かい）まちかどのねんきんそうだんセンターまえばし

（前橋市亀里町 1310（J A ビル 3 階）街角の年金相談センター前橋）

TEL：027-265-0023

●用意（ようい）するもの：

「ねんきんてちょう：年金手帳」（または 「きそねんきんばんごうつうちしょ：基礎年金番号通知書」）、

ねんきんしょうしょ：年金証書（ねんきんを うけているひと）、
いんかん（印鑑）

（ちゅうい：注意）ほんにんいがい（本人以外）の だいにんにん（代理人）がいくときは、ねんきんてちょう および ほんにんが なついでんした いにんじょう（委任状）と だいにんにんの みぶんしょうめいしょ：身分証明書（うんでんめんきょしょう：運転免許証 など）を もって行ってください。

●相談方法（そうだんほうほう）：

よやくのひつようは ありません。

ちよくせつ かいじょうへ いってください。

でんわでの そうだんは うけつけていません。

⑤そのた ねんきんについての といあわせ・そうだんさき（その他 年金についての問い合わせ・相談先）

●ねんきんの せいきゅう、しはらい、かにゆうきかん、じゅきゅうしゃのじゅうしょ や しはらいきんゆうきかんのへんこうなどに かんする といあわせ

【ねんきんダイヤル】 TEL：0570-05-1165

I P でんわ・P H S のばあい TEL：03-6700-1165

●ねんきんとくべつびん、ねんきんていきびん にかんする といあわせ

【ねんきんとくべつびんせんようダイヤル・ねんきんていきびんせんようダイヤル】 TEL：0570-058-555

I P でんわ・P H S のばあい TEL：03-6700-1144

5. 2. かいわれんしゅう（ロールプレイ）

ねんきんについて、そうだんするかいわを れんしゅうしましょう。

①まず、カードを よんで ないようを かくにんしましょう。

②そのあとで、どんなかいわをするか、いっしょに かんがえましょう。

③かんがえたあとで、ボランティアさんと れんしゅうしてください。

④さいごに、マネーの せんせいと はなしてみましょう。

（１）



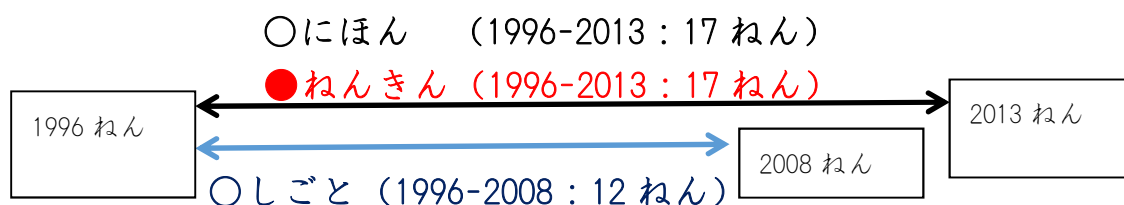
あなたは がいこくじん（外国人）です。いま、60 さいです。



1996 ねんから いままで 17 ねん ずっと にほんに
すんでいます。

しごとは、1996 ねんから 2008 ねんまで 12 ねん しました。

ねんきん（年金）は、1996 ねんから いままで ずっと はらっています。



（２）

あなたは がいこくじん（外国人）です。いま、60 さいです。

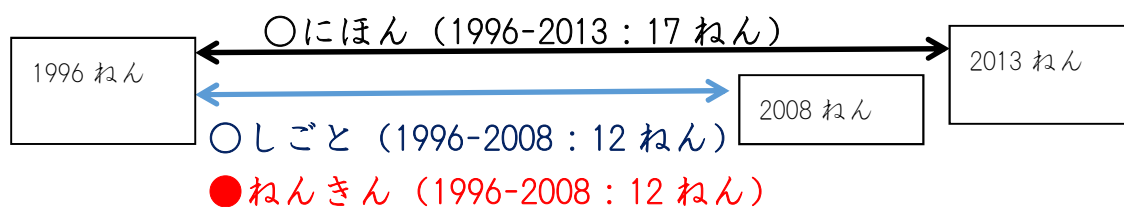


1996 ねんから いままで 17 ねん ずっと にほんに
すんでいます。

しごとは、1996 ねんから 2008 ねんまで 12 ねん しました。

ねんきんは、1996 ねんから 2008 ねんまで 12 ねん はらいました。

2009 ねんから いままで はらっていません。



（３）

あなたは がいこくじん（外国人）です。いま、60 さいです。

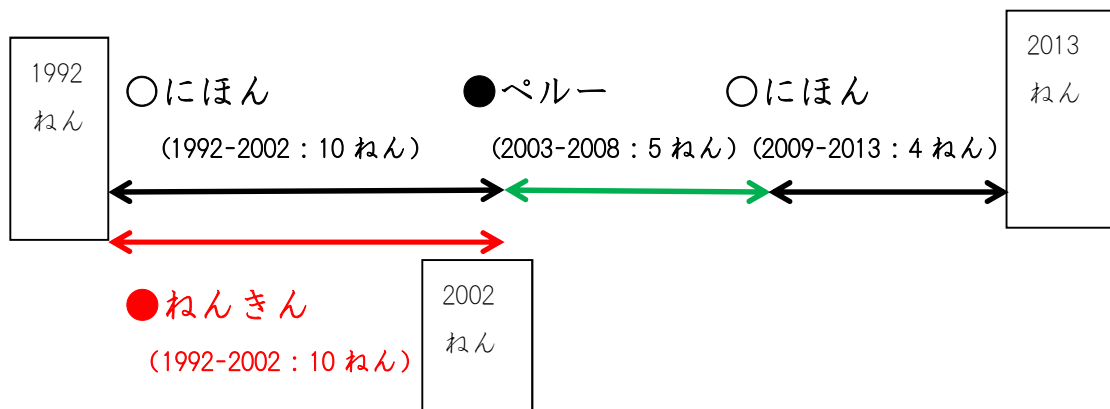


1992 ねんに にほんに きて、2002 ねんまで 10 ねん にほんに
いました。10 ねん ねんきんを はらいました。

2003 ねんに ペルーに かえって、2003 ねんから 2008 ねんまで
5 ねんペルーに すみました。

2009 ねんに もういちど にほんに きて、いままで
すんでいます。

ねんきんは、2003 ねんから いままで はらっていません。



6. ことば

ねんきん 年金

日本語	スペイン語	ポルトガル語
年金	Pensión (jubilación)	Pensão

ケアプラン

第7回

「介護（かいご）について そうだんする」

1月12日（日）



くに （ ）

なまえ （ ）

1. はじめに

（15 分）

Q 1：これは どこですか。いったことが ありますか。



Q 2：ここで、なにを することが できますか。



Q 3：これは なんですか。ここへ いったことが ありますか。

Q 4：このかんじが よめますか。⇒「地域包括支援」

「地域」の いみは エリア です。

「包括」の いみは ぜんたい、いろいろ です。

「支援」の いみは、てつだう です。



グループで かんじを よむ れんしゅうを しましょう。

地域

包括

支援

地域包括

地域包括支援

地域包括支援センター

2. クイズ



...



(20 分)

「ちいきほうかつしえんセンター（地域包括支援センター）」で できる
ことは どれですか。

① こうれいしゃ（高齢者＝おとしより（お年寄り）や こうれいしゃの
かぞくが そうだんを する。

② こどもの きょういく や べんきょうのことを そうだんする。



③ こうれいしゃ（高齢者）や こうれいしゃの かぞく（家族）が

かいご（介護）サービスの 相談をする。

④ こうれいしゃ（高齢者）が けんこう や びょういんのことを
相談する。



⑤ こうれいしゃ（高齢者）や こうれいしゃの かぞく（家族）が せい
かつで こまっていること、しんぱいなこと を 相談する。

（れい：じぶんで りょうりを つくることができない、
としを とって、かいだんを のぼることが できない など）



3. ちいきほうかつ（地域包括）

3. 1 「ちいきほうかつしえん（地域包括支援）センター」とは？（10 分）

○かいごよぼう（介護予防）プランを つくります。

○し（市）、いりょうきかん（医療機関：びょういんなど）、サービスていきょうじぎょうしゃ（提供事業者：かいごしせつ（介護施設）など）、ボランティアなどど きょうりょくしながら、こうれいしゃの そうだんに のる そうごうてきな やくわりが あります。

3. 2 サービスの りょうけいけん Q 1：ちいきほうかつしえん（地域包括支援）センターで そうだんしたこと

が ありますか。どんなことを そうだんしましたか。

Q 2：かぞくや しりあいが かいごしせつ（介護施設）に はいっていますか。

Q 3：かぞくや しりあいが デイサービスを りょうしていますか。 Q

4：かぞくや しりあいが ほうもんかんご（訪問看護）、ほうもんかいご（訪問介護）を りょうしたことが ありますか。 Q

5：かぞくや しりあいは、まいにち うちに いますか。

まいにち なにを していますか。まわりに ともだちが いますか。

4. かいご（介護）について そうだんする

（20 分）

かいわ（会話）

かぞくが かいご（介護）が ひつように になりました。ちいきほ

うかつしえん（地域包括支援）センターにいて、そくだん

するかいわを れんしゅうしましょう。

①

ごしゅじんが のうそっちゅう（脳卒中）で たおれました。

ごしゅじんの ようすを せつめいしてください。

②

おばあさんが にんちしょう（認知症）です。お

ばあさんの ようすを せつめいしてください。

（れい）

A：ちいきほうかつしえん（地域包括支援）センターの しょくいん（職員）



B：かぞく（家族）



A：こんにちは。どうしましたか。 B：<せんげつ（先月）>、<

おっと>が <たおれて、にゅういん

しました。らいしゅう たいいんする よていです。>

<からだの みぎがわ>が <うごかない>ので、わたしが かいごを
しなければ なりません。

でも、わたしは しごとが あります。どうしたら いいでしょうか。

A：そうですか。いえに、かいごを てつだって くれる ひとは いますか。

B：<しゅじん>の <はは>が いますが、90 さいで、あまり てつだえませ
ん。

A：それなら、ケアマネージャーに そうだんしてください。 どのかいご

サービスを どのぐらい りようすれば いいか わかりま
すよ。

B：じゃあ、そうします。よろしくおねがいします。

<ことば>



○かぞく（家族）

そふ（祖父）



*おじいさん

そぼ（祖母）



*おばあさん

ちち（父）



*おとうさん

はは（母）



*おかあさん

しゅじん（主人）



*ごしゅじん（ご主人）

つま（妻）



*おくさん（奥さん）

○にゅういん（入院）する、たいいん（退院）する

・ <せんしゅう>たおれて、にゅういんしました

・ <らいしゅう>たいいんします。

○にんちしょう（認知症）の しょうじょう（症状）

・ まいにち おなじこと ばかり いったり、しつもんしたりします。

・ かぞくが さいふを ぬすんだ と いいます。

・ おみせで、おなじもののばかり かいます。

・ ごはんを たべたことを すぐに わすれてしまいます。

○のうそっちゅう（脳卒中）の しょうじょう（症状）

- ・【からだ】の 【みぎ／ひだりがわ】が うごきません（体の右／左側）
- ・【みぎて／ひだりて】が まひ しています（右／左手が 麻痺しています）

- ・【かため】が みえません（片目が 見えません）



- ・たてません（立てません）



5. ふりかえり （5分）

きょうの こうざは どうでしたか。一人

ずつ かんそうを いってみましょう。

「きょうの こうざは、 。

です。」

れい：きょうの こうざは、おもしろかったです。／おずかしかったです。

ちいきほうかつしえんセンターのことが すこし／よく わかりま
した。

マネープラン

第7回 （マネープラン⑤）

（ぜいきん（税金）

—げんせんちょうしゅう（源泉徴収）、ねんまつちょうせい（年末調整）、
かくていしんこく（確定申告）—

1月12日（日）



くに（ ）

なまえ（ ）

きょうの もくひょう

1. にほんの おしょうがつ（お正月）に ついて する。
2. げんせんちょうしゅう（源泉徴収）、ねんまつちょうせい（年末調整）、かくていしんこく（確定申告）のことが わかる。

1. おしょうがつ（お正月）

（20分）

あけまして おめでとうございます。

ねんまつねんし（年末年始）は、にほんごきょうしつは やすみでした。

1) にほんの おしょうがつ

みなさんは、にほんですごしましたか。しごとは やすみでしたか。

かぞくですごしましたか。ともだちとすごしましたか。

なにを たべましたか。

ねんがじょう（年賀状）を かきましたか。もらいましたか。

おとしだま（お年玉）を あげましたか。

ボランティアさんと はなしましょう。





2) ペルー、ブラジルの おしょうがつ

みなさんの くにの ねんまつねんし（年末年始）について はなしまし
う。

1) にほんの ねんまつねんしは、ふゆです。

みなさんの くには どうですか。きおんは、なんとぐらいですか。

2) くには、クリスマス（12 がつ 24 か、25 にち）や、おおみそか（大晦日

12 がつ 25 にち）や、おしょうがつ（お正月）に なにを しますか。

ボランティアさんと はなしましう。



クリスマスカード





はなび（花火）



じょやのかね（除夜の鐘）



マラソン



きいろいしたぎ（下着）、きいろいシート＜ペルー＞



おとしだま（お年玉）



ターキー＜ペルー＞



チョコレート＜ペルー＞



● クリスマス （12 がつ 24 か、25 にち）

● おおみそか（12 がつ 31 にち）

●おしょうがつ

こどもは おとしだま（お年玉）を もらいますか。



2. ぜいきん（税金）

2. 1 はじめに

（10 分）

Q：この かみを おぼえていますか。これは なんですか。

なにが かいてありますか。

支給年月	所属コード	社員コード	氏 名	
2013年11月			いせさき たろう	様

給与明細書
群馬産業株式会社

支給項目	基本給	残業手当	深夜残業手当	勤怠減額				
	270,000							
控除項目	資格手当	役職手当	家族手当			課税通勤費	非課税通勤費	支給額合計
	30,000	20,000	5,000				10,000	335,000
控除項目	健康保険料	厚生年金保険料	雇用保険料	社会保険料合計	課税対象額	所得税	住民税	
	18,400	27,392	1,675	47,467	277,533	7,480	20,000	
								控除額合計
								74,947

勤務日数	就業	出勤	有給	特別	欠勤	就労時間	出勤時間	残業	深夜	遅刻早退
20	19	1								

差引支給額	
	260,053

メモ	支給日
	11月25日

しごとを しているひとは、かいしゃから まいつき「きゅうよめいさい
(給与明細)」を もらいます。

「きゅうよめいさい」を みると、まいつきの きゅうりょう、きゅうりょ
うから はらった ぜいきん、ほけんりょう(保険料)など が わかります。



Q： 1ねんかん（1がつから 12がつ）に

・かいしゃから いくら もらったか

・「しょとくぜい」 を いくら はらったか

を しりたい とき、なにを みますか。

きょうの こうぎでは、

○「げんせんちょうしゅう（源泉徴収）」

○「ねんまつちょうせい（年末調整）」

○「かくていしんこく（確定申告）」

について べんきょうします。

2. 2 「げんせんちょうしゅう（源泉徴収）」、「ねんまつちょうせい（年末調整）」「かくていしんこく（確定申告）」 (40 分)

1) この3つの ことばを きいたことが ありますか。

2) この3つの かみを みたことがありますか。

3)「げんせんちょうしゅうひょう（源泉徴収票）」は どこで もらいますか。
いつ もらいますか。

4)「ねんまつちょうせい（年末調整）」は いつ しますか。
どこで しますか。

5)「かくていしんこく（確定申告）」は いつごろ しますか。
どこで、どうやって しますか。

●げんせんちょうしゅうひょう（源泉徴収票）

●「ねんまつちょうせい（年末調整）」

平成19年分 給与所得者の保険料控除申告書 兼 給与所得者の配偶者特別控除申告書

保・配特

所轄税務署長	給与の支払者の 名称(氏名)	(フリガナ) あなたの氏名	印
税務署長	給与の支払者の 所在地(住所)	あなたの住所 又は居所	

◆給与所得者の保険料控除申告書◆

生命保険料控除	保険会社等の 名称	保険等の 種類	保険等の 契約者の氏名	保険金等の受取人 氏名	あなたが本年中に支払った 保険料等の金額 (分配を受けた剰余金 等の控除後の金額)	給与の 支払者の 確認印
	一般の生命保険料				円	
	個人年金保険料				円	
	合計			円		
年間の支払開始年月日				合計	円	
地震保険料控除	保険会社等の 名称	保険等の 種類(目的)	保険期間	保険等の 契約者の氏名	あなたが本年中に支払った 保険料等の金額 (分配を受けた剰余金 等の控除後の金額)	給与の 支払者の 確認印
					円	
					円	
					円	
③のうち地震保険料の金額の合計額				円	③のうち旧長期損害保険料の金額の合計額	円
地震保険料控除額				円		
社会保険料控除	社会保険 の種類	保険料支払先 の名称	あなたが本年 中に支払った 保険料の金額	小規模 企業共済 等 の 控除	あなたが本年 中に支払った 掛金の金額	あなたが本年 中に支払った 掛金の金額
			円		円	円
			円		円	円
			円		円	円
合計(控除額)				円	合計(控除額)	円

◆給与所得者の配偶者特別控除申告書◆

あなたの本年 中の 所得の 見込額	(1,000万円を超える場合は申告してください。)		
(フリガナ) 配偶者の氏名			
あなたが配偶者の 住所又は居所が属 する地域の配偶者 の住所又は居所			
<p>○ 次の場合には、配偶者特別控除を受けることができません。</p> <p>あなたが配偶者が、配偶者控除の対象となる場合、他の人の扶養親族となる場合、専ら 専ら専業主婦として給与の収入を受ける場合又は旧長期損害保険に加入する場合に、申 告できません。また、夫の収入が旧長に配偶者特別控除を受けることはできません。</p>			
<p>○ 配偶者の合計所得金額(見込額)を次の表により計算してください。</p>			
所得の種類	収入金額等①	必要経費等②	所得金額(①-②)
給与所得①	円	円	円
事業所得②	円	円	円
雑所得③	円	円	円
配当所得④	円	円	円
不動産所得⑤	円	円	円
退職所得⑥	円	円	円
①-⑥以外の所得⑦	円	円	円
配偶者の合計所得金額(①-⑦の合計額)		円	円
(注)「配偶者の合計所得金額(見込額)」の計算については、 基礎控除を控除してください。			
<p>○ 配偶者特別控除額の早見表</p>			
あなたの所得金額	配偶者の所得金額	控除額	
0円から 380,000円まで	0円から 380,000円まで	0円	
380,001円から 399,999円まで	0円から 380,000円まで	380,000円	
400,000円から 449,999円まで	0円から 380,000円まで	360,000円	
450,000円から 499,999円まで	0円から 380,000円まで	340,000円	
500,000円から 549,999円まで	0円から 380,000円まで	320,000円	
550,000円から 599,999円まで	0円から 380,000円まで	300,000円	
600,000円から 649,999円まで	0円から 380,000円まで	280,000円	
650,000円から 699,999円まで	0円から 380,000円まで	260,000円	
700,000円から 749,999円まで	0円から 380,000円まで	240,000円	
750,000円から 799,999円まで	0円から 380,000円まで	220,000円	
800,000円から 849,999円まで	0円から 380,000円まで	200,000円	
850,000円から 899,999円まで	0円から 380,000円まで	180,000円	
900,000円から 949,999円まで	0円から 380,000円まで	160,000円	
950,000円から 999,999円まで	0円から 380,000円まで	140,000円	
1,000,000円から 1,049,999円まで	0円から 380,000円まで	120,000円	
1,050,000円から 1,099,999円まで	0円から 380,000円まで	100,000円	
1,100,000円から 1,149,999円まで	0円から 380,000円まで	80,000円	
1,150,000円から 1,199,999円まで	0円から 380,000円まで	60,000円	
1,200,000円から 1,249,999円まで	0円から 380,000円まで	40,000円	
1,250,000円から 1,299,999円まで	0円から 380,000円まで	20,000円	
1,300,000円から 1,349,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,350,000円から 1,399,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,400,000円から 1,449,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,450,000円から 1,499,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,500,000円から 1,549,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,550,000円から 1,599,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,600,000円から 1,649,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,650,000円から 1,699,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,700,000円から 1,749,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,750,000円から 1,799,999円まで	0円から 380,000円まで	0円	
1,800,000円から 1,849,999円まで	0円から 380,0		

●「かくていしんこく（確定申告）」

税務署長 年 月 日		平成 年分の所得税の 申告書B	FA0023
住所 東京都〇〇区〇〇		フリガナ	
氏名 〇〇 〇〇		性別 男 女	年齢・番号
生年月日		配偶者の氏名	配偶者の年齢・番号
生年月日		生年月日	生年月日
(単位は円)		所得の区分	所得の区分
収入金額等		課税される所得金額 (9-10)又は第3表 上の②に対する税額 又は第3表の②	000
事業所得⑦		配当控除 (28)	191500
業農所得⑧		第3表より記入	
不動産所得⑨		電子証明書等特別控除 (33)	5000
利子所得⑩		差引所得税額 (34)	186500
配当所得⑪		源泉徴収税額 (37)	86500
給与所得⑫		申告納税額 (38)	100000
公的年金等所得⑬		予定納税額 (39)	
その他の所得⑭		第3期分の納める税金 (40)	00
総合課税 短期⑮		還付される税金 (41)	
長期⑯		配偶者の合計所得金額 (42)	
一時所得⑰		専従者給与(控除)額の合計額 (43)	
所得金額		青色申告特別控除額 (44)	
事業所得①		雑所得・一時所得 源泉徴収税額の合計額 (45)	
業農所得②		未納付の源泉徴収税額 (46)	
不動産所得③		本年分で差し引く繰越損失額 (47)	
利子所得④		平均課税対象金額 (48)	
配当所得⑤		延滞納税額 (49)	
給与所得⑥		申告期間までに納付する金額 (50)	00
雑所得⑦		延滞納税額 (51)	000
総合課税 ⑧+[(⑨+⑩)×1/2]		この申告書が 修正申告書 である場合 第3期分の税額の増加額 (52)	
合計⑨		第3期分の税額の増加額 (53)	00
所得から差し引かれる金額		受取られる 税金の所	
医療費控除⑩		銀行口座・郵便 振込・振替	本店・支店 本店・支所
社会保険料控除⑪		郵便局	普通口座・振替口座
小規模企業共済等掛金控除⑫		年金番号	年金番号
生命保険料控除⑬		年金番号	年金番号
地震保険料控除⑭		年金番号	年金番号
寄付金控除⑮		年金番号	年金番号
専従・専夫控除⑯		年金番号	年金番号
勤労学生・障害者控除⑰		年金番号	年金番号
配偶者控除⑱		年金番号	年金番号
配偶者特別控除⑲		年金番号	年金番号
扶養控除⑳		年金番号	年金番号
基礎控除㉑		年金番号	年金番号
合計㉒		年金番号	年金番号
整理欄		区分 A B C D E F G H I J K	

●げんせんちょうしゅうひょう（源泉徴収票）

平成24年分 給与所得の源泉徴収票

支払を受ける者	※区分			(受給者番号) 004
住所	京都市下京区上賀茂麻呂小路1-2-3	氏名	(フリガナ) カワニシ メグミ (漢字名) 川西 めぐみ	
種別	支払金額	給与所得控除後の金額	所得控除の額の合計額	源泉徴収額
給与・賞与	① 3,845,400	② 2,535,200	2,040,449	③ 24,700
控除対象配偶者の有無	配偶者特別控除の額	控除対象扶養親族の総数(配偶者を除く)	控除対象の合計(扶養親族)	社会保険料等の金額
有 無	0	人	人	1,214,949
住宅借入金等特別控除の有無	国民年金保険料等の金額	健康保険料	厚生年金保険料	住民税
有 無	0	340,800 円	75,500 円	20,000 円
(補足)住宅借入金等特別控除可能額		配属者の合計所得		
居住開始年月日		82,000		
(株)京都美統 支払:52,500 徴収税額:300 社会保険料		22,000		
普通徴収 子 川西 繁樹(年少)				
扶養 対象 家族 未満	本 成年 者	外国人	死亡 通 達	受給者生年月日
1 人				明治 昭和 平成 年 月 日
				43 8 31
支払者	住所(県庁)又は所在地	兵庫県神戸市東灘区御影〇-〇-〇		
	氏名又は名称	株式会社今野デザイン (電話) 078-999-9999		

(受給者文付用)

Q1：かいしゃは かわにしさんに いくら はらいましたか。

ヒント：①しはらいきんがく（支払金額）

まめちしき 

これを「ねんしゅう（年収）」と いいます。

ねんしゅう（年収）＝まいつきのきゅうりょう＋ボーナス（＝しょうよ（賞与））

こうつうひ（交通費＝ガソリン代、でんしゃだい、バスだい）は、
「ねんしゅう」に ふくまれません。きゅうりょうから はらう ねんきん、
ほけんりょう も ふくまれません。

Q 2 : きゅうりょうから ひかれた ぜいきん（税金）※はいくらですか。

ヒント：③源泉徴収税額

まめちしき 

この ぜいきん（税金）※ の なまえは、「しょとくぜい（所得税）」です。
しょとくぜいは、こくぜい（「国税」＝ く に はらう ぜいきん）です。

くには、ぜいきんを あつめるために、きゅうりょうのなかから、まいつき
ぜいきん を ひきます。これを「げんせんちょうしゅう（源泉徴収）」と
いいます。

「げん（源）」は おかねが でるところ、「ちょうしゅう（徴収）」は
あつめる という いみです。

Q 3 : かわにしさんの てどり（手取り）は いくらですか。

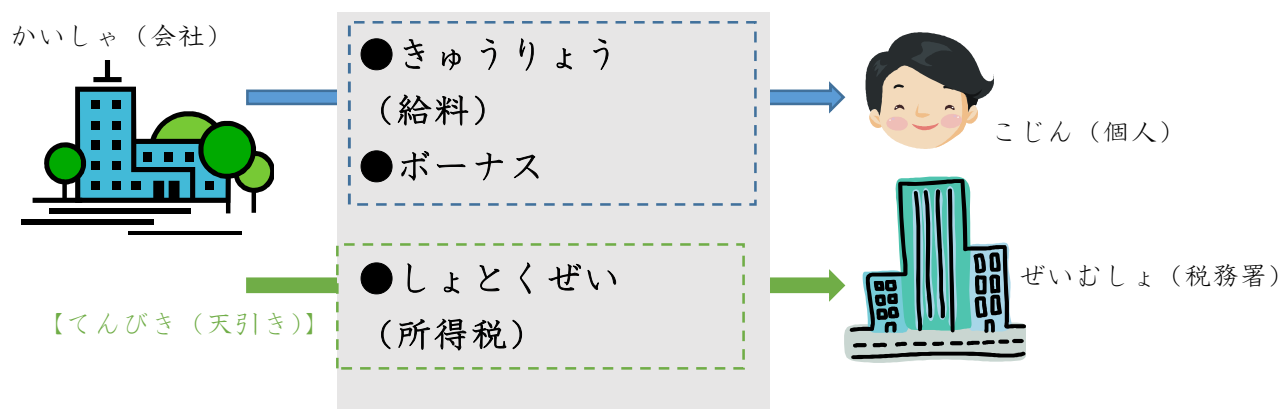
（てどり（手取り）は、かわにしさんが じっさいに もらえる おかね
です。

かいしゃから もらう きゅうりょう（＝①支払金額）から ぜいきん（＝
②源泉徴収税額）、ねんきん、ほけんりょう（＝④社会保険料等）を ひいた
きんがくです。）

【①支払金額－③源泉徴収税額－④社会保険料等の金額＝手取り】

しはらいきんがく げんせんちょうしゅうぜいがく しゃかいほけんりょうとうのきんがく てどり

●げんせんちょうしゅう（源泉徴収）



きゅうりょう／ボーナス



げんせんちょうしゅう（源泉徴収）



ねんまつちょうせい（年末調整）

: 12 がつ



かくていしんこく（確定申告）

: 2～3 がつ

○げんぜんちょうしゅう（源泉徴収）

げんぜんちょうしゅう（源泉徴収）では、ぜいきんが すこし おおく ひかれています。



●ねんまつちょうせい（年末調整）

○12 がつの きゅうりょうで、1 がつから 12 がつの きゅうりょうが きまります。

きゅうりょうから ひかれた「しょとくぜい（所得税）」を もういちど

けいさんします。

○ 1 がつから 12 がつの あいだに「しょとくぜい（所得税）」を
たくさん はらいすぎた ばあい、ぜいきんが もどってきます。

ぜいきんが たりない ばあいは、はらわなければなりません。

おおくの ひとは、ぜいきんが もどってきます。



●かくていしんこく（確定申告）

○ 2 つ いじょうの しごとを しているひとは、1 がつ～12 がつに
はらった ぜいきんを じぶんで けいさんしなければ なりません。

○ 1 がつ～12 がつに しごとを やめた ひとも ぜいきんを じぶんで
けいさんしなければ なりません。

これを「かくていしんこく（確定申告）」と いいます。

じぶんで おかねを けいさんして、ぜいむしょ（税務署）に いきます。
インターネットで おくることも できます。

○ 1 つの かいしゃだけで しごとを しているひとは、「かくていしんこく（確定申告）」を しなくてもいいです。

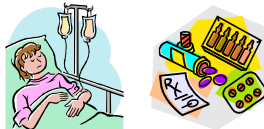
Q：どんなひとが かくていしんこく（確定申告）を しますか？

① 1 がつ～12 がつの あいだに しごとを やめたひと

② 2 ついじょうの かいしゃで しごとを しているひと

- ③ 1がつ～12がつに はらった いりょうひ（医療費＝ びょういんや
くすりの おかね）が おおよそ 100,000 えん（10 万円）いじょう※

だったひと



※1ねんの しょとくきんがく（所得金額＝「源泉徴収票」の中で
「給与所得控除後の金額」）が 2000,000 えん（200 まんえん）より
すくないひとは、「しょとくきんがく×5%」

- ④ 1がつ～12がつの あいだに じゅうたく（住宅）ローン を はじめた

ひと



2. 3. クイズ



...



- 1) かいしゃで「せいしゃいん（正社員）」として はたらいている。

きゅうりょうから しょとくぜい（所得税）を ひかれる。

（○・×・？）

- 2) 「はけんしゃいん（派遣社員）、パート、アルバイト）」として

はたらいている。きゅうりょうから しょとくぜい（所得税）を

ひかれる。

（○・×・？）

3) きゅうりょうから ぜいきんを ひかれた。しんこくすると、
おかねが もどる。 (○・×・?)

4) かいしゃいんは、12がつはじめに ねんまつちょうせい（年末調整）が
ある。 (○・×・?)

5) 2かしょ いじょうの かいしゃで しごとを している。

「かくていしんこく（確定申告）」を すると、おかねが もどってくる。
(○・×・?)

6) 3がつから 5がつまで、こうつうじこで びょういんに にゅういん
した。びょういんに いりょうひ（医療費）を 160,000 えん はらった。
「かくていしんこく（確定申告）」を すると、おかねが もどってくる。
(○・×・?)

7) 1がつから 12がつの あいだに、じぶんと、かぞくが びょういんで
しゅじゅつを した。1がつから 12がつの いりょうひは、110,000 えん
だった。「かくていしんこく（確定申告）」を すると、おかねが もどって
くる。

8) しょとくきんがく（所得金額＝「源泉徴収票」の中で「給与所得控除後の金額」）は、1500,000 えん（150 まんえん）である。

1 がつから 12 がつの あいだに、かぞくぜんいんの いりょうひが 80,000 えん だった。「かくていしんこく（確定申告）」を すると、おかねが
もどってくる。 <ヒント： $1500,000 \times 0.05 = 75,000$ >

3. ことば

げんせんちょうしゅう（源泉徴収）

ねんまつちょうせい（年末調整）

かくていしんこく（確定申告）

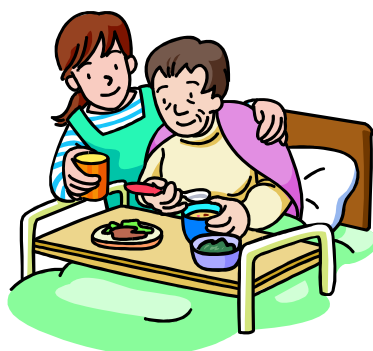
日本語	スペイン語	ポルトガル語
源泉徴収	Deducción de impuestos de la fuente de ingresos	Imposto de renda retido na fonte
年末調整	Ajuste de fin de año	Ajuste de final de ano
確定申告	Declaración de la renta	Declaração do imposto de renda

ケアプラン

第8回

「介護（かいご）サービス」

1月26日（日）



くに （ ）

なまえ （ ）

1. はじめに

(5 分)

1 月 12 日に、「ちいきほうかつしえん（地域包括支援）センター」について べんきょうしました。

わたしたちは、かいご（介護）が ひつようになったとき、「ようかいごにんてい（要介護認定）」を うけて、かいごほけん（介護保険）サービスを りようします（つかいます）。

2. ようかいごにんてい（要介護認定）、かいごほけん（介護保険）、

かいごほけんりょう（介護保険料）

(20 分)

2. 1 「ようかいごにんてい（要介護認定）」

○よう（要）＝ひつよう

○かいご（介護）＝おじいさん、おばあさんや びょうきの ひとなどの
せわをすること

○にんてい（認定）＝ しやくしょ（市役所）などが ものごと（このばあい、「かいご（介護）」）のていどを しらべて、かいごが ひつようかどうか きめること

⇒●「ようかいごにんてい（要介護認定）」

どれぐらい かいご（介護）サービスが ひつようか（など）を きめるための しんさ。

2. 2 「かいごほけん（介護保険）」

Q1:「かいごほけん（介護保険）」ということばを きいたことがありますか。

○ほけん（保険）

=しょうらい びょうき（病気）になったり、じこ（事故）にあったときの
ため、おおぜいの ひとが おかねを はらう。

びょうきや じこのために ひつような おかねは、じぶんや ほかの
ひとが はらったおかね を つかう。

（れい：けんこうほけん（健康保険）



かさいほけん（火災保険）



じどうしゃほけん（自動車保険）



など）

⇒●「かいごほけん（介護保険）」

こうれいしゃ（おじいさん、おばあさん）の かいごサービスを おこなう
ための しゃかいほしょうせいど（社会保障制度）。

2000 ねん（へいせい12 ねん）に はじまった。

Q2: みなさんの くには、 「かいごほけん（介護保険）」 がありますか。

Q3: みなさんの くには、おじいさんや おばあさんの かいご（介護）

が ひつように なったとき、だれが せわ（てつだい）を しますか。

かいご（介護）に ひつような おかねを かぞくが はらいますか。

2. 3 「かいごほけんりょう（介護保険料）」

○りょう（料）＝おかね

（れい：にゅうりょうじょう（入場料）

＝えいがかんに はいるとき はらう

しんさつりょう（診察料）

＝びょういんで みてもらうとき はらう

けんこうほけんりょう（健康保険料）

＝しょうらい びょうきに なったときの ために

はらう）

⇒「かいごほけんりょう（介護保険料）」

＝かいごが ひつように なったときの ために はらう



グループで かんじを よむ れんしゅうを しましょう。

○「要介護認定（ようかいごにんてい）」

要

介護

認定

要介護

介護認定

要介護認定

○介護保険料（かいごほけんりょう）

介護

保険

介護保険

保険料

介護保険料

3. クイズ 「かいごほけん（介護保険）」



...



(20 分)

にほんの 「かいごほけん（介護保険）」について どのぐらい しっていますか。クイズに こたえてみましょう。

1). 「かいごほけんりょう（介護保険料）」は、35 歳から以上の人 が はらっている。(○・×・?)

2)。「かいごサービス」を つかわないひとは、「かいごほけんりょう」を
はらわなくてもよい。


3)。「かいごほけんりょう（介護保険料）」は、みんなが おなじ きんがく
（おかね）を はらう。

4)．いせさきしの 1ねんかんの かいごほけんりょうは、やすいひとは
やく 30,000 えん、たかいひとは やく 100,000 えん である。

5)．40 さいから 64 さいの ひとが はらう「かいごほけんりょう
（介護保険料）」は、こくみんけんこうほけん（国民健康保険）か、
きゅうりょう（給料）の どちらか から ひかれる。）

4. かいごほけん（介護保険）の りょうの ながれ

① しんせい（申請）する

くまどぐち（窓口）> 

○し（市）の かいごほけん（介護保険）たんとうか（担当課）

いせさきしやくしょ（伊勢崎市役所）ほんかん（本館）1かい


そのほかに、ここでも しんせいが できます。

○ちいきほうかつしえん（地域包括支援）センター

○きょたくかいごしえんじぎょうしゃ（居宅介護支援事業者）

○かいごほけんしせつ（介護保険施設）

くもっていくもの>

○しんせいしょ（申請書） 

しの まどぐちに おいてあります。

○かいごほけん（介護保険）の ほけんしょう（保険証）

40～64 さいの ひとは、そのほかに けんこうほけん（健康保険）

のほけんしょう（保険証）が ひつようです。



② ようかいご（要介護）にんてい（認定）

○ほうもんちょうさ（訪問調査）



し（市）の しょくいんが いえに きて、しつもんします。

からだや こころの じょうたいや せいかつ、かぞく、うちの かんきょ
うなどに ついて はなします。



○しゅじい（主治医）の いけんしょ（意見書）



いつも みてもらっている おいしゃさんに かいてもらいます。

そのほかに

○いちじはんてい（一次判定）（訪問調査の結果、主治医の意見書の一部から判定）、

○にじはんてい（二次判定）（一次判定や主治医の意見書などをもとに、保健、医療、福祉の専門
家が審査）

があります。



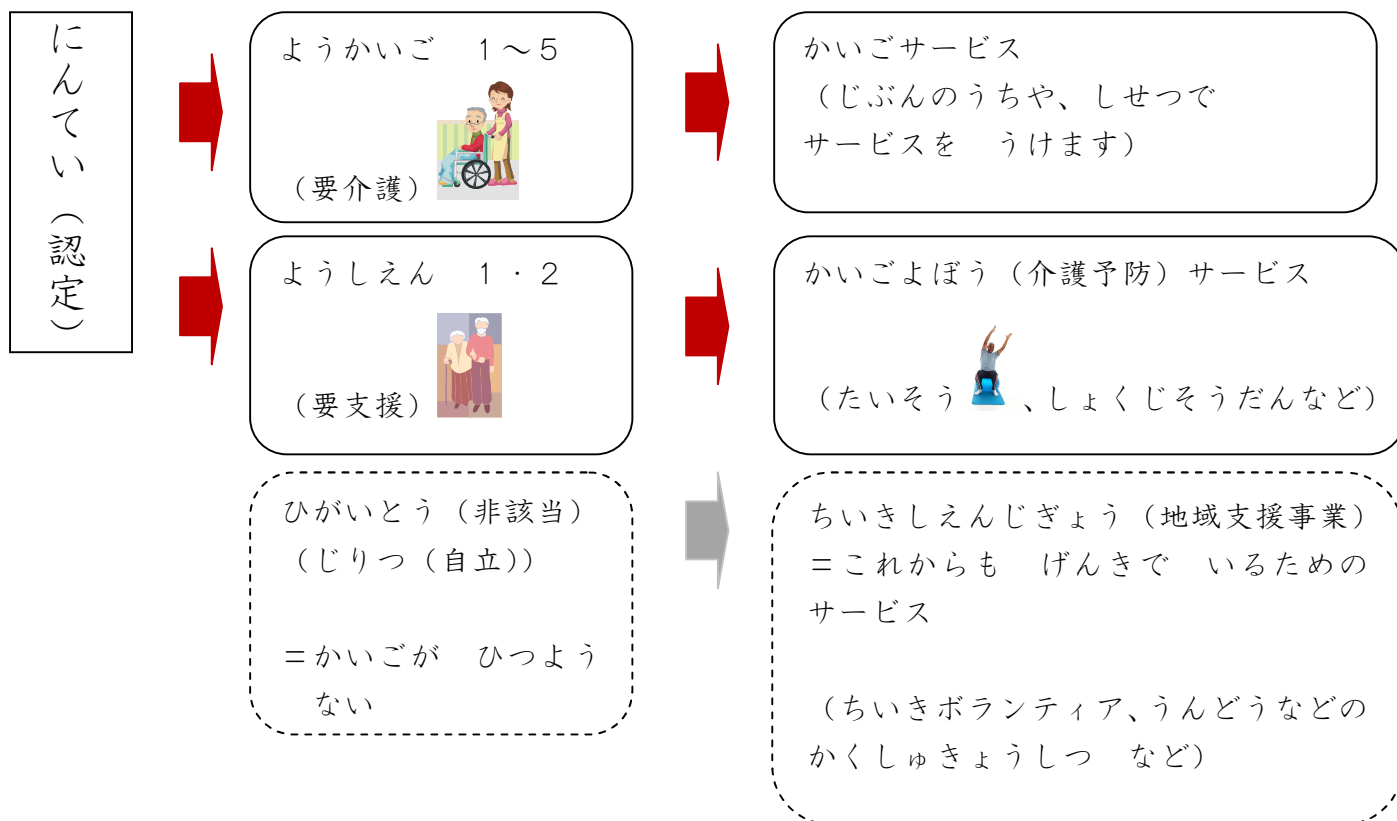
③ けっか（結果）のつうち（通知）

（「ともにほぐくお介護保険」桐生市 より引用）

ようかいごと（要介護度）

りようできる サービス


（どのぐらい かいごが ひつようか）



5. かいごほけん（介護保険）サービスを りようする

かいご（介護）を うける 「サービス」として、

- ・ いえに きてもらうもの（ほうもん 訪問）
- ・ しせつに かようもの（つうしょ 通所）
- ・ しせつ（施設）に すむもの

など があります。 （⇒あとのページに せつめいがあります ）

どのサービスを りようするかは、ケアマネージャーとそうだんして
きめます。



ケアマネージャーとは、

かいごほけんで 「ようしえん・ようかいご」と されたひとに 「ケアプラン」（どのかいごサービスをうけるか のけいかく）を つくります。

「ちいきほうかつしえん（地域包括支援）センターや かいごほけんしせつ（介護保険施設）などで はたらいています。

これから、ケアマネージャーたいけんを してみましょう。

（じっさいには、かぞくと そうだんして、せんもんかである ケアマネージャーが「ケアプラン」
を つくります。）

ここでは ケアマネージャーの イメージを つくるために みなさんが
ケアマネージャーになって、「ケアプラン」をつくってみましょう。

＜かいごサービスの しゅるい＞

※ケアマネージャーたいけんをする まえに かんたんに サービスの ないようを かくにん
しましょう。

① いえに きてもらう



＝ホームヘルパー、かいごし、かんごし が いえに きます。

◎ほうもんかいご



◎ほうもんかんご



◎ほうもんリハビリテーション



◎ほうもんにゅうよくかいご（うちで おふろにはいる）



など

② しせつに かよって うける



◎デイサービス（つうしょかいご）



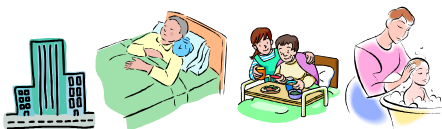
◎にんちしょう（認知症）たいおうがた つうしょかいご



◎デイケア（つうしょリハビリテーション）



③ たんきかん しせつに とまる



◎ ショートステイ

= 1～30 にちまで りようできる。



しょくじ（ごはん）・にゅうよく（お風呂）の かいごなど

④ せいかつする かんきょうを ととのえる

◎ かいごに ひつような もの（つえ、くるまいす、ベッドなど）を かりる



◎ かいごに ひつようなもの（こしかけべんざ（トイレ）、にゅうよくよう（お
ふろ）いす・ベルト など）を かう




◎ かいごのために いえを かいしゅう（しゅうり）する

（かいだんに てすりを つける



わしきトイレ から ようしきトイレに かえる 、

ひらきど から ひきどに かえる  など)

(※ケアマネージャー たいけんでは、①-④の サービスから えらんでください。)

このほかに いかの サービスが あります。

⑤かよいを ちゅうしんとした ふくごうてきな サービス

⑥じたくから うつりすんで りようする

- ◎グループホーム（認知症対応型共同生活介護）（介護予防認知症対応型共同生活介護）
にんちしょう（認知症）のひとが いっしょに せいかつする。
（ごはん、おふろの かいご など）

⑦かいごほけんしせつに うつりすむ

- ◎「とくべつようご ろうじんホーム（特別養護老人ホーム）」
（かいご ろうじん ふくし しせつ（介護老人保健施設））
＝いつも かいごが ひつようで、いえで かいごが できないひと が はいる

- ◎かいご ろうじん ほけん しせつ（介護老人保健施設）
＝おもに かいごや リハビリを おこなう

ケアマネージャーたいけんの ほうほうを せつめいします。

《ルール》

★くかいごサービスの しゅるい>①－④から えらんでください。

★1人 10ポイントの サービスを つかうことができます。



☆ケアプランをかんがえたら、チップをかみに はって、グループの
なかで はっぴょうしてください。

Aさんの れいを みてください。

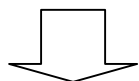
（☆ポイントは、このゲームの ために つくったものです。じっさいの かいごサービスには
ありません。）

（参考：「ともにはぐくむ介護保険」 桐生市）

【Aさん／ようかいご（要介護）3】

◎じょうたい（状態）・ようぼう（要望）

- ・のうこうそくで びょういんに にゅういんした。
1しゅうかんまえに たいいんした。
- ・おっとは びょういんに にゅういんしている。いまは、ひとりぐらし。
- ・いまは、あまり あるけない。
- ・あしが なおったら、じぶんで そうじや せんたくなどの かじが
できるようになりたい。



《ケアプラン》

・あしのリハビリのため、1しゅうかんに 2かい 「デイケア」に かよって、リハビリを する。しせつに ときどき いくことは、きぶんが かわってよい。
【デイケア 1ポイント×2かい=2ポイント】





・ひとりで かがい できないため、1しゅうかんに 2かい 「ほうもんかいご」に きてもらう。1にちは りょうりと せんたくを してもらい、もういちにちは、りょうりと そうじを してもらう。

【ほうもんかいご 1ポイント×2かい=2ポイント】

・おふろに はいるのが たいへんなため、かいごようの おふろを かう。
【かいごにひつようなものをかう 2ポイント】

・じたくの わしきトイレを ようしき トイレに かいしゅうする。
【いえを かいしゅうする 2ポイント】

⇒⇒ ごうけい： 8ポイント

◎デイケア (つうしょりハビリテーション) 1ポイント		× 2
◎ほうもんかいご 1ポイント		× 2
◎かいごに ひつようなものを かう 1ポイント		× 1
◎かいごのために いえを かいしゅう (しゅうり) する 2ポイント		× 1

ケアマネージャーに なったつもりになって、Bさん、Cさん の 「ケアプラン」を かんがえましょう。

Bさん、Cさんの ケアプランではなく、みなさんの かぞくの ものをかんがえてもいいです。

1) 【Bさん／ようかいご1】

- ・ のうこうそくで、みぎがわが まひしている。
- ・ おっとと 2人で くらしている。
- ・ かじ（りょうり、そうじなど）は おっとが している。
- ・ あるいているとき、ころぶことがある。
- ・ じぶんで ふくを きることができるが、じかんが かかる。

2) 【Cさん／ようかいご2】

- ・ おっとと おすこ ふうふと くらしている。
- ・ かじは、かぞくが している。
- ・ りょうあしで あるくとき、バランスが くずれやすい。うちのそとでは、くるまいすを つかっている。
- ・ おふろで じぶんで せなかを あらうこと ができない。
- ・ （おふろに はいるとき、トイレにいくとき）ズボンや パンツを あげたり、おろしたりを じぶんで できない。

(B、Cさんの事例は、「要介護認定審査判定事例集(平成16年11月厚生労働省老健局老人保健課)」
<http://www.jcma.or.jp/news/association/1611.html> を参考に 作成したものである)

6. ふりかえり (5分)

きょうの こうざは どうでしたか。

一人ずつ かんそうを いってみましょう。

「きょうの こうぎは、

れい：きょうの こうぎは、おもしろかったです。／おずかしかったです。

かいごサービスのことが すこし／よく わかりました。

①いえに きてもらう

(1) ほうもんかいご 1ポイント



(2) ほうもんかんご 1ポイント



(3) ほうもんリハビリテーション 2ポイント



(4) ほうもんにゆうよくかいご (うちで おふろにはいる)



2ポイント

②しせつに かよって うける

(5) デイサービス (つうしょかいご)



1ポイント

(6) にんちしょう (認知症) たいおうがた つうしょかいご



2ポイント

(7) デイケア (つうしょリハビリテーション)



1ポイント

③たんきかん しせつに とまる

(8) ショートステイ

= 1～30 にちまで



しょくじ（ごはん）・にゅうよく（お風呂）の かいごなど

2ポイント

④せいかつ する かんきょうを ととのえる

(9) かいごに ひつような ものを かりる



1ポイント

(10) かいごに ひつようなものを かう



1ポイント

11 かいごのために いえを かいしゅう（しゅうり）する



⇒



2ポイント

文化庁「生活者としての外国人」のための日本語教育事業地域日本語教育実践プログラム（A）
採択事業

定住外国人が安心して高齢期を迎えるための日本語教室 責任者・群馬大学 結城恵
20140126

マネープラン

第8回 おかねの トラブルにあわないために

1月26日（日）



くに（ ）

なまえ（ ）

きょうの もくひょう

1. おかねのトラブル（もんだい）について しる
2. こまったとき そうだんする ところが わかる

1. はじめに

①お金のトラブルには ^{かね}どんなことがありますか。

②このことばを ^き聞いたことがありますか？

^{ふ り こ め さ ぎ}
「振り込め詐欺」

「クーリングオフ」

^{しょうひせいかつ}
「消費生活センター」

・わるいひとに だまされないように きをつけましょう！

Tenha cuidado para não ser enganado por pessoas más!

Tenga cuidado de no dejarse engañar por gente mala!

Be careful not to be fooled by bad people!



「おかねが もらえますよ」

2. 振り込め詐欺

① 「振り込め詐欺」「還付金詐欺」「オレオレ詐欺」を

きいたことが ありますか。

② 「詐欺」 は なんですか。

③ 「振り込み」を していますか。振り込みは どこで しますか。

※11 ページをみて知らない ことばを かくにんしましょう。

「振り込め詐欺」は わるいひとが でんわをします。

うその はなしを きいたひとは、 わるいひとに ATM から

おかねを

おくれます。

※うそ mentira, lie



・ 還付金詐欺（かんぷきんさぎ）

「医療費や 税金を たくさん はらっているので、

れんらくすれば かえってきますよ」と うそ をいいます。

そして、ATMをつかって おかねを とります。

- ・ ^{かんぷきんさぎ} 還付金詐欺のビデオをみましょう。

おばあさん  に でんわが かかってきました。

わるい人「こちらは しやくしょ です。



びょういんで おかねを たくさん はらいしましたね。

てつづきをしたら おかねが かえってきますよ。

0120-12-3456 にでんわしてください。」

おばあさんは 0120-12-3456 に でんわを かけます。

わるいひと「ぎんこうにいてください。



A T Mのところから、もういちどでんわをしてください。」

おばあさんは ぎんこうに いきます。 でんわをかけます。

わるいひと「まず、A T Mにカードをいれてください




^{ふりこみ} <振込> を おしてください。

それから、1、2、3、4、5、6 をおして

つぎに 4、9、8、9、9、0を おしてください。

さいごに ^{かくにん} <確認>を おしてください。

これで おかねが かえってきますよ。」

おばあさん  「ありがとうございます。」

おばあさんは 498990 円も わるいひとに おかねを あげてしまいました。

★ A T Mをつかって ^{いりょうひ} 医療費（びょういんのおかね）や ^{ぜいきん} 税金（tax）の
おかねが かえってくることは ありません！

★ ^{かんぷきん} 還付金 のことは ^{しやくしょ} 市役所 に ^{かくにん} 確認しましょう。

・ オレオレ詐欺^{さぎ}

わるいひとが おとしよりに でんわをかけます。お

としよりの こどもや まごのように はなします。

そして、「おかねがないです、こまっています、おかねを かしてください」

といって、おとしよりの おかねを とります。



★ しらないひとに すぐに おかねを あげては いけません。

かぞくに そうだん、かくにん しましょう。



★ でんわで こうざばんごう（Bank Account） や パスワード（Password）を
ぜったいに おしえては いけません。

くあなたの こうざが わるいことに つかわれるかもしれません。＞

3. ^{けいやく}契約とクーリングオフ

ひとが いえにきて、よくない^{けいやく}契約を してしまったとき、
その^{けいやく}契約をやめることができます。クーリング オフ です。

たとえば… Case Example


わるい人  が ^{いえ}家に ^き来ました。

 「しょうかき  は ありますか。」

※消火器（しょうかき）
extintor de incêndio
extintor de incendios
fire extinguisher

いえに しょうかきは ありません。

「あたらしい ほうりつが できました。

 ぜんぶの いえに しょうかきが ひつようです。（←うそ）
しょうかきを かってください。」

しょうかきを 20000 円で かいました。

つぎのひ ともだちの やまださんと はなしました。

やまださんは 「しょうかきは いえになくてもいい」

「20000 えんは たかい」 と いいました。

・ どうしますか・・・

- ・ クーリング・オフをしましょう。

いえに ひとが きたり、電話が かかってきたりして、おかねを はらった
ときや おかねを はらう やくそく（^{けいやく}契約）をしたときは、 その日から
^{ようかかん}8日間、^{けいやく}契約を キャンセルできます。クーリング・オフです。

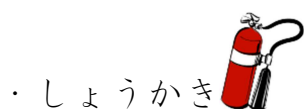
クーリング・オフのやりかたは、^{しょうひせいかつ}消費生活センターで おしえてくれます。

^{いせさきし}伊勢崎市 ^{しょうひせいかつせんたー}消費生活センター ^{いせさきしやくしょ5かい}（伊勢崎市役所5階）

電話 0270-20-7300

月～金 午前 9:00～午後 4:00

- ・ よくない^{けいやく}契約（いせさきしの れい）



・ しょうすいき 「この水は ^{みず}体に ^{からだ}わるいですよ（うそ）」
「しょうすいきを かってください」

※ 浄水器（しょうすいき）
filtro de água
filtro de agua
water filter

- ・ リフォーム 「このいえ もうすぐ たおれますよ（うそ）」

「なおしましょう」

- ・ えいごの テキスト




※ リフォーム
renovação
renovación
renovation

※ 英語（えいご）の テキ
スト
Livro texto em Inglês
Inglés libro de texto
English textbook


4. インターネットのかいものトラブル


①インターネットで かいものを しますか。



②インターネットで かっこいい くつ  を みました。

おかねを はらいました。でも くつが きません。どうしますか。

③インターネットで かっこいい くつを  みました。

すぐに とどきました 。でも しゃしんと いろが ぜんぜん ちが
います。 どうしますか。

・ 買ったものが よくないとき キャンセルできる店と できない店があり
ます。「返品不可」と 書いてあったら キャンセルできません。

・ 通信販売（テレビ、インターネットなどの買い物）は、クーリングオフでき
ません。

でも、こまったときは、消費生活センターで 相談しましょう。



おかねの トラブル クイズ

- ・ きのう おんなの ひとが いえに きました。
「とても いい にほんごの テキストが ありますよ、
いま 契約^{けいやく}したら やすいですよ」といいました。
だから いそいで 契約^{けいやく}しました。
でも テキストは 60000 えんも します。とても たかいです。
契約^{けいやく}を やめたいです。
①何^{なに}をしたらいいですか。
 - a. クールダウン
 - b. クーリングオフ
 - c. クリーニング
- ②どこへ そうだんしたらいいですか
 - a. ハローワーク
 - b. しょうひせいかつセンター
 - c. ぎんこう
- ・ おとこのひとから でんわがありました。
おとうさんが かいしゃの おかねを なくしました。
だから、すぐに 100000 円を A T Mで おくってほしいと いわれました。
どうしますか。
 - a. すぐに 100000 円を おくります。
 - b. おとうさん（のかいしゃ）に でんわします。
 - c. おとこの ひとに いえに きてくださいと いいます。



5. ことば

- 1 トラブル とらぶる
- 2 振り込め詐欺 ふりこめさぎ
- 3 還付金詐欺 かんぷきんさぎ
- 4 おれ おれ
- 5 詐欺 さぎ
- 6 振り込み ふりこみ
- 7 相談 そうだん
- 8 確認 かくにん
- 9 契約 けいやく
- 10 クーリングオフ くーりんぐおふ
- 11 消費生活センター しょうひせいかつせんたー
- 12 インターネット いんたーねっと

①つぎの ページの ひょうを みてください。

じぶんの わかる ことばをみて いみを かくにんしましょう。

②ボランティアさんの あとに つづいて、いってみましょう。

	にほんご	よみかた	スペインご
1	トラブル	とらぶる	problema
2	振り込め詐欺	ふりこめさぎ	fraude en la facturación
3	還付金詐欺	かんぷきんさぎ	el fraude de reembolso
4	おれ	おれ	yo
5	詐欺	さぎ	fraude
6	振り込み	ふりこみ	transferencia
7	相談	そうだん	consulta
8	確認	かくにん	confirmación
9	契約	けいやく	contrato
10	クーリングオフ	くーりんぐおふ	Cooling-off
11	消費生活センター	しょうひせいかつせんたー	Centro de servicio al consumidor
12	インターネット	いんたーねっと	Internet

	にほんご	よみかた	ポルトガルご
1	トラブル	とらぶる	problema
2	振り込め詐欺	ふりこめさぎ	fraude de faturamento
3	還付金詐欺	かんぷきんさぎ	fraude Reembolso
4	おれ	おれ	Eu
5	詐欺	さぎ	fraude
6	振り込み	ふりこみ	transferência
7	相談	そうだん	consulta
8	確認	かくにん	confirmação
9	契約	けいやく	contrato
10	クーリングオフ	くーりんぐおふ	Arrefecimento-off
11	消費生活センター	しょうひせいかつせんたー	Centro de atendimento ao Consumidor
12	インターネット	いんたーねっと	Internet

	にほんご	よみかた	えいご
1	トラブル	とらぶる	Problem
2	振り込め詐欺	ふりこめさぎ	Billing fraud
3	還付金詐欺	かんぷきんさぎ	Refund fraud
4	おれ	おれ	I
5	詐欺	さぎ	Fraud
6	振り込み	ふりこみ	Transfer
7	相談	そうだん	Consultation
8	確認	かくにん	Confirmation
9	契約	けいやく	Agreement
10	クーリングオフ	くーりんぐおふ	Cooling-off
11	消費生活センター	しょうひせいかつせんたー	Consumer service center
12	インターネット	いんたーねっと	Internet

6. ふりかえり

きょうの にほんごきょうしつは どうでしたか。

ひとりずつ かんそうを いってみましょう。

「きょうの にほんごきょうしつは、 _____です。」

れい：きょうの にほんごきょうしつは、 おもしろかったです。／

おずかしかったです。 おかねのトラブルのことが すこし

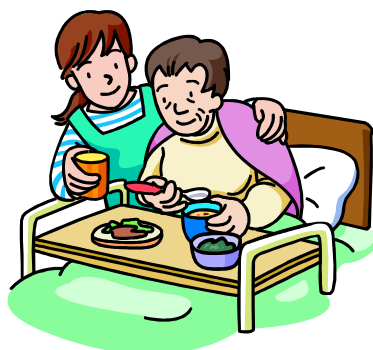
／よく わかりました。

ケアプラン

第9回

「にほんごを つかって
かいごの たいけんを しよう」

2月2日（日）



くに （ ）

なまえ （ ）

ボランティア／学習者用

1. はじめに

（10 分）

このきょうしつで、ケアプランに ついて たくさん べんきょうしました。

1) わたしたちが おじいさん、おばあさんに なると、どうなりますか。

グループで はなしましょう。

・あし（足）、こし（腰）、は（歯） など

2) ケア（かいご）が ひつようになる びょうきの ひとつとして、「のうこうそく（脳梗塞）」があります。

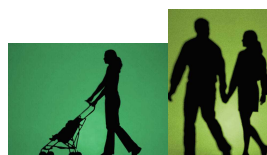
のうこうそく（脳梗塞）に なると、どんな しょうじょうに なりますか。



くてあしを うごかす>

て（手）、あし（足）、ゆび（指）を うごかすことができますか。ちからを いれることができますか。

①あるく

ひとりで じょうずに あるけますか。




つえを つかいますか。  ほこうき（歩行器）  を つかいますか。

かいだんを のぼることが できますか。 

② ごはんを たべる

ひとりで ごはんを たべられますか。

はしを つかって ごはんを たべることが できますか。 

とくべつな スプーンを つかって たべますか。 

わたしたちが、としをとったり、びょうきに なったりすると、かいご（介護）を してもらうようになります。

きょうは、にほんごを はなしながら かいご（介護）するたいけんを
してみましょう。

2. かいご（介護）に やくだつ どうぐ（道具） (15 分)

これを みたことがありますか。これは なんと おもいますか。

どんな ひとが つかいますか。

いつ つかいますか。

どうして、この かたちに なっていると おもいますか。

グループで はなしましょう。



①とってつき おわん



②えが ふとい フォーク



③マジックテープつき の くつ

3. かいごたいけん

（90 分）

みなさんや みなさんの かぞくは しょうらい かいごが ひつようになるかもしれません。かいごが ひつようになつたら、デイサービスを りようしたり、かいごしせつに はいったり します。

かいごでは、「しょくじ（食事）」、「はいせつ（排泄）」、「にゅうよく（入浴）」など いつも つかう にほんごと すこし ちがうことばを つかいます。

きょうは、にほんごを つかって、かいごを する たいけんを しながらかいごで つかう にほんごを べんきょうしてみましよう。

したの ことばや フレーズを みて、いみを せつめいしたり、じっさいに からだを うごかしたり してみましよう。

1) かいごの ことば

○1にちの せいかつ

しょくじ（食事）

はいせつ（排泄）

にゅうよく（入浴）

○どうさ（動作）

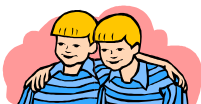
（からだを）おこす

（て／あし／ゆびを）うごかす

（てを）あげる



うでを かたに まわす



てすりに つかまる



たつ（立つ）



しゃがむ



あしを ふんばる

あしを ひろげる

からだの おきを かえる



てを つなぐ

ズボンを ひざまで おろす



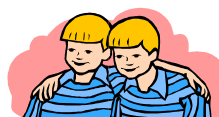
スプーンで すくう



2) かいごで つかう フレーズ（いいかた）

○たちあがる／たつ／すわる

わたしの かたに てを まわしてください。



ゆっくり たちあがりましょう。



てすりに つかまって たちあがりましょう。



あしを ふんばって、てすりに つかまって ください。

からだの おきを かえて 【トイレ／いす】に すわってください。

○あるく



だんさが あるから、きをつけてください。



○きがえる

ズボンを ゆっくり ひざまで おろしてください。



○くるまいす

フットレストに あしを のせてください。

ブレーキを かけてください。

【あさく／ふかく】 こしかけてください。

（参考：

一般財団法人海外産業人材育成協会（2010）『専門日本語入門 場面から学ぶ介護の日本語』凡人社
日本語でケアナビ 国際交流基金 <http://eng.nihongodecarenavi.jp/> （2014年1月29日）

3）たいけん

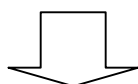
これから かいごの たいけんを します。

かれないたいけん（加齢体験）セットを つけて かいご されるひと（おじいさん、おばあさん）になってください。

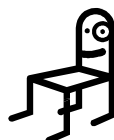


ほかのひとは、かいごするひと になります。かいごされるひと（おじいさん、おばあさん）と ペアをくんでください。

かいごするひとは、にほんごで こえを かけながら（「ゆっくり たちあが
ってください。」「あしを ふんばってください。」など） かいごを してく
ださい。



①いすから くるまいすに いどうする



②くるまいすで いどうする



③トイレに すわる



④つえを ついて あるく



⑤マジックテープつきの くつで あるく




（たいらな みちを あるく（へやのなか）／スロープ（ななめのみち）を あ

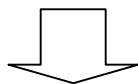
るく／だんさを こえる



かいだんを のぼったり、おりたりする



／たいらな みちを あるく（ろうか） ／トイレにすわる など）



おわったら、こうたいしてください。

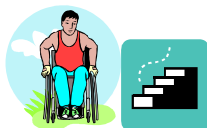
4. ふりかえり

（5分）

どうでしたか。となりのひととはなして ください。

れい：かいごでは いつも つかわないことばを つかいます。

すこし おずかしかったです。



マネープラン

第9回 かけい 家計と しさんうんよう 資産運用

2月2日（日）



くに（ ）

なまえ（ ）

きょうの もくひょう

1. かけいを チェックする
2. よきん（預金）の りそく（利息）について する。
3. きんゆうしょうひん（金融商品）について する。

1. はじめに

おかねを ふやすには 3つの ほうほうが あります。

① もらうおかねを ふやす

→ たくさん しごとを します

しかくを とって きゅうりょうの いい しごとを します

② つかうおかねを へらす

→ おだづかいを しません

おかねの つかいかたを かんがえます

^{かけい}
(家計チェック)

③ いまあるおかねを ふやす

→ きんゆうしょうひん（金融商品）で

しさんうんよう（資産運用）をします。

※ ^{しさんうんよう}資産運用は ^{いま}今は ^{つか}使わない ^{かね}お金が あるときに します。

2. かけいをチェックしよう

まいつき つかう おかねを へらすために どうすればいいと おもいますか。

どことなくふうができますか。



（れい：やすい みせにいく、

かいもののレシートを とっておく、

レシートをみて いらないものを かっていないか、チェックする、



読み終わった本、聴きあきたCDを
お売り下さい。大量の場合は、お
客様のお宅におうかがい致します。
まずはお電話下さい。

2008年 09月 09日 (日) No:0001

*** 買 入 ***

0121文庫	36個	内	¥1,480
0131新書	69個	内	¥1,420
0141単行本	14個	内	¥2,090
0102雑誌	1個	内	¥200

小 計	¥5,200
内税対象額	¥5,200
(内税)	¥248
合 計	¥5,200
消費税	¥5,200

かいものに いくまえに、こうこくをみる。





「かけいぼ」をつけたことがありますか。

「かけいぼ」は なんのために つけますか。「かけいぼ」を つけると
どんな いいことが ありますか。

あなたは、かけいの かんりが じょうずに できていますか。

したの しつもんに こたえてください。

Y e s の かずは いくつですか。

あなたの かけいかんり(家計管理)の うでまえ(腕前)チェック		
おかねを つかう けいかくを たてている。 (なにに いくら つかうか きめている)	Yes	No
かけいぼを つけている。	Yes	No
かけいぼを つければ、ちょきんも ふやしやすいと おもう。	Yes	No
クレジットカードで いくら はらったか、している。	Yes	No
NHKじゅしんりょう、ほけんりょうなどは、 「いっかつぜんのうわりびき(一括前納割引)」を している。	Yes	No
かけいの ししゅつや しゅうにゅうが わかるもの(レシートや きゅうよめいさい など)を すてていない。	Yes	No
ぎんこうや ゆうびんきょくの こうざから すくない きんがく しか おかねを ひ きださない。ひつような ときに ひつような だけの きんがくを ひきだしてい る。	Yes	No
じぶんの ちょきんや しゃっきんの きんがくを している。	Yes	No
ボーナスや きゅうりょうを なにに つかうか、かぞくで はなしあっている。	Yes	No
まいにちの せいかつのなかで、「しょうエネ(省エネ)」「しょうしげん(省資源)」に きをつけている。	Yes	No

Yesが0～3. ⇒ あなたの かけいの うでまえは「どんぶりがた」

おかねの つかいかたを あまり きにしていません。

せいかつを たのしむためには、かけいかんりが たいせつです。

きょうから、「かけいぼ」を つけてみませんか。

きゅうりょうを いくらもらったか、いくら おかねを つかったかを しると、むだづかいを することが なくなり、じゆうに つかえる おかねが わかります。

また、いくら きゅうりょうを もらったか、いくら おかねを つかったかを しると、ライフプランを たてるのに やくだちます。

Yesが4～6. ⇒ あなたの かけいの うでまえは「のんびりがた」

きゅうりょうを いくらもらったか、いくら つかったかを しることが たいせつだと していますね。

でも、もっと あんていした せいかつの ために もっと くふうしてみましょう。

Yesが7～10. ⇒ あなたの かけいの うでまえは「しっかりがた」

メリハリを つけて、かけいかんりを していますね。

けいかくてきに ゆめのある せいかつを おくるために、これからも「かけいぼ」を つかって おかねの つかいかたを しるように しましょう。

3. よきん（預金）と りそく（利息）

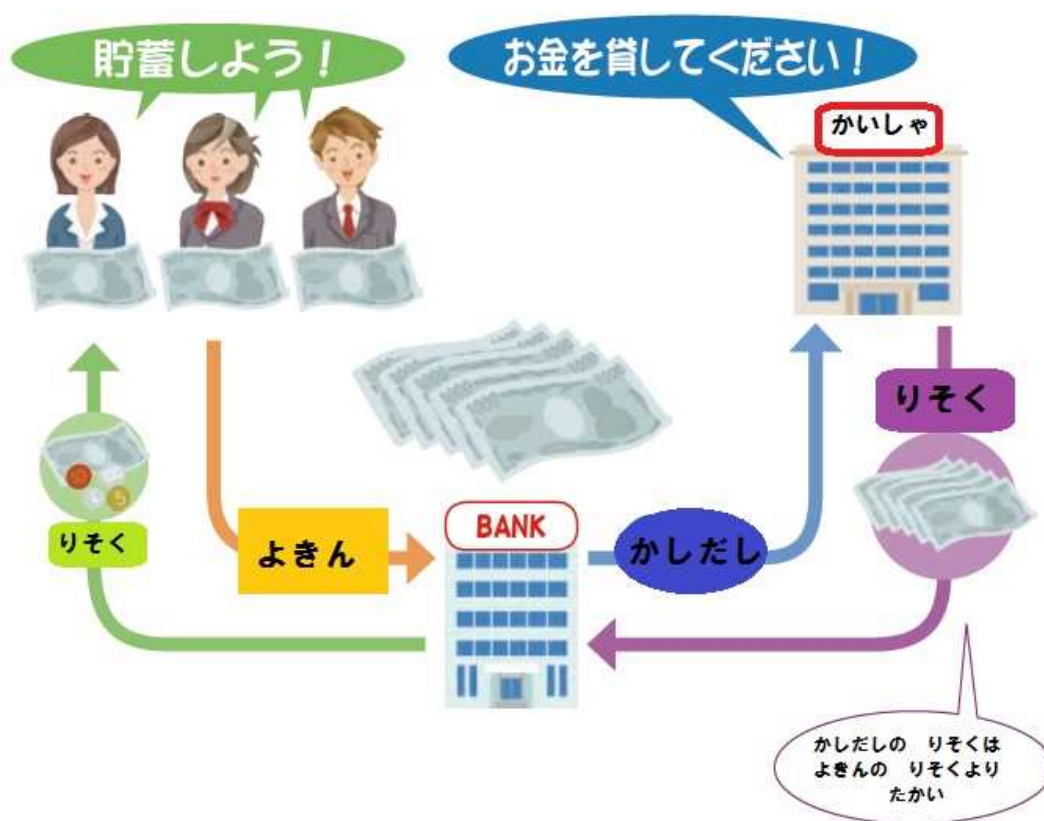
① りそく（利息）ってなに？

よきん（預金）や ちょきん（貯金）をすると すこし おかねが ふえます。

よきんや ちょきんには りそく（利息）が つきます。

りそくは おかねの レンタルりょう（料）です。

おかねを ぎんこうに あずける ことは、ぎんこうに おかねを かすこと
と おなじことです。



② たんり（単利）と ふくり（複利）

・ たんり（単利）

さいしょに あずけた おかねだけに りそく（きんり）が つきます。

（れい）

1000000 えん（100 まんえん）を あずけます。 たんり 5%です。

- ・ 1ねんめ 50000 えん（ $=100 \text{ まんえん} \times 5\%$ ）の りそくが つきます。
- ・ 2ねんめも 50000 えん（ $=100 \text{ まんえん} \times 5\%$ ）の りそくが つきます。
- ・ まいとし、50000 えんの りそくが つきます。

・ ふくり（複利）

さいしょに あずけた おかねと りそくの ごうけいに りそくが つきます。

（れい）

1,000,000 えん（ひゃくまんえん）を あずけます。ふくり 5%です。

- ・ 1ねんめ 50,000 えん（ $=1,000,000 \text{ えん} \times 5\%$ ）の りそくが つきます。
- 2ねんめ 52,500 えん（ $=1,000,000 + 50,000 \times 5\%$ ）の りそくがつきます。
- 3ねんめは 551250 えん（ $=1,000,000 + 50,000 + 52,500 \times 5\%$ ）の りそくが つきます。

★れんしゅう

りりつ 5%の きんゆうしょうひんで がんぽん 100 まんえんを うんよ
うしたばあいの たんりと ふくりの ふえかたの ちがいを けいさんし
て みましよう。

ひょうの くらんに あてはまる きんがくを いれてみましよう

	たんり(単利)			ふくり(複利)		
	がんぽん	りそく	がんりごうけい	がんぽん	りそく	がんりごうけい
	1,000,000			1,000,000		
1ねん		50,000	1,050,000		50,000	1,050,000
2ねん		50,000	1,100,000		52,500	1,102,500
3ねん		50,000	1,150,000		55,125	1,157,625
4ねん		50,000	1,200,000		57,881	1,215,506
5ねん		50,000	1,250,000		60,775	1,276,281
6ねん						
7ねん						
10ねん						
15ねん						
20ねん						

※がんりごうけい（元利合計）＝がんぽんと りそくの ごうけい

4. いろいろな おかねの ふやしカタ

ぎんこうよきんの ほかにも おかねを ふやす きんゆうしょうひん（金融商品）が あります。

＜きんゆうしょうひん（金融商品）の れい＞

ふつうよきん（普通預金）・ていきよきん（定期預金）

かぶしき（株式）・こくさい（国債）

きんゆうしょうひんを えらぶときには つぎの 3つの ことが たいせつです。

きんゆうしょうひんの 3つの ポイント

①りゅうどうせい（流動性） すぐに おかねに かえられるか

②あんぜんせい（安全性） あずけた おかねが へらないか

③しゅうえきせい（収益性） おかねが ふえるか

① りゅうどうせいも ②あんぜんせいも ③しゅうえきせいも

すべて いい きんゆうしょうひんは ざんねんながら ありません。

その おかねを なににつかうかを よくかんがえて きんゆうしょうひんを えらびましょう。

◎かんがえてみましょう

● まいにちの せいかつに ひつような おかねは ①、②、③のどれを い

ちばんに かんがえたほうがいいでしょう？

● 3ねんごに くるまを かうための おかねは ①、②、③のどれを いち

ばんに かんがえたほうがいいでしょう？

● みなさんが しっている きんゆうしょうひんは ①、②、③の なにか

いいですか？

れい

ふつうよきん（普通預金）

ていきよきん（定期預金）

かぶしき（株式）

こくさい（国債）

5. ことば

1. 無駄づかい むだづかい
2. 家計 かけい
3. 家計簿 かけいぼ
4. 預金 よきん
5. 利息 りそく
6. 単利 たんり
7. 複利 ふくり
8. 金融商品 きんゆうしょうひん
9. 株式 かぶしき
10. 国債 こくさい
11. 資産運用 しさんうんよう

① つぎの ページの ひょうを みてください。

じぶんの わかる ことばをみて いみを かくにんしましょう。

② ボランティアさんの あとに つづいて、いってみましょう。

	にほんご	よみかた	スペインご
1	無駄づかい	むだづかい	Wasting
2	家計	かけい	presupuesto familiar
3	家計簿	かけいぼ	Libro de cuentas de los hogares
4	預金	よきん	depósito
5	利息	りそく	interés
6	単利	たんり	interés simple
7	複利	ふくり	interés compuesto
8	金融商品	きんゆうしょうひん	instrumentos financieros
9	株式	かぶしき	valores
10	国債	こくさい	Los bonos del gobierno
11	資産運用	しさんうんよう	gestión de activos

	にほんご	よみかた	ポルトガルご
1	無駄づかい	むだづかい	Desperdiçando
2	家計	かけい	orçamento familiar
3	家計簿	かけいぼ	Conta de Domicílios livro
4	預金	よきん	depósito
5	利息	りそく	interesse
6	単利	たんり	juros simples
7	複利	ふくり	juros compostos
8	金融商品	きんゆうしょうひん	instrumentos financeiros
9	株式	かぶしき	estoque
10	国債	こくさい	títulos do governo
11	資産運用	しさんうんよう	gestão de activos

	にほんご	よみかた	えいご
1	無駄づかい	むだづかい	Wasting
2	家計	かけい	Family budget
3	家計簿	かけいぼ	Household account book
4	預金	よきん	Deposit
5	利息	りそく	Interest
6	単利	たんり	Simple interest
7	複利	ふくり	Compound interest
8	金融商品	きんゆうしょうひん	Financial instruments
9	株式	かぶしき	Stock
10	国債	こくさい	Government bonds
11	資産運用	しさんうんよう	Asset management

6. ふりかえり

きょうの にほんごきょうしつは どうでしたか。

ひとりずつ かんそうを いってみましょう。

「きょうの にほんごきょうしつは、 _____ です。」

れい：きょうの にほんごきょうしつは、

おもしろかったです。／おずかしかったです。

かけいのことが すこし／よく わかりました。

第10回 「まとめ」

2月23日（日）



くに （ ）

なまえ （ ）

1. はじめに

（15 分）

これまでの にほんごきょうしつで、いろいろなことを べんきょうしました。きょうは、これまで べんきょうした ことばを つかって、にほんの「すごろく」を します。「すごろく」は、にほんの ゲームです。よく おしょうがつに する ゲームです。

ことばを おもいだしてみましょう。

<キーワード>をつかって、いかのことばを せつめいしてみましょう。

わからないときは、ボランティアさんが てつだってください。

1) にんちしょう

<のう・びょうき・ごはんをたべた・わすれる>

2) のうそっちゅう

<のう・びょうき・からだ・まひ・リハビリ>

3) けんこう

<よいしゅうかん・わるいしゅうかん>

4) ちいきほうかつしえんセンター

＜そうだん・かいご＞

5) リハビリ

＜たいそう＞

6) デイサービス

＜かいごサービス・リハビリ・しょくじ・にゅうよく＞

7) ショートステイ

＜しせつ・とまる・かいご・リハビリ＞

「すごろく」の ルール を せつめいします。


1 じぶんの コマを きめます。コマに なまえを かきます。

2 「スタート」に コマを おきます。

3 じゅんばんに サイコロを ふります。

4 サイコロの かずだけ すすみます。

5 マスめの せつめい

○  コマを おくだけで なにも しなくていいです。

○すうじ

1 . . . 「1マス」 まえに すすむ ことができます。

2 . . . 「2マス」 まえに すすむ ことができます。

－ 1 . . . 「1マス」 うしろに さがらなければ なりません。

－ 2 . . . 「2マス」 うしろに さがらなければ なりません。

○いろのマス

きいろいマス . . ケアに かんけいの ある ことばです。

どんな いみか せつめいしてください。わからない

ときは、まわりの みなさんが てつだって せつめ

いしてあげましょう。

あおいマス・・・ケアに かんけいの ない しつもんです。

しつものに こたえて ください。おずかしい

ときは、みんなで てつだって せつめいしてあげま

しょう。

スタート →	1	あさおきた らまずする こと	1	けんこうのた めに きをつ けていること	★	2	1000円あっ たら なに につかう？	リハビリ	★
2	3	4	★	★	1	のうそっ ちゅう	1	ショートス テイ	しんぱいな こと
ぐんまけん で、いきた いところ	たのしいば しょ	★	-2	きのうのば んごはん	10万円あっ たら なに につかう？	★	2	3	1
とくいなこと	-2	-2	★	-3	デイサービス	→ ゴール 🏃	1	ちいきほう かつしえん センター	こんどのや すみのひ なにをした い？
1	きょうのあ さたべたも の	ちいきほう かつしえん センター	★	10ねんご、 どこにすみ たい？ ど うして？	-1	あなたのだ いじなもの	しんちょう と たい じゅうで なにが わ かる？	1	★
★	にんちしょ う	★	2	さいきんの ニュース	しっている びょうきの なまえ	すきなば しょ	1	10000円あっ たら なに につかう？	すきなたべ もの
4	★	じぶんのい いところ	しゅみ	すんでいる ばしょ	にがてなた べもの	1	★		★