

きらくに楽しく、きらくにマイペースで、きらくに一步はじめましょ。

樹樂通信

平成26年12月《2014第47樹》



2015年1月から、相続税が増税となる。今回の増税は、遺族が受け取る遺産のうち、税金のかかる金額が増えるというもの。非課税枠が4割減ることで、今までなら税金のかからなかった家庭でも相続税が課せられるケースが増える。増税が決まった2013年以降、節税対策に関心が集まっている中、司法統計によると、遺産5千万円以下のいわゆる「お金持ち」ではない一般家庭でも相続争いが増えるなど、影響が広がっている。

●暮らしの目線 「相続税が増税になる」と聞いてもピンとこない方は多いかもしれません。でも、「相続争いの8割近くが、遺産が5千万円以下の家庭で起きている」と聞いたらどうでしょうか。これは、他人ごとではないでしょう。しかも、3割超の争いは遺産1千万円以下の家庭で起きていると言うのですから、穏やかではありません。

今、こうした相続トラブルが急増しています。司法統計によると、2013年に起きた遺産5千万円以下の相続争いは約6700件ありました。4400件に満たなかった2003年と比べると、5割以上も増えています。なぜ、これほど増えているのでしょうか。

関心が集まることで、増えている「争い」

今回の相続税増税における最大のポイントは、より多くの人に相続税がかかるようになる点です。

例えば、奥様と子ども2人が相続する場合、今までなら遺産総額8千万円まで税金はかかりませんでした。しかし、今回の増税によって、同じ条件なら4千8百万円を超えた分には税金がかかるようになっ

「相続？ 関係ない」が、一番あぶない

相続税が増税に 相続争いは急増 きちんと対策してますか？



書店にも平置きされる相続関連書籍。世間の注目を集める増税がいよいよ開始

てしまいます。今までよりも、資産が少ない家庭にまで相続税がかかるようになるのです。

このように、今回の増税によって、世間の関心は「相続」に集まりました。そして、こうした注目度の高さが相続する側を刺激し、遺産を巡る争いが増えているのだそうです。

しかし、トラブルを起こす「火種」は、実は別のところに潜んでいます。それは、「うちは関係ない」という心の中にあります。

多くの家庭で、「うちは資産が少ないから相続税はかからないし、子供たちが争うことはないだろう」と考えがちです。しかし、安心するのは待った方がよさそうです。

なぜなら、相続争いが起こるケースで特に多いのは、主な財産が持ち家と土

地しかない家庭。不動産は簡単に分けることができないため、相続する人たちの間で、取り分を巡って争いになりやすいのです。

では、どうすれば無用な相続争いを防ぐことができるのでしょうか。争いが起きないように、平等、公平にわける方法を考えることも大事です。しかし、もっと確実なのは、今のうちから自分の意思を伝え、親族の同意を得ておくこと。そして、そうしたことも含め、事前に準備しておくことです。

事前にすべき準備と対策

有効な準備の方法のひとつとして、生命保険の活用があります。例えば長男には自宅を相続させ、次男には死亡保険金を受け取らせ

るという準備ができます。保険は節税対策としても有効です。遺産のうち、預金や土地は課税の対象となりますが、一定額までの死亡保険金は非課税となる仕組みがあります。そのため、相続対策を目的とした生命保険の加入件数は、現在急増しているのだそうです。

同じく、利用が増えているのが、生前贈与の仕組みを活用する準備です。まとまった額の財産を子供や孫世代に渡すには、守らなければならない一定のルールがあります。例えば、年間110万円までの贈与は非課税になりますが、それを超える場合は税金がかかります。しかし、特例として、贈与する資金の使い道を教育費に限るならば1500万円まで、住宅購入のためならば最大

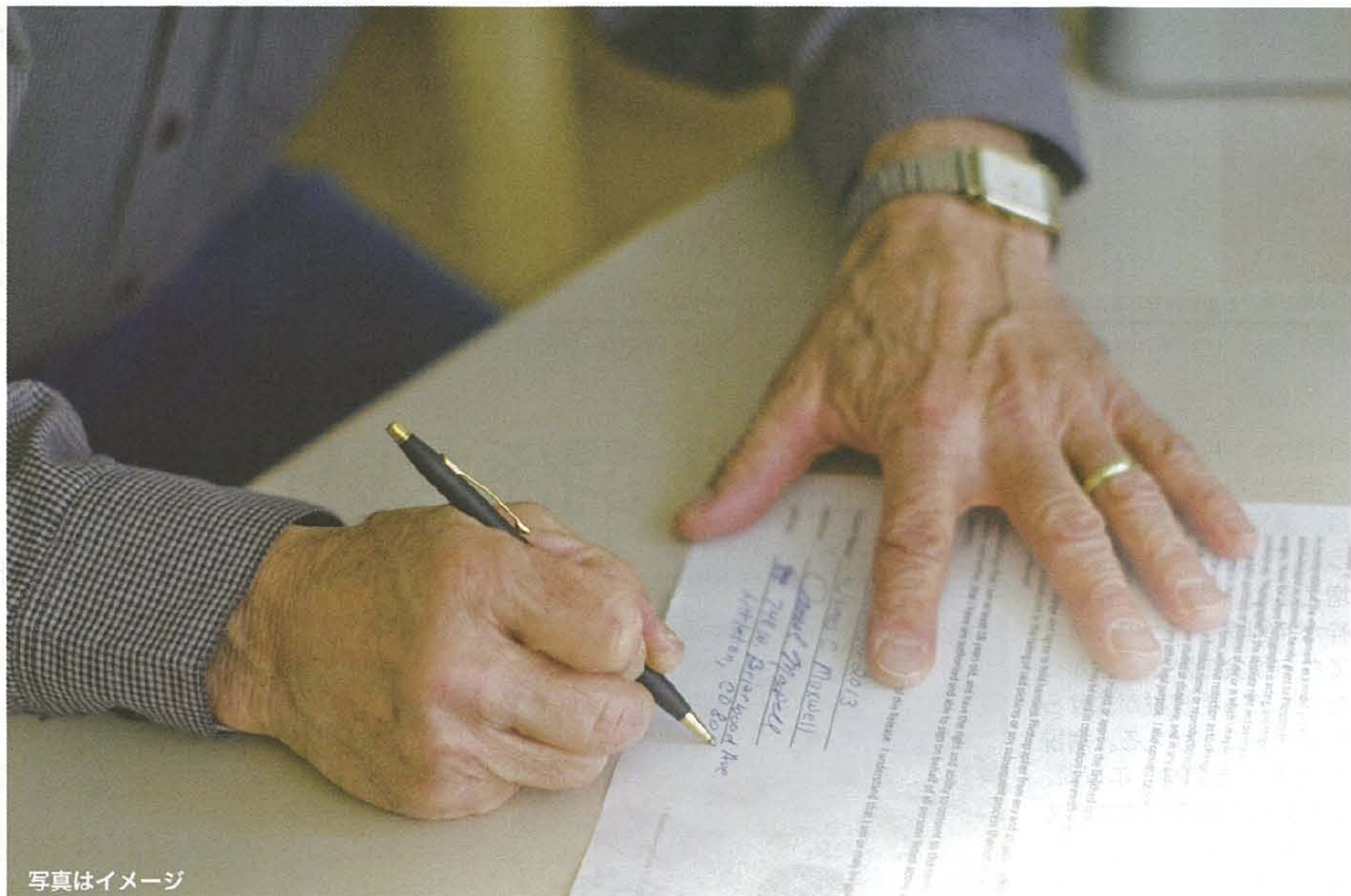
1000万円まで税金はかからないという制度があります。

こうした仕組みをうまく使って、分ける財産のバランスを取り、事前に家族と十分に話し合っておくことで、多くの相続争いは防げるはず。とは言っても、実際どのようにバランスを取ればいいのか。あるいはどのような仕組みを使うのがベストなのか、難しい判断が必要になるでしょう。

世間の注目が節税に集まる中、行政でも、生前贈与や申告の手続きに落ち度や不正がないか、これまで以上にチェックに力を入れているとみられています。

できれば、今のうちにご家庭の財産をきちんと把握して、相続対策については、それぞれの専門家に相談することがのぞまれます。

暮らしの目線の最新ニュース



写真はイメージ

「自分史」の執筆に取り組むシニアが増えている。自分史とは、その名の通り、自らの一生涯を文章化し、書き綴ったもの。2014年夏には、東京で「自分史フェスティバル」が開催され、盛り上がりを見せた。

●暮らしの目線 アルバムの古い写真を眺めると、懐かしい思い出が次々とよみがえることでしょう。あなたはそれを、子供や孫など家族や知人に、自分の言葉で語ってみたいと思っ

作る作業が心地良い「自分史」 あなたも作ってみますか？

とはありませんか。誰もが自分だけの人生ドラマを持っていますよね。それを綴るのが「自分史」なのです。

最近の研究で、年長者が人生の出来事を回顧することは、脳が広範囲にわたって活用されるため、心地良い作業であることが分かっています。そのためか、「自

分史」に興味をもち、取り組みはじめる人が増えているのだそうです。本屋に行くと、関連出版物がたくさん並んでいます。2014年夏には東京で「自分史フェスティバル」というイベントも開催され、多くの方が訪れたそうです。

書き方はさまざまです。写真を並べて自分の半生を

綴るもよし、「家族史」や「闘病記」「過去に出会った忘れがたい人々」など、テーマを絞ってもおもしろそうです。偉人の伝記ではないので、肩肘張らずに親しい人に語ることを想像しながら書くのがよさそうです。

発表のしかたは、紙の本で自费出版するだけではありません。インターネット

を利用して、写真や動画を駆使した自分史を公開する方も増えているそうです。

「自分史」には、過去の記録をまとめるばかりでなく、現在の自分の生き方を再発見する効果もあるように思います。今後、ますますシニア世代に広がるきざしを見せているそうですよ。

「ムシ」できないほど、栄養がいっぱいの「ミドリムシ」

豊富な栄養素が含まれる「ミドリムシ」という藻に注目が集まっている。最近では、スーパーやコンビニエンスストアでも、このミドリムシが入った食品や飲料が登場。健康食材として人気を集めている。

●暮らしの目線 今、各界の注目を集めている「ムシ」がいるのだそうです。

それは、ある会社がそのムシを大量に培養する技術を開発したことから始まりました。そのすざい「ムシ」とは「茶碗ムシ」のことか、それとも「ムシ眼鏡」のことか、と言ったら「話をムシ返すな!」と怒られちゃいました。どうやら、「ムシ」は「ムシ」でも「ミドリムシ」という新しい食

材のことらしいのです。

「ミドリムシ」とは、池や田んぼなど主に淡水に生息する藻類の一種で、生物学上はワカメやコンブの仲間。けれど自力で動き回ることもでき、植物と動物の両方の性質を併せ持っているそうです。「ムシ」とは言っても昆虫の「ムシ」ではなく、栄養素としての期待の「ムシ」ならぬ「ホシ」なのです。

よくよく調べてみると、「ミドリムシ」にはビタミン・ミネラルを始め、人の体内では作れない必須アミノ酸や、青魚に多く含まれるDHA（ドコサヘキサエン酸）など、毎日の健康生活に欠かせない栄養素がぎっしり。これは無視（ムシ）できませんね!



ミドリムシ（学名ユーグレナ）入りのヨーグルト、豆乳飲料もスーパーやコンビニに登場

今では、大手コンビニチェーンやスーパーでミドリムシの成分を使った食品や飲料などが販売されてお

り、今後は医薬品や化粧品などの商品開発も進められるそうです。要注目のミドリムシ。見た目は抹茶、味

は昆布だしのようだと思います。名前を聞いて食わず嫌いせず、ぜひ食べてください。

シニア男性の「SNS」に傾向アリ 過熱する議論、増加する「炎上」

近年、インターネット上の交流サイト（SNS）を利用するシニアが増えている。しかし、利用が増える一方で、思わぬトラブルも多く見られるようになってきた。議論が熱くなり、ネット上での議論の場である掲示板に批判や中傷が集中する「炎上」が多く起こっているという。

●暮らしの目線 自分の周囲の知り合いだけでなく、見ず知らずの若者たちや、考え方の違う人たちとも交流できるのがSNSの最大の魅力。ところが、相手の顔色を見ながらの会話と違って、表情の見えない相手と文章で交わすやりとりには、思わぬ落とし穴があ

るようです。

例えば、会話の中なら気にならない言葉も、文字にするとキツイ発言に見える。インターネットでのやりとりにはそうした特性もあります。

SNSでは、お互いが自分の主張を譲らないことでトラブルに発展してしまうケースも多いようです。これは、特に男性に当てはまります。定年後に行動範囲が狭まる中、インターネットではつい自分の主張が強く出てしまう。どうやらそうした傾向があるようです。自分とは違う意見を見かけた時には反論したくなるのはわかります。しかし、こうしたときつい不用意な言葉を使ってしまっ



写真はイメージ。FacebookなどのSNSで批判が殺到する「炎上」。その火の手はシニアにも

たり、意地になって自分の主張を譲らずにいると、議論が過熱し、お互いに相手

への批判や中傷が止まらなくなってしまうことがあるのです。顔が見えないやり

とりだからこそ、より慎重に、節度を保って行動した方が良いでしょう。

厚着、マフラー、長い袖(そで) 寒さ増す季節は「着衣着火」にご注意を

総務省消防庁の調査によると、2013年の火災に伴う死者数は全国で1625人。そのうち、ガスコンロなどの火が衣服に燃え移る「着衣着火」で亡くなった人の数は121人に上る。着衣着火の事故の多くが高齢者のもの。これを受けて東京都では2014年9月に、注意点をまとめた事故防止ガイドを公表した。

●暮らしの目線 家ではなるべく暖房を使わないように、マフラーを巻いたり厚着をしたりして過ごす方も多いと思いますが、ガスコンロの使用など衣服に火が燃え移り、火災になる事故が後を絶ちません。しかも、その被害者は高齢の

方に多いようです。

東京消防庁の管轄地域で昨年一年間に起こったものだけでも、こうした着衣着火による火災の被害者は、亡くなった8人中7人が65歳以上の方、重症を負った方も22人中12人が高齢者でした。若い頃に比べ、体力や判断力が落ちていることが、高齢者に事故が多い原因であると見られています。また、ゆったりした衣服を好む方が多いため、服の端が火に近づいて危ない思いをすることも多いようです。暮らしの中には、思いもよらぬ火種が潜んでいると言えますね。

被害の拡大を受けて、東京都では、「調理中はマフラーやストールを外す」「袖



写真はイメージ。袖に着火することも多いという着衣着火。袖は写真のようにまくり上げたい

の広がっている服は特に注意する」「ガスコンロの奥には物を置かず、まわりは整理整頓する」ということ

などを呼びかけています。また、軽くて暖かいフリース素材は重宝しますが、燃えやすい素材であることも

覚えておきたいですね。衣服に火が付くとすぐに燃え広がってしまいますので注意してください。

注意 乗る人も、乗らない人も、気を付けあって！ ハンドル型電動車いす

「ハンドル型電動車いす」を街で見かけることが多くなってきた。免許不要で運転できるのが特徴だが、普及に伴って事故も増えている。警察庁の調べによると、ハンドル型を含む電動車いす全体の交通事故の件数は2013年で191件。ハンドル型での死亡事故はこの17年間で63件起こっている。こうしたことを受

けて、各団体と行政では安全対策を進めている。

●暮らしの目線 小型のゴルフカートや四輪のスクーターのような外観の電動車いす。利用が増えるに伴って、事故も多くなっているようです。免許が不要で簡単に運転できるという気軽さもあり、歩行が辛い高齢者の方にとって

は貴重な足代わりとして利用されています。

ハンドルのアクセルレバーを押し下げることで前進し、手を離すことによりブレーキがかかるというシンプルな操作方法。速度も、大人の早歩きほどの時速6キロ程度しか出ません。しかし、それでも事故は起こっているのです。

警察庁によると、ハンド

ル型を含む電動車いす全体の交通事故は、2013年には191件でした。

しかし、電動車いすが歩行者と衝突した場合は、道路交通法上、交通事故とみなされないため、実際にはもっと多くの事故が発生しているのではないかとされています。また、件数自体は少ないながらも、死亡事故も報告されています。

スピードはそれほど出ないとは言っても、車体の重さは100キロ近いものもあり、狭い道などですれ違う時には歩行者側も注意が必要です。

便利で生活の助けになる電動車いすですが、利用者も歩行者もお互いの立場を思いやり、事故が起こらないよう気を付けたいものです。

医療

に関する新しい動き

高齢者向け肺炎球菌ワクチンの定期接種がスタート

方も多いかと思いますが、2014年から主に高齢者を対象にした成人用肺炎球菌ワクチンの定期接種がはじまりました。

肺炎を「重症の風邪」と思っている方も多いかもしれませんが、肺炎とは細菌やウイルスへの感染によって肺に炎症が起こる病気のこと。肺炎の原因となる細菌は、日常的に人の体の中に潜んでいるものもあり、加齢や病気などによって抵抗力が落ちたときに肺に入り込んで炎症を起こすと言われています。

肺炎は、日本人の死因のうち、がん、心臓病に次いで3番目に多く、死者全体のうち約1割の方が肺炎で亡くなっています。そのうちの約97%は65歳以上だと言いますから、決し



写真はイメージ

て見過ごせない病気です。肺炎球菌の予防接種は、これまで希望者が受ける任意接種でしたが、これからは国が接種を勧める「定期

接種」となりました。主に65歳以上の方が5歳刻みで接種の対象になります。自治体によっては、費用が助成される場合があります。

す。助成の内容は市区町村によって異なりますので、お住まいの市区町村の予防接種担当窓口にお問い合わせるのが確実です。

現在、日本人の死亡原因で、がん、心臓病の次に多いのが肺炎。中でも肺炎球菌は、肺炎の病原菌として最も多く、約3割を占める。そうしたことを背景に、2014年10月から高齢者向けの肺炎球菌ワクチンが定期接種となった。2018年度までの期間では、65歳以上の人が5歳刻みで対象となる。

●暮らしの目線 西田敏行さんのCMをご覧になった

デザイン補聴器に人気集まる イマドキのおしゃれは、「耳元」から?

パナソニック補聴器では、本体のカバーを着せ替え感覚で変えられる補聴器を2014年9月に発売。前年にはドイツのシーメンス社が36通りのカラーを持つ補聴器を発売し、好評を得ていた。デザイン性の高い補聴器が今、売れている。

●暮らしの目線 人気子役の本田望結ちゃんを起用した、補聴器のテレビCMをご覧になったことがありますか? 補聴器をつけたおばあちゃん役の女優とその孫役の望結ちゃんが「おばあちゃんは聞き上手」と歌い踊りながら、音がよく聞こえるようになって孫とのコミュニケーションが楽しくとれるようになったと

話しているものです。

補聴器といえば、かつてはつけているのをなるべく知られたくないと考える風潮がありましたが、最近では前向きに、聞こえる生活を楽しんだほうが良いとの考え方に変わってきているようです。

以前は目立たないことを第一に作られてきた補聴器ですが、最近はおしゃれを重視した商品に人気が集まっています。例えばドイツのシーメンス社が発売した色が選べる補聴器は、40代から50代を中心に、売れ行きが予想の2倍以上にのぼっているそうです。防水機能を強化して、お風呂やランニング時にも使用できる補聴器もあります。



写真はイメージ

補聴器の出荷台数は4年続けて過去最高の数字を塗り替えています。難聴を

自覚しながらも、補聴器を使うことに抵抗を感じる方もいらっしゃるようです。

使いやすくおしゃれな商品をきっかけに「聞き上手」な生活を始めませんか。

Topic 「健康長寿」はみんなの願い 厚労省が国民の「健康寿命」を発表

厚生労働省は2014年10月、国民生活基礎調査から算出した「健康寿命」を発表。2013年は、男性が71・19歳。女性が74・21歳だった。健康寿命とは、介護などの必要がなく健康的に日常生活を送れる期間のことで、前回調査の2010年では男性

が70・42歳、女性が73・62歳で、それぞれ上向き傾向にある。

●暮らしの目線 最近、「平均寿命」とともに「健康寿命」という言葉をよく見聞きするようになりました。2000年にWHO（世界保健機関）が提唱して以来、

寿命をのぼすだけでなく、健康寿命をいかにのぼすかということに関心が高まっています。

そして、平均寿命から健康寿命を引いた期間は、日常生活で何らかの支援や介護が必要になる可能性があります。健康寿命がのびれば、それだけ不自由なく暮

らせる期間が長くなるということになるのです。

日本人は、平均寿命でも健康寿命でも世界でトップクラスなのは間違いありません。しかし、健康寿命と平均寿命の差は、男性で約9年、女性は約12年あります。つまり、その年数だけ、介護などを受ける可能

性があるのです。

健康寿命を平均寿命に近づけることは、本人、家族だけではなく国も含めたみんなの願いですね。

そのためには、ひとりひとりが生活習慣病や認知症、体の衰えに早く気付いて対応するよう心がけることが大切なのです。

「養老」ならぬ「特養の瀧」？ 特養で「居酒屋の日」イベント開催

介護事情あれこれ

全国の特別養護老人ホーム（特養）で、定期的に「居酒屋」の日を開催する動きが広がっている。実際に外食に行くことは難しいが、施設内で居酒屋イベントを開催することで、自宅にいた頃と同様の楽しみを味わえる場となる。

●暮らしの目線 特養の施設内で定期的に行われている「居酒屋」イベントが好評で、全国に広がっているというお話です。

老人ホームや介護施設で飲酒できるのだろうか、との疑問をお持ちの方も多いのではないのでしょうか？

神奈川県横須賀市の特養「太陽の家二番館」では、2005年の開所時、入居者から「居酒屋に行きたい」「酒を飲みたい」という希

望が多く出たことをきっかけに、月2回、この居酒屋イベントを始めたそうです。ビールや焼酎はもちろん、冷ややっこ、カツオのたたきなどのおつまみもあり、カラオケもできるということで、好評なのだそうです。

他の入居者や職員たちとコミュニケーションを深めたり、会話や歌を楽しむことにより、普段の生活で溜まったストレスを解消できることはもちろん、昔の記憶を思い起こすなど思わぬ効果も得られるようです。また、入居者自ら肉じゃがやポテトサラダなどの調理を手伝う、注文の前に名前と部屋番号を言うなど、個々の機能を回復するための試みを取り入れる施設もあるそうです。もちろん、



写真はイメージ

安全面には十分な注意が払われています。前述の施設では、参加できるのは医師の許可と家族の了解を得た

人のみ。飲食中は職員が付き添い、看護師も待機しています。飲み込む力が衰えている人のために、カツオ

を細かく刻んだり、ビールにとろみをつけるなどの対策も講じられているそうです。

フィリピンで試験運営開始 「老後は海外の施設で」は、アリ？ ナシ？

厚生労働省によると、2014年6月時点で、特別養護老人ホーム（特養）への入所待機者が全国で52万人いるという。特養の整備が進まず、受け入れる施設が足りないという現状がある。これを受けて、都内のNPO法人が、フィリピンの介護施設で介護が必要な日本人の受け入れを始めた。特養待機者問題の解消となるか――。注目が集まっている。

●暮らしの目線 老後を暖かい南の国で過ごす、そんな自分の姿を想像できますか？

年間を通じて平均気温が27度という、暮らしやすい気候で知られるフィリピンのダバオ。この地に、

2013年夏から試験的に日本人を受け入れている介護施設があります。

東京都調布市のNPO法人が運営する「マリナオンドミトリー」では、30人いる介護スタッフ全員が日本国内で体験学習を経験し、日本語も話せるそうです。さらに、日本人職員が常駐、24時間介護体制で、日本食も提供されます。料金は日本国内の施設と比べるとリーズナブルで、1人1ヵ月6万円程度ということです。

日本国内では、現在52万もの人が特養への入所を待っているという厳しい現実があります。

海外の介護施設というと、現地の人たちとの文化や考え方の違い、医療や治



写真はイメージ（フィリピンの海）

安面での不安など、これまではマイナス面に注目が集まりがちでした。しかし、これからは「マリナオンド

ミトリー」のように、日本人でも安心して過ごせる海外の介護施設が増えるかもしれません。これから、多

くの人が海外の施設入所を選択肢のひとつとして考える時代がやってくるのでしょうか。

Focus 全国の特養の約25%が看取りを行わず

公益社団法人全国老人福祉施設協議会の2014年3月の調査によると、全国の特別養護老人ホーム（特養）のうち、25%で入居者を最期まで介護する「看取（みとり）」が行われていないことがわかった。調査は、全国の特養2121か所の回答によるもので、少子・高

齢化社会が進む中、高齢者施設の在り方が問われる。

●暮らしの目線 二世帯、三世帯同居が当たり前だった頃は、高齢になった親と自宅で一緒に暮らし、家族全員で見守ることがごく普通の光景でした。

かつては自宅で介護をし

てもらい、看取ってもらったというかたちが主流でしたが、今やその場は、病院などに変わりつつあります。

厚生労働省によると、看取りの場として最も多いのは病院で、76.3%。自宅は12.8%、特養や有料老人ホームなどの施設は4.6%になっています

(2012年)。その特養では、介護、看護体制や施設に勤務する医師が不十分であることを理由に、24時間医療行為が必要になった入居者に対して病院への入院を勧め、退去をお願いすることがあるようです。

そもそも特養は、現在入所を待っている人が、全国

で52万人もいるのが現状です。特に都市部などでは特養の数自体が不足していますが、これから高齢化が進むと、病院のベッド数も不足すると予想されます。

こうした施設の数を増やすのはもちろんのこと、介護や看護の体制の充実が求められています。

健康に関する耳寄り情報

資生堂の研究で明るい発見 「キレイになあれ」は、健康の素

資生堂は、平均年齢90歳の高齢者19人を対象にした研究から、「毎日化粧を続けることで筋力アップが期待できる」という結果を発表した。資生堂ではこの効果を実証するため、2014年7月から都内在住の65歳以上の300人を対象に、化粧と健康の関係を調査しているという。

●暮らしの目線 「一生涯キレイでいたい」。女性なら

ば誰しもが願うことではないでしょうか。筆者が初めて化粧したときは、「自分じゃないみたい」と胸がときめき、大人の女性になれたようでうれしかったことを覚えています。口紅やお紅を少しさすだけでも気分が晴れやかになったり自信が持てるようになったり、私たちの身心を豊かにしてくれるものです。

最近の研究では、化粧をすることで筋力がつき、認知症の改善にもつながるといってちょっと驚きの結果が発表されています。なんでも、化粧品のフタの開け閉めや顔をマッサージする動作などは、食事をするときの約3倍の筋肉を使うのだそうです。平均90歳の女性19人が3カ月間毎日化



写真はイメージ。化粧品のフタの開け閉めなどで筋力上がる効果があるという

粧を続けることで、握力が平均2キロも上がったという調査結果もあります。化粧なら、ウォーキングなど

の運動が苦手な人でも楽しんで継続することができそうですよ。化粧をする機会があまりなくなってしまった

という女性の皆様。たまには化粧をして近所に買い物や、散歩に出かけるのもよいのではないのでしょうか。

日本人の歯周病ケアについて一句。 「歯周病 知っているのに ケア不足」

サンスターが日本やアメリカなど計6カ国で成人各380人を対象に実施した意識調査によると、「歯のケアに時間やお金をかけたくない」と回答した人がもっとも多かったのが日本で、約30%だった。一方で、歯周病について「知っている」「聞いたことがある気がする」と答えたのは計98%でこちらも最多。日本人は歯周病の認知度は高いが、歯のケアへの意識は低いという結果が浮き彫りになった。

●暮らしの目線 アメリカやイギリスでは半数に近い4割。日本では10人に一人。これは、歯ブラシでの歯磨き以外に「マウス

ウォッシュ」などの洗浄液を使って歯のケアをしている人の割合です。日本では、歯周病の存在は知っているも日常的にケアをしている人は少ないようです。

歯周病は、歯と歯茎の間に入り込んだ細菌が歯肉に炎症を起こす病気で、ひどくなると歯がグラグラして抜けてしまうこともあります。「歯周病」という言葉はほとんどの人が知っているのに、その恐ろしさはあまり知られていないようです。

大切な歯を守るために必要なのは予防。効果的な方法は、歯垢を取り除くことです。歯ブラシで歯を磨くだけではどうしても取り除けない部分がありますの



写真はイメージ。歯周病ケアは歯磨きにプラスして「マウスウォッシュ」などの使用が効果的

で、デンタルフロスや歯間ブラシで歯と歯の間を掃除したり、マウスウォッシュ

で口をすすいだりするとより効果的だそうです。一生、自分の歯で好きな物を

おいしく食べるために、日頃の歯のお手入れをお忘れなく。

Focus 認知症、診断までに平均9カ月半 「きざし」あっても受診せず

認知症の疑いがある人が、実際に医療機関を受診するまでに要す期間が、平均で9カ月半あることがわかった。調査は、京都市の「認知症の人と家族の会」と神戸市の製薬会社である日本イーライリリーが共同で実施したアンケート（回答数465人）によるもの。

●暮らしの目線 早期診

断、早期治療が効果的とされている認知症。「最近、忘れものが多くなった」「知り合いの名前が出てこない」といった「きざし」を見逃さないことが重要だ。

ところが、「おかしいな」と思っても、すぐに受診とはいかないようです。みなさんもそうだと思いますが、多くの人は年齢による

ものだと思うでしょうし、疑いがあっても、本人は違うと思っていきたい。一方で家族からすれば、本人に対して病院に行くようにとはなかなか言い出しにくいという事情があるようです。

今回の調査で分かったのは、約半数の人が、疑いを持ってから6カ月以上経って受診しているということ。中には、3年以上経つ

てからという方も1割近くいるということです。その理由は、「本人が病院に行きたがらなかった」が38.7%と最も多く、続いて「年齢によるものだと思っていた」「本人に受診を言い出せなかった」という結果になっています。

「認知症と診断を受けたらどうしよう」という不安から、病院に行くのを先延

ばしてしまう気持ちはわかります。しかし、患者数が増えるにつれてアルツハイマー型認知症の場合は、薬で進行を抑えることができます。それ以外の認知症の場合でも、早く治療を始めるほど、高い効果が得られるものがあるそうです。

異変に気付いたら、すぐに医師の診断を受けたほうがよいようです。

健康にまつわる、エッ！ ホント!?

お酒に弱い人は、
心臓も弱って
ホント!?

スタンフォード大学
「お酒に弱い体質の人は、
心筋梗塞になったときに重
症化しやすい」。
これまで医療関係者の間
では、経験的にそのように
理解されてきましたが、今
回の研究結果でその因果関

係が確かめられました。
お酒に弱い体質の人は、
遺伝子の変異で、悪酔いの
原因となる物質を分解する
酵素をうまくつくれませ
ん。この酵素は、心筋梗塞
になったときに心筋細胞を
守る働きがありますが、実

験により、お酒に弱い遺伝
子を持つ人たちはそうでな
い人に比べ、この酵素がう
まく働かないということが
分かったのです。
今回の研究が、今後の治
療や予防につながるとい
いですね。

ホント!?
原因は不明! 今、日本人の
善玉コレステロールが
増えている!

中部大学など
日本人の、動脈硬化のリ
スクを下げる善玉コレステ
ロールの値がこの20年の
間に1割以上も増えている
ことが分かりました。
もともと日本人は欧米人

ルが少なく、善玉コレステ
ロールが多い傾向がありま
した。しかし、なぜ近年、
これほど増えているのかは
不明。
食生活が欧米化したこと
で悪玉コレステロールは増
加傾向。動脈硬化が引き起

こす心筋梗塞も増えている。
加えて、女性の喫煙の
増加や運動習慣の減少な
ど、善玉コレステロールを
増やす要因は少ないよう
です。ということで、なぜ増
えているのかは「なぜ」だ
ということです。

エッ!?
年間売上2兆円! 世界で
最も売れている予防薬って、
効果がなかったの?

日本脂質栄養学会
心臓病の予防薬で、心筋
梗塞など「冠動脈疾患」の
発病を3割程度抑える効果
があるとされてきた「スタ
チン」という薬があります。
年間2兆円ほどを売り上
げ、「世界で最も売れてい

る」と言われる、この薬の
効果に、今回、疑問符が付
きました。
調べたのは、日本脂質栄
養学会。過去に発表された
スタチンの臨床研究デー
タ16件を分析すると、効果
があるとされたのは、い

れも製薬会社に関係した研
究だったのです!
つまり、企業の都合で「効
果アリ」とされていた可能
性があるということです。
ただし、本当に効果がない
のかどうかはまだはっきり
していません。

エッ!?
女性は太るほど
乳がんにかかり
やすくなる!?

国立がん研究センター
女性にとって、肥満は
につつき大敵! ではありませんが、さらにあらたな敵
が現れました。太っている
女性ほど、乳がんにかかり
やすくなるという研究結果
が発表されたのです。

研究では、肥満度を表す
指数である「BMI」と乳
がんの発症率の関係を調
査。その結果、BMI指数
が大きくなると、乳がんの
リスクが高まる傾向があ
り、閉経前でBMIが30
以上の肥満グループは、B

MI指数が基準値のグル
ープに比べ、2倍強のリス
クがあることがわかりま
した。閉経後では、BMIが
1上昇するごとにリスクが
5%上がっていたそうで
す。日ごろから体重管理を
大切にしたいですね。

このコーナーの情報の真偽は確定したものではありません。参考としてお読みいただき、お楽しみいただくと幸いです

年会費2000円の「ネット
ワーク会員」に入りませ
んか? と聞いて、何を想
像するだろうか。千葉県東
金市の老人クラブ「求名駅
前長寿会ひまわりネット
ワーク」では、会員ではな
い人にもクラブのイベント

情報などをお知らせするた
めに、このような「ネット
ワーク会員」を設けている。
通常の会費は年2400
円。これは、クラブへの「加
入予備軍」を作ろうという
取り組みだ。
今、老人クラブの会員数

は減少の一途にある。全国
老人クラブ連合会(全老連)
によると、2013年の会員
数は全国約650万人。数
字だけ見れば多いように見
えるが、15年前のピーク
時から240万人近く減少
している。

老人クラブとは、仲間づ
くりと地域貢献活動など
を行う有志の組織。国や自
治体も支援をするが、原則
は自主運営だ。そこに悩み
がある。会員の高齢化や会
長のなり手不足によって、
クラブを解散する例が後を
絶たないというのだ。かつ
ては、退職して老人クラブ
に入るというケースが多か
ったが、現在は状況が異
なる。
こうした深刻な「老人ク
ラブ離れ」を食い止めるた
め、全老連では、5年間で
100万人の会員を増やそ

うという目標を掲げ、各地
域に目標数値を課した。そ
の延長の取り組みが、冒頭
で紹介した東金市の「ネッ
トワーク会員」だ。
クラブ活動を通して高齢
者の孤立を防ぎ、地域の
セーフティネットとしての
役割を果たしてきた老人ク
ラブ。東金市のクラブで
は、週一回交流会を開催
する。会員に電話を掛けて
誘い、足が不自由な人は車
で送迎をしているという。
こうした活動が実を結びな
がら、目標達成を目指す。

「クラブ離れ」を
食い止める!
風だより

千葉県東金市からの風便り



写真はイメージ。地域と高齢者をつないできた老人クラブが今、岐路にある

マネー& トレン ド 知っておきたい

60代、70代でも加入できる医療保険、続々

●暮らしの目線 これを読んでいる皆様の多くが既に医療保険に入っていると思います。しかし、これまでの医療保険の多くは「定期付終身保険」といって、終身保険に特約として医療保障を付けたものになっています。現在多くの方が加入しているのがこのタイプの保険だそうです。こうした保険では「終身」と名が付いても医療保障の部分は終身ではなく、あくまで定期保険。80歳で満期になっている商品が中心です。

しかし、現在は4人に一人の割合で男性が90歳、女性は95歳まで生きる時代。これまでの医療保険の内容が、時代に合わなくなってきました。

とは言え、これまでは医療保険を終身保障にしたいと思っても、年齢制限や持



写真はイメージ。80歳満期となっているものが多かった医療保険が変わりつつある

病があるため入れなかったり、保険料が割高になって入りにくいというケースがほとんどでした。

今回の生命保険各社の動きは、そうした状況を受け

てのもの。ある調査によると、80代で肺がんになって入院した場合、医療費は平均80万円を超えます。現在の後期高齢者の医療費の自己負担割合が

基本的に1割とはいえ、医療費以外にも出費は多く、負担は重いですね。

もしもに備え、一度、保険の内容を確認しておくといいと思います。

60歳以上の保険の新規契約数が、2007年度に比べ倍増している。需要が高まる状況を受けて、生保各社で医療保険の加入条件を緩やかにする動きが始まっている。加入年齢を85歳まで引き上げた商品や、持病があっても加入しやすい商品も登場。60代、70代からの保険の選択肢が広がっている。

老後の資金源として有効な場合も 知っておきたい「リバースモーゲージ」

自宅を担保にしてお金を借り入れ、亡くなった後に自宅を処分して返済する仕組みの金融商品「リバースモーゲージ」が徐々に浸透してきた。東京スター銀行では、取り扱いを始めた2005年9月からの実績で契約数が3500件を超えたという。2013年からは、メガバンクを含む民間金融機関での取り扱いが相次いでスタートしている。

●暮らしの目線 「リバースモーゲージ」は、もともと「逆住宅ローン」を意味する英語。毎月の返済により残高が減っていく住宅ローンに対して、自宅を担保にして資金を借り入れながら、亡くなった後に自宅を売却して返済する制度で

す。

老後の資金に不安がある。でも、資産が持ち家しかないという方は少なくないでしょう。その中で、住み慣れた我が家で暮らしながら、資金が調達できるリバースモーゲージに関心が集まるのは当然かもしれません。

では、このリバースモーゲージは、皆さんにとって本当に有利なシステムなのでしょうか？ まず利点としては、預金や年金が少ない人でもお金が借りられること。そして、一生自宅に住み続けられることがあげられます。その一方で、自宅に一定以上の価値がなければ融資が受けられない、貸付限度額が思いのほか低い、通常のフリーローンよ



写真はイメージ

り金利が高い、などの注意点もあります。また、リバースモーゲージでは、「資産は残さない」と割り切るこ

とが大前提。その上で、余裕のある余生を自宅でと考えるのであれば魅力的な選択肢といえるかもしれません

ん。自分の価値観、思い描く老後スタイルに適しているかどうかを見極めることが鍵になりそうです。

知っク! 節約のはじまりは光熱費から 電気の「半日お得プラン」で、賢く節約

消費税が8%になり、物価も上がる一方ですが、だからといっておそれと生活を抑えるのは難しいものです。そこで、今回は「光熱費」の節約に着目してみました。

東京電力では、各家庭の電気の使用状況に合わせて、お得な4つのプランを新たに用意したそうです。

そのうちの一つ、「半日お得プラン」は、夜9時から朝9時までの時間帯で電気使用料が安くなるというプランです。シニア世代は、早起きをして朝のうちに洗濯や掃除などを済ませるという方も多いかと思えます。電気料金が安い時間帯に炊事洗濯を済ませることで、年間の電気料金を1万

円近く抑えられる場合もあるそうです。また、夜は早めに就寝し、冷暖房をつけて寝るという方にもおすすめのプランだと思います。

ただ、注意点もあります。一度プラン変更をすると、1年間はその料金体系のままになり、安くなる時間帯以外の電気使用料は基本料金よりも割高になってしま

います。変更する際は、事前に十分な検討が必要ですね。

また、給湯も非常に料金が高いもので、これだけで家庭のエネルギー使用の約3割を占めているというから驚きです。とはいえ、冷水での食器洗いは汚れが落ちにくいですし、これからの季節、お風呂を我慢し

たくはありませんよね。

そういう時は、節水用のシャワーヘッドを使いましょう。キッチンの蛇口に取り付けると、水圧は変わらないまま4~5割も節水できる商品もあるそうです。光熱費は、賢く使えば我慢や努力をせずに節約ができます。ぜひ、上手に使ってください。

話題

Topic Review

走りも操作も楽々。 お年寄り向けの電動自転車が発売

よく自転車を使うけれど、ペダルが重く感じて大変…。そんな方は、電動自転車を検討してみてもいかがでしょうか。ヤマハ発動機が新発売した「PAS SION(パス シオン)」は、お年寄りにも乗りやすいよう設計された電動自転車。車体を軽くし、サドルも低く設計することで、小柄な人でも乗りやすくしています。ペダルをアシストする電動モーターの強さを変えるボタンを大きくするなど、操作もわかりやすくして走行しやすいのが特徴。これがあれば、行動範囲が広がりそうです。

お宅に「やんちゃジジイ」 いかがですか？

「ちょい不良(ワル) オヤジ」旋風を世に巻き起こした雑誌『LEON(レオン)』。その読者たちが今、シニアと呼ばれる世代に突入しています。老いても衰えず、なお精力的な彼ら。そんな世代を「やんちゃなジジイ(やんジー)」と呼ぶライフスタイルマガジンが生まれました。それが『MADURO(マデュロ)』。編集長は『LEON』の生みの親、岸田一郎氏。世の奥様方、お宅にやんジーはいかがですか？ エッ！知らないって？(笑)

知る

Culture Column

お正月にもご供養を

お正月の起源をご存じですか？ 現在では、お正月は五穀豊穡を神様にお祈りする年中行事というのが一般的ですが、その起源をもっと遡ると、お盆と同じように先祖を供養する行事だったのではないかと考えられています。

仏教が伝来するまでは、日本では半年ごとに、先祖の魂を迎えていました。それが、現在のお盆とお正月に姿を変えて、いつしか「お盆は仏教行事で先祖供養」「お正月は神道行事で神祭り」というふうになり区別して考えられるようになりました。

せわしい日常から離れたお正月は、心穏やかに先祖供養のできる大切な時間です。有意義にお過ごしください。

おしょうゆ「ひと吹き」、おいしく減塩！

「あっ、しょうゆかけすぎた！」食卓でよくある光景。塩分の摂りすぎには注意したいところですが、スプレーでしょうゆをシュッとひと吹きする使い方がおすすめ。スプレーすると、しょうゆが細かい霧状になって全体にまんべんなくかかりやすいため、少量でもしつかりおいしく、塩分も抑えられるのです。ワンプッシュで出る量が決められているので、手元が狂ってかけすぎることありません。寿司や刺身だけでなく、調理で味を整えるときにも効果を発揮。減塩効果があるだけでなく、しょうゆのいい香りも引き立つそうですよ。

みんなの少年探偵団

万城目学、湊かなえ、小路幸也、向井湘吾、藤谷治・著/ポプラ社

評=怪人二十面相の華麗なる変装、謎解き対決——。江戸川乱歩の「少年探偵団」シリーズをドキドキしながら読みあさった方も多いのではないのでしょうか。原作を今読み返すと、当時の印象がある分、もしかしたら色褪せて見えるかもしれません。江戸川乱歩の生誕120年を記念して編まれた本作品は、怪人二十面相と少年探偵団の対決をテーマに、当代の人気推理作家である湊かなえ等、著名作家5人が書き下ろした短編集。「みんなの」とあるように、子供の頃に読んでいた現在の大人も楽しめるように書かれています。お孫さんと一緒に読むのもいいかもしれませんね。



Book Review

本

お金が貯まるのは、どっち!?

菅井敏之・著/アスコム

評=お金を貯める生活習慣にはどんなものがあるか、元銀行支店長が指南する。そう聞いて、若い人向けの本かと思えば、そうでもないようです。なんでも、中高年向けのラジオ番組で紹介されたことから中高年の関心を集め、発行7ヵ月で23万部を超えるベストセラーになっているそうです。メガバンクと信用金庫、普通預金と定期預金、あるいは定期保険と終身保険などなど。比べて考えたとき、一体どちらを選べばお金が貯まるのか、分かりやすく解説されています。お金は、貯めようと思わなければ貯まらないもの。今まで「なんとなく」どちらかを選んできませんでしたか？

新春特別 読者プレゼント

今年は、日本一売れている家計簿をつかって、家計を節約しよう!!

PRESENT 細野真宏のつけるだけで「節約力」がアップする家計ノート2015
細野真宏・著/小学館 (B5判 200頁)

日頃のご愛読に感謝して、すてきな読者プレゼントを用意しました！
皆さまはこの新聞を、どちらで手に入れましたか？
この新聞は、本紙をお配りしている配布元からのみ、手に入れることのできる特別な新聞です。
プレゼントをご希望の方は、下記の応募方法をご確認の上、
本紙の配布元に「新聞のプレゼント企画を見た」とお問い合わせください。

- *応募方法*
- 本新聞の配布元に「新聞のプレゼント企画を見た」とお問い合わせいただき、当選時発送先のご住所、宛名をお聞かせください
 - 下記、応募受付期間中にお問い合わせください

応募期間：2015年1月13日(火)～16日(金)の4日間

※プレゼント当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます
※プレゼント発送時期は2015年2月頃の予定です

■プレゼントの企画・主催 LIFE & MAGAZINE 株式会社 〒170-0013 東京都豊島区東池袋 1-31-10 804 TEL 03-5927-1273
配布元の情報は、本紙1面をご確認ください。一部の紙面で配布元の記載がない場合があります。あらかじめご容赦ください

抽選で
50
名様

細野真宏の
つけるだけで「節約力」がアップする
家計ノート
2015

たったの**3分**で **12万8748円**が節約できる!

日本一売れている 経済本の著者が作った **1番やさしい家計簿**
「3分の習慣で節約ポイントが見える!!」
「毎月のポイントで貯まる!!」
「毎月のポイントで貯まる!!」

()に当てはまる人名・用語は何でしょう？

少し前のできごとを思い出す、頭の体操です 【2014年9月～10月】

- 9/3 第二次安倍改造内閣が発足。自民党幹事長に前総裁の(①)氏を起用
- 9/8 全米オープンテニスで錦織圭選手が準優勝。優勝はクロアチアの(②)選手★
- 9/11 2001年9月11日の米同時多発テロから13年。ニューヨークで追悼式典が行われる
- 9/18 イギリスからの独立の是非を問う住民投票が(③ 国名が入る)で実施される。
結果は反対が55%で、独立は否決された
- 9/21 日本維新の会と結いの党の合流による新党(④)が旗揚げ。
橋下徹氏と江田憲司氏が共同代表に就任
- 9/22 兵庫県議会が政務活動費の一割削減を決める
- 9/23 熊本県の(⑤)が世界ジオパークに選ばれる★
- 9/27 岐阜、長野県境にある(⑥)が7年ぶりに噴火。戦後最悪の火山災害になった
- 9/30 牛丼チェーンの(⑦)が1167店舗で深夜営業を休止すると発表
- 10/7 (⑧)を開発した赤崎勇・名城大終身教授ら3氏のノーベル物理学賞受賞が決まる
- 10/20 小淵優子経済産業相と(⑨)法相が、相次いで辞任★
- 10/27 エボラ出血熱が流行するリベリアに滞在し、
羽田空港に到着した男性が、発熱症状を訴え緊急検査。
検査の結果は陰性だった
- 10/30 プロ野球日本シリーズは(⑩)が、
3年ぶり6回目の優勝

答えは12ページ

QUIZ 頭の体操

ふりかえって Q (キュー)

★テニスの錦織圭選手が日本初の快挙を達成
錦織選手は、日本の男子で初めて世界四大大会の決勝に進出。惜しくも初優勝は逃したものの、四大大会シングルスでの男子の決勝進出は、アジア人として初の快挙となりました。白熱した試合展開に、日本中が「チリチリ」と熱くなったこの試合。日本の悲願を砕いて、錦織選手を下し、みごとに初優勝を収めた選手の名前を覚えていますか？

★「世界ジオパーク」に国内で7番目の認定
「世界ジオパーク」とは、地球の成り立ちを示す貴重な地形や重要な特徴を持つ地域を保全し、教育や地域振興に結びつける目的で認定されるものです。今回認定を受けた熊本県の地域は、4回の巨大噴火によって形成された世界最大級のカルデラで有名。あっそうそう、国内で認定を受けている地域は他に、長崎県の島原半島や、北海道の洞爺湖有珠山などがあります。

★期待を集めた2人の女性閣僚が相次ぎ辞任
「政治とカネ」問題の疑惑が浮上した小淵経済産業相。もう一人の女性法相は、支援者に有価物である「うちわ」を配ったとして公職選挙法違反を追及されました。どちらも9月の改造内閣で起用され、政府が推し進める女性登用施策の象徴的な存在として注目されていました。ちなみに問題となったうちわは、みどり色の水玉模様だったとか。

ご冥福をお祈りいたします

訃報

9月6日 山口洋子さん (やまぐち・ようこ、作詞家・作家)呼吸不全のため死去。77歳。東京・銀座で人気クラブを経営する傍ら作詞活動を行い、五木ひろしさんの「よこはま・たそがれ」などヒット曲を世に送り出した。作家としても活躍し、1985年には直木賞を受賞した。
9月7日 山口淑子さん (やまぐち・よしこ=本名・大鷹淑子=おおたか・よしこ、女優・歌手・元参院議員)心不全のため死去。94歳。北満州で育ち、戦前から戦中に「李香蘭」の名で女優・歌手として活躍した。戦後は山口淑子の名で映画などに出演。1974年に参議院選挙全国区に出馬し、当選

した。
9月10日 久米豊さん (くめ・ゆたか、日産自動車元社長・会長)胃がんのため死去。93歳。1985年に日産の社長に就任。主に若い世代を対象に、新型車を次々ヒットさせた。特に、バブル期に発売した高級セダン「シーマ」は爆発的な売り上げを記録し、「シーマ現象」と呼ばれた。
9月10日 坂井義則さん (さかい・よしのり、元陸上競技選手)脳出血のため死去。69歳。早大競走部1年で五輪強化選手に指名。広島に原爆が投下された日に広島県三次市で生まれたことから、戦後日本の復興と平和の象徴として、1964年東京五輪で聖火最

終ランナーを務めた。
9月18日 宇沢弘文さん (うざわ・ひろふみ、理論経済学者)脳梗塞のため死去。86歳。理論経済学の第一人者として、アメリカ・スタンフォード大学の経済学部準教授、東大経済学部学部長などを歴任。経済成長モデルに関する理論などで功績を認められ、文化功労者、文化勲章などを授与された。
9月20日 土井たか子さん (どい・たかこ=本名・多賀子、元社民党党首)肺炎のため死去。85歳。1969年の衆院選で初当選。芯を貫く姿勢が好感を呼び、1989年の参院選では「マドンナブーム」を引き起こした。以降、女性初の衆議院議長、社民党党首などを歴任

した。
9月26日 香川伸行さん (かがわ・のぶゆき、元プロ野球選手)心筋梗塞のため死去。52歳。1979年、南海ホークスにドラフト2位で指名され入団。捕手として活躍。巨漢を生かした豪快な打撃から、漫画の主人公にちなみ「ドカベン」の愛称で親しまれた。
10月5日 大山勝美さん (おおやま・かつみ=本名・勝美=かつよし、テレビプロデューサー)多臓器不全のため死去。82歳。1957年に東京放送(TBS)に入社。「ふそろいの林檎たち」など、数多くの名作ドラマの制作に携わった。1992年に制作会社カズモを設立し、代表を務めた。

10月26日 岡崎久彦さん (おがさき・ひさひこ、外交評論家)84歳で死去。1952年に外務省に入省し、情報調査局長、駐タイ大使などを歴任。常に現実的、戦略的な視点で国際関係を論じ、1995年に第11回正論大賞を受賞した。
10月26日 赤瀬川原平さん (あかせがわ・げんべい=本名・克彦=かつひこ、芸術家・作家)敗血症のため死去。77歳。扇風機や椅子を梱包紙で包む「梱包(こんぼう)作品」など、ユーモアやパロディに満ちた作品を手がけた。1998年の著作「老人力」がベストセラーとなるなど、作家としても活躍した。

Dataで見る暮らし

5%

70歳以上で、エンディングノートを作成済みの人
経済産業省

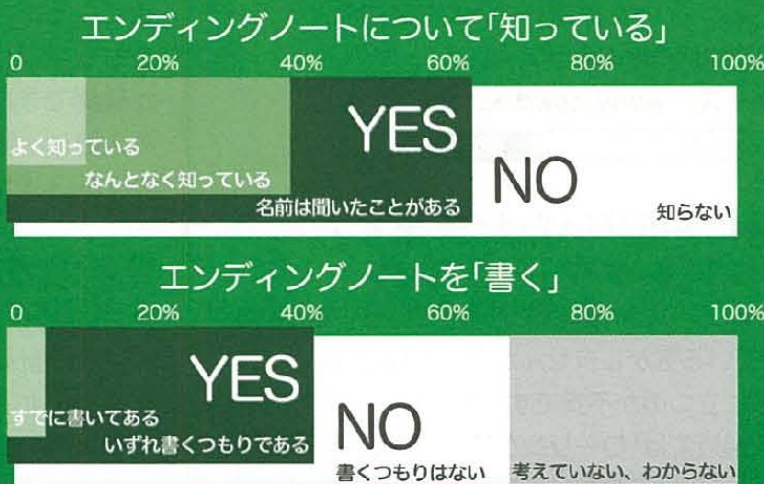
もしものときに備えて書いておきたい「エンディングノート」。経済産業省が2012年にまとめた報告によると、エンディングノートのことを「知っている」と答えた人は全体の6割を超える一方で「すでに書いてある」という人は70歳以上で5%に過ぎなかった。

●暮らしの目線 「エンディングノート」を書かない理由はさまざまですが、いざ書こうとすると先のことを考えるのがおっくうになり、途中で筆を投げてしまう人が多いのではない

しょうか。その一方で、エンディングノートは後を託す家族らに自分の思いを伝えるためのツールとして、ここ10年ほど

で認知が広がっています。ところが、実際に書いたという人は思いのほか少なく、70歳以上で5%程度。書く意志のあ

る人は6割程度です。最近は関連セミナーなども多く実施されていますので、ぜひ書く機会をみつけてみてください。



経済産業省 「安心と信頼のある『ライフエンディング・ステージ』の創出に向けた普及啓発に関する研究会報告書」のデータを再構成

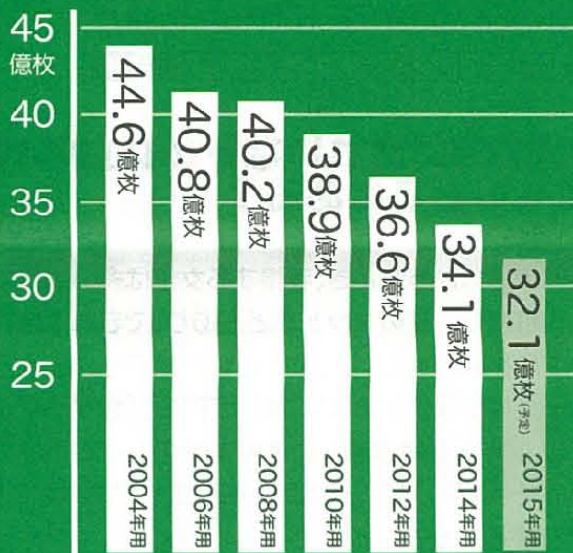
2億枚減

昨年と比べて、2015年用年賀はがきの発行枚数
日本郵便

日本郵便によると、2015年用の年賀はがきは、約32億枚を発行する予定。昨年分の最終発行枚数は約34億枚。減少が続いている。もっとも発行枚数が多かったのは、2004年用の44億6千万枚で、およそ10年で10億枚以上も減っている。

●暮らしの目線 友人知人からの年賀状を読むのはお正月の楽しみです。以前は、一枚ずつ時間をかけて書いたものですね。現在は大多数の人が、あまり手間をかけず、パソコンなどを使っ

て作成するそうです。さらに若い人は、電子メールなどで済ませてしまうことが多いらしいです。それどころか、一枚も出していない人も増えているそうですよ。ある調査の結果では、年賀状を出さなかった人が全体の3割近く。出した人も、8割近くが手書きではなく、パソコンソフトなどを利用したそうです。日本郵便では、若者を中心としたこの傾向に歯止めをかけようと、スマホと連動した新サービスを用意するとのこと。時代はどんどん変わっていきますね。



年賀はがきの発行枚数（2年おき）
日本郵便のデータをもとに再構成

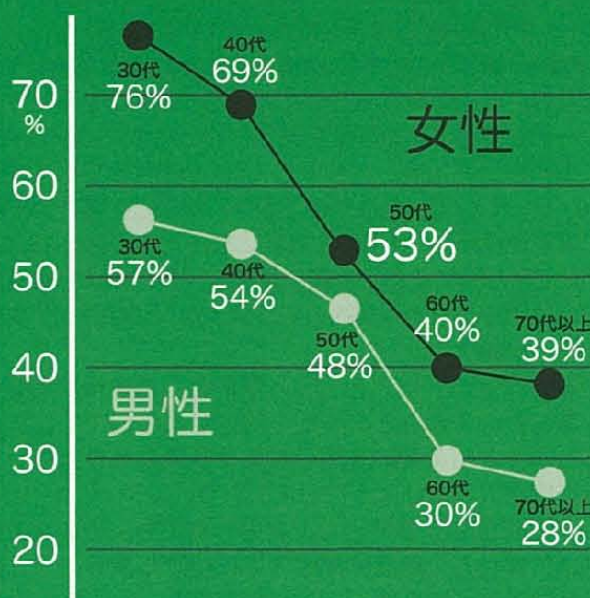
53%

この1カ月間に「いらいら」したことがある50代女性
統計数理研究所

「日本人の国民性調査」によると、最近1カ月の間に「いらいら」したことがあると答えた人は全世代で50%おり、1993年の調査開始から初めて過半数を超えたことが分かった。

●暮らしの目線 「この1カ月に『いらいら』したことがありますか？」と聞かれたら、あなたならどう答えますか。それがどの程度のものかは別として、思い当たるフシがある人も多いのではないのでしょうか。文部科学省所管の統計数

理研究所では、「日本人の国民性」を調べるために、性別、年齢別で、この「いらいら」の割合を調査しているそうです。傾向としてははっきりしているのは、男性よりは女性、そして高齢の人よりは若い人の方が、いらいらしている人が多いということです。男性は60歳を超えると全体の3割となりますが、女性は、50歳代未満では半数以上が「ある」と答えています。ところでこれって「国民性」が関係するものなのでしょうか??



「最近1カ月にいらいらしたことが『ある』と回答した人の割合
統計数理研究所の「日本人の国民性調査」(2013年)のデータを再構成

■ INFORMATION

耳寄り、お役立ちの情報をコンパクトにお届け！

インターネットでお医者さんに病気の相談ができる！

「体調がすぐれないけど、病院に行くほどでもないし…」こうした話はよく聞きます。でも、そのままにしておくのはなにかと心配。『アスクドクターズ』は、月額324円(税込)でインターネットで医師に体調のことを相談できるサービスです。回答するのは、ボランティアの現役医師。医療行為はできませんが、例えば相談内容から、どの診療科に行くべきかなどのアドバイスを受けることができるそうです。

▼アスクドクターズ www.askdoctors.jpQ 検索

非常食を月に一回「いただきます」。「ローリングストック」のすすめ

「非常食って、たまに見ると消費期限が過ぎている」。なんだかいつもそうになっている気がしませんか？ これではいざというとき、本当に役に立つのか不安ですよね。こうした不安や無駄をなくするため、最近では「ローリングストック法」なる、非常食の蓄え方が普及しているのだそうです。これは、非常食を定期的に食べて入れ替える、食料品の備蓄方法です。いろいろなメーカーのホームページで、実践のコツやおすすめ商品などが紹介されていますのでチェックしてみてください。

▼「ローリングストック」のススメ

www.tablemark.corolling_stock/Q 検索

出先でも「きれいなトイレ」がいい！でも…どこにある？

「もうちょっと我慢する」。出先で見つけたトイレがあまりきれいではなかったとき、我慢する女性が多いようです。女性はお化粧直しや髪のセットなどもあり、できればきれいなトイレで用を済ませたいものです。住宅地図を作成するゼンリンの子会社が提供するスマホ向けアプリ「恋するマップ」(無料)では、実際に現地調査したおススメのトイレだけを掲載しているそうです。現在、対応は一部のエリアのみなのが残念。

▼恋するマップ

<http://koisurumap.com/>Q 検索

国民生活センターからのお知らせ

【見守り新鮮情報】消費者被害から高齢者を守る最新情報をお届け
www.kokusen.go.jp/mimamori

「無料点検」に応じたら…高額な排水工工事勧誘

メールマガジン第205号(2014年11月12日)

＜事例＞「無料で排水管の点検をする」と業者が訪ねてきた。無料なら、と思い見てもらったところ「工事が必要」と、排水管の一部が割れている写真を見せられたため、工事契約を結んだ。工事当日、開始後しばらくして、「水漏れしていて隣の家まで水が行っている。先に別の工事をしないと大変だ」と言われた。工事費が合計で70万円と高額になったので迷っていると、「特別に50万円にする」と値引きを示され、隣の家に迷惑がかかるのは困ると思い、契約してしまった。(60歳代 男性)

＜ひとこと助言＞

・「無料で点検」などと言って訪問し、点検後に消費者の不安をあおり、工事などの契約を結ばせる手口です。一度契約すると次々と別の契約を迫られるケースもあります。安易に業者を家に入れないようにしましょう。

・「特別に値引きする」などと言われても、その場で契約してはいけません。家族や周囲の人に相談しましょう。必要ない場合は、きっぱり断ることが大切です。

・契約後や工事完了後でも、クーリング・オフや契約の取り消し等ができる場合があります。お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください。

困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください
(本情報は、国民生活センターの協力で掲載しています)

■ NEWS HEADLINE

その他のニュースをコンパクトにお届け！

100歳以上のおじいちゃん、おばあちゃん 全国に5.8万人

厚生労働省

厚生労働省の発表によると、全国の100歳以上の高齢者は、過去最多の5万8820人となった。そのうち女性が87%超を占め、5万人超となっている。ただし、この推計は、各自治体の住民基本台帳の数字を基に集計したもの。そのため先日問題になった、年金受給者が死亡したのに届け出ず、家族が年金をもらい続けている、いわゆる「高齢者所在不明問題」で所在が確認できない人も含まれている可能性がある。100歳以上の人数は、調査を開始した約50年前の1963年には、わずか153人だったという。

高齢者のいる世帯は2086万世帯、全世帯の4割に到達

総務省統計局

5年ごとに行われる住宅・土地統計調査(2013年・総務省統計局)によると、65歳以上の高齢者のいる世帯の数は、2086万世帯となっており、調査を始めてから初めて2千万世帯を超えた。うち、高齢者が単身で住む世帯は552万世帯。高齢者のいる世帯は、30年前の1983年は866万世帯。占める割合も、1983年は世帯全体の25%だったが、2013年は40%に達している。

高速道路の「逆走」、3年間で541件発生。7割が65歳以上の高齢者

高速道路会社6社

高速道路会社6社の調査によると、2011～2013年の3年間で、高速道路を車で逆走した件数は541件あったことが分かった。そのうち、およそ7割に当たる370件が65歳以上の高齢者によるものだという。日中に発生したものは57%で、夜間よりも多い。高速道路各社では、逆走が2回以上発生している33カ所を整備し、進行方向や進入禁止の表示を目立つように対策をする。

今夏の山岳遭難者は699人、60歳代が最多の208人

警察庁

警察庁のまとめによると、2014年夏(7～8月)の山岳遭難の件数は583件で、遭難者数699人と合わせ、統計開始から過去最多になっていることが分かった。年代別では60歳代が最も多く、208人に上る。遭難の原因で最多は、31.9%の「道迷い」。「転倒」(21.6%)、「滑落」(14.4%)が続く。

QUIZの答え

あなたは何問、思い出せましたか？

- ①谷垣禎一
- ②チリッチ
- ③スコットランド
- ④維新の党
- ⑤阿蘇
- ⑥御嶽山
- ⑦すき家
- ⑧青色発光ダイオード
(または青色LED)
- ⑨松島みどり
- ⑩福岡ソフトバンクホークス

「SILVER-LIFE新聞」制作委員会

・ライフアンドマガジン株式会社 ・シルバーライフ全国ネットワーク
・株式会社メモリアルスタイル ・株式会社オフィスシバタ ほか

編集部

〒170-0013 東京都豊島区東池袋 1-31-10 804

Tel 03-5927-1273 Fax 03-5927-1274

●広告掲載、配本などに関するお問い合わせは、
Tel 03-5927-1273 まで
ご意見・ご感想もお待ちしております

●本紙の[暮らしの目線]は編集部の
独自の見解に基づくものであり、
その内容の真偽とともに、
配布元の意見・見解とは異なる場合がございます。
あらかじめご了承ください。

© 終活 LIFE 本紙掲載記事の無断転載を禁じます

TSS14DEC009

—老後に使う資金は、どのくらい用意しておけば安心のでしょうか？

一般に、退職後には少なくとも3千万円が必要と言われることが多いようです。しかし実態は、その金額では十分ではないと思います。

—えっ！？本当ですか！一体、どのくらいの金額が必要なのでしょう？

65歳のときに4千万円を目標にしたいですね。

—そうなんですか！しかし、1千万円もの差が出てしまうのはなぜなのでしょう？

それは、何歳までのお金と考えるかの違いです。3千万円という数字は、85歳まで暮らしたときに必要な金額です。これは「平均寿命」に基づいて計算した数字になっています。

—それが実態とは違うのですか？

ええ。平均寿命というのは、0歳児がその後何年生きるかと考えたときの平均の数字です。しかし、現実には、日本人の男性の4人に一人は約90歳、女性は約95歳まで生きると推計されています。

—なるほど。実際には平均寿命よりも長く生きることが多いというわけですね。

そうです。現在は男女ともに4人に一人は90歳代まで生きる長寿社会ですから、老後の資金も95歳を目安に考えるべきだと思います。

老後の資金は、いくら用意すれば安心？

—その4千万円というのは、どういう計算になっているのですか？

夫婦二人暮らしで、毎月10万円ずつ貯蓄を取り崩すと考えた場合の数字です。総務省の家計調査では、高齢夫婦世帯が、生活費を年金だけでは賄いきれずに貯金を取り崩す金額は、平均で毎月6万円弱だそうです。今後は年金が減額し、介護保険料は上がるとみられていますから、そこから余裕を持って10万円と計算しています。

—すると、1年間で120万円が必要になりますね。

はい。ですから95歳までの30年間で3600万円になります。4千万円を用意していれば、計算上ではその時点でもまだ数百万円の備えがあることになります。

—なるほど。それなら安心ですね。

仮に65歳のときに貯蓄が4千万円に満たないときは、家計や保険を見直して、生活費を節約し、取り崩し額を減らす必要があります。

また、公的年金の受給年齢を繰り下げることを選択肢のひとつです。繰り下げることによって、65歳から受給しはじめた場合の総受給額を上回るケースがあります。

—そうなんですか。それは検討に値しますね。

特に、より長く生きる女性にとっては効果が大きいかもしれません。いずれにしても、老後資金の設計は早ければ早いほど有利なので、専門家に相談しておくといでしょう。



イラスト：emi

終活 Q & A

終活とは、人生の「これから」を考える活動のことです

フツーのおばさんから業界の第一人者になった、エンディングデザイン・コンサルタント柴田典子の終活エッセイ
笑って迎える「さようなら」

ご縁があつてのものだから

私が勤めていた葬儀社では、年に一度「合同慰霊祭」を行っていました。ご存じの方は少ないと思いますので説明しておくと、1年間に葬儀を行った方を対象に、ご遺族の方々をお招きして、合同で故人の霊をなぐさめるという会です。「それぞれの家で法事をしているのに？」とか「宗教や宗派の違いはどうなるの？」という声もあるのですが、私自身は葬儀社が慰霊祭を行うことに大きな意味を感じていました。

葬儀社は、単に仕事としてご遺族と向き合うのではありません。ご縁があつて、故人の最期の時（とき）をご一緒するのです。だから1年を区切りとして、縁あつてお見送りした故人を偲ぶこと、その後のご遺族を気遣うことは、ごく当たり前のことだと思っていました。

大切な人を亡くして、その後も苦しんでいる人がたくさんいます。一方で、淡々と過ごされている人もいます。どちらも現実の遺族の姿で、そこに良いも悪いもありません。そうした様々なご遺族の方々優しい時間を一緒に過ごす社員は、自分の仕事の意味をさらに深く知ることができる——。私にとって慰霊祭は、多くの想いが込められていました。

この気持ちは、お通夜をさせていただくときも同様でした。時間が許すなら、通夜の最後に、式に携わったスタッフ全員でお焼香をさせていただいたものです。これは葬儀業界の常識では考えにくいことかもしれませんが、遺族の方に焼香を申し出て、嫌な顔をされたことは一度もありません。ポケットにしぼせていた数珠を取り出して、心をこめてお焼香をさせていただくのです。

そんな姿を見て、あるご遺族の方に「お通夜の間はずっと泣かなかったけれど、あなたたちがお焼香してくれる姿があまりに綺麗で、気づいたら涙が出ていたよ」と言われたこともありました。実際に葬儀社がお焼香をして故人に手を合わせるかどうかは別として、葬儀社のスタッフは単なるご葬儀の準備要員ではなく、ご縁があつて、故人をお見送りする時間を共有させていただく人間なのです。最期の時間を共有した人、同じ時期にお見送りをした人。ほんのひとときでも、同じ想いを共有できればいいと思います。

柴田典子

ごく普通の暮らしを送っていた主婦が、葬儀社にパートに出かけ、そのまま葬儀業界にどっぷり浸かって、はや二十数年。葬儀社として何千という方々の「お別れ」に立ち会い、一主婦としての「家族の介護・見送り」を経験する。その過程で培った経験による丁寧で的確なアドバイスは、葬儀業界のみならず、主婦・高齢者からの熱い支持を得ている。自身が設立したオフィス・シバタでは、お葬式（運営・葬儀企画・悲嘆回復援助・供養）全般、葬儀生前契約、終活、エンディングノートなどの分野で、コンサルティングと講演などに積極的に活動している

柴田典子さんのオフィシャルブログ
「柴田典子の葬儀の話でごめんなさい」もご覧ください
<http://blog.goo.ne.jp/shibatatoriko>



小規模な施設だからこそ“ほっとくつろげる団らんな空間”がここに 있습니다。



きらく 樹楽では、みなさんに住み慣れた地域で『毎日を元気に楽しく過ごしてほしい!』そんな思いでスタッフひとり一人が、日々の機能訓練やレクリエーション、食事等日常生活に近付けた【生活リハビリ】を実行し、みなさんの元気を応援します!!

年中無休 24時間 お泊り対応可

■ 樹楽は介護保険で利用できる施設です。
介護保険のことや施設の見学・利用についてのご質問は各施設にお気軽にどうぞ!

樹楽 ウェブ検索
<http://www.kiraku-ac.com/>

兵庫県 姫路花田 姫路市花田町小川 190-1 TEL.079-251-1661 青葉台 西宮市青葉台 2-18-2 TEL.0797-81-7900 浜甲子園 西宮市浜甲子園 2-2-12 TEL.0798-43-5353	大阪府 阿倍野北畠 大阪市阿倍野区相生通 1-10-21 TEL.06-7172-1833 八尾 八尾市春日町 2-6-3 TEL.072-920-7803 高殿 大阪市旭区高殿 4-18-21 TEL.06-6923-8256 池田建石 池田市建石町 9-11 TEL.072-750-0700 東岸和田 岸和田市葛城町 1250-11 TEL.072-493-8210 私市 交野市私市 6-30-9 TEL.072-892-7559 門真フィット&デイ 門真市柳町 12-22 1F TEL.06-6904-7272 門真東 門真市岸和田 3-9-25 TEL.072-885-8800 香里園 寝屋川市美井町 3-1 TEL.072-833-6060	大阪府 千里丘 摂津市千里丘 2-11-4 TEL.06-6310-1506 加納 東大阪市加納 7-12-23 TEL.072-872-1081 堺初芝 堺市東区日置荘西町 2-30-1 TEL.072-349-3860 小野原東 箕面市小野原東 5-8-6 TEL.072-747-0184 住之江粉浜 大阪市住之江区粉浜西 1-11-8 TEL.06-6657-7433 くまとり 泉南郡熊取町久大保中 4-9-7 TEL.072-447-5620 松原 松原市西大塚 2-1-19 TEL.072-206-8800 羽曳が丘 羽曳野市羽曳が丘 6-7-3 TEL.072-926-6727 万博南 吹田市山田東 4-39-4 1F TEL.06-7171-0678 石橋 池田市住吉 1-4-9 TEL.072-702-4123 箕面外院 箕面市外院 3-4-25 TEL.072-737-9390 深江橋 大阪市城東区永田 4-13-16 TEL.06-6964-7755 中島 大阪市西淀川区中島 1-18-8 TEL.06-6476-5787	新潟県 上増田 上越市賀城區上増田字東野 122 1他 TEL.025-546-7341 北城 上越市北城町 1-3-31 TEL.025-520-8440 長野県 やしろ 千曲市大字屋代 821-5 TEL.026-272-3766 富山県 射水 射水市小島 1212-5 TEL.0766-50-9783 愛知県 茶屋ヶ坂 名古屋市千種区赤坂町 5-53 TEL.052-739-5432 富士 愛西市大野町山 1706番 80 TEL.0567-32-0031 花池 一宮市花池 1-3-27 TEL.0586-47-4700 本郷 名古屋市長郷 1-248-1 TEL.052-768-6213 岐阜県 日野東 岐阜市日野東 1-16-14 TEL.058-247-5232	神奈川県 川崎鷺沼 川崎市宮前区有馬 9 12 2 TEL.044-872-8971 横浜すみれが丘 横浜市都筑区牛久保 3-14-12 TEL.045-530-0550 鶴見馬場 横浜市鶴見区馬場 6-24-22 TEL.045-716-9427 南町田 横浜市瀬谷区五貫目 25-40 TEL.045-459-6937 大船 横浜市都筑区笠間 3-38-8 TEL.045-897-5070 金沢八景 横浜市金沢区六浦 2-3-17 TEL.045-370-9428 湘南平 平塚市山下 1082-5 TEL.0463-74-5633 戸塚 横浜市戸塚区戸塚町 4424-36 TEL.045-390-0659 上大岡 横浜市港南区港南 2-29-5 TEL.045-374-5253 鶴見潮田公園前 横浜市鶴見区向井町 3-76-1 102号 TEL.045-642-3099 川崎大師 川崎市川崎区昭和 2-4-3 101号 TEL.044-280-6142 よみうりランド前 川崎市麻生区多摩美 1-19-15 TEL.044-543-8780 葉山 三浦郡葉山町長柄 385 TEL.046-876-3807 千代ヶ丘 川崎市麻生区千代ヶ丘 9-8-2 TEL.044-455-5441	東京都 くめがわ 東村山市萩山町 3 14 19 TEL.042-306-4373 世田谷尾山台 世田谷区尾山台 3-6-15 TEL.03-6432-3731 福生 福生市福生 1167-15 TEL.042-513-7248 杉並下井草 杉並区下井草 1-18-1 TEL.03-6750-9240 大田上池台 大田区上池台 3-13-14 TEL.03-3727-0770 足立谷在家 足立区谷在家 3-21-13 3F TEL.03-5809-5870 成増 板橋区成増 3-31-20 101号 TEL.03-6904-0719 中板橋 板橋区仲町 39-15 TEL.03-5926-7185 西小岩 江戸川区西小岩 3-2-7 TEL.03-6317-0009 杉並宮前 杉並区宮前 3-5-3 TEL.03-5930-1743 千葉県 柏の葉 柏市柏の葉 2-3-31 TEL.04-7197-1171 小倉台 千葉市若葉区小倉台 4-15-11 TEL.043-309-5138	埼玉県 飯能 飯能市大字川寺 641 36 TEL.042-978-9860 戸田 戸田市喜沢 2-9-9 101号 TEL.048-234-0006 シアサロン 樹楽イオン浦和美園店 さいたま市緑区大門 3710 イオンモール浦和美園 2F TEL.048-826-5663 川口 川口市川口 5-9-11 102号 TEL.048-291-8111 茨城県 大津 北茨城市大津町北町 2 1 5 TEL.0293-24-9551 土浦烏山 土浦市烏山 4-2063-3 TEL.029-896-3215 栃木県 西の宮 宇都宮市西の宮 1-16-3 TEL.028-680-5189 宮城県 仙台泉 仙台市泉区泉ヶ丘 3-9-1 TEL.022-739-8539 福島県 郡山大槻 郡山市大槻町字針生前田 117-3 TEL.024-953-4985 郡山 郡山市龜田 1-15-1 TEL.024-983-1357
--	---	--	---	--	--	--



箕面のもみじを利用者様と作りしました。

樹楽きらきら写真館

ハロウィンパーティーや運動会、紅葉作品の写真など、今回も素敵な樹楽写真館を、どうぞご覧ください!



お手玉を積み上げています。いくつ積めるかしら...



ハロウィンの仮装記念写真



秋の運動会 胸にメダルが輝いています!



天神祭りに行ってきました!



寺岡さん☆優しく笑顔の機能訓練指導 いつもありがとうございます。



今、主役はあなた!



10両(私市紙幣)でお客さんが趣味で制作した「小物ぬいぐるみ」を買われたところです。



ハロウィンの仮装をしました!

大阪府 **高殿**



仲良し2人☆

福岡県 **若久通り**



ビンゴゲーム♪
お菓子!お菓子!ゲット♪

熊本県 **にしぼる**



ご家族の訪問が
元気の素です♪

長崎県 **ひの**



おやつ前の
生活棒体操です

茨城県 **土浦烏山**



豆もぎり

神奈川県 **大船**



きれいなお花を
咲かせましょ!

大阪府 **松原**



たこ焼きパーティ

大阪府 **フィット&デイ門真**



外食レク
食は元気のモトです!

東京都 **足立谷在家**



さっちゃん
お誕生日おめでとう!

新潟県 **北城**



☆お誕生日おめでとうございます☆
(とびきりの笑顔です。)

大阪府 **万博南**



10月のお誕生日会♪

大阪府 **東岸和田**



みんなでみかん狩りに
行って来ました

埼玉県 **川口**



おめでとうパーティー
おめでとうパーティー
おめでとうパーティー
おめでとうパーティー

大阪府 **池田建石**



魚釣り~(´▽`*)

大阪府 **阿倍野北畠**



早く焼けないかなあ?
食事レクは大人気です!

大阪府 **住之江粉浜**



ハロウィンで
仮装パーティー♪

大阪府 **くまとり**



みかん狩りでの
集合写真

東京都 **中板橋**



お散歩楽しいわね!

大阪府 **中島**



運動会
めっちゃ盛り上がりました

愛知県 **花池**



樹楽ちゃんも
紅葉しました
(*~*~*)

栃木県 **西の宮**



ハッピーハロウィン♪

神奈川県 **千代ヶ丘**



絵手紙

神奈川県 **よみうりランド前**



ハロウィン

神奈川県 **南町田**



見事ですな~

12月の **樹楽日和** きらくびより **樹楽 団らんの家 大津** 〒319-1704 茨城県北茨城市大津町北町 2-1-5
 TEL.0293-24-9551 FAX.0293-24-9552



樹楽 団らんの家 大津

《事業所番号 0871500625》

代表取締役 **青木 仁子**
あおき じんこ

茨城県北茨城市大津町北町 2-1-5
 TEL.0293-24-9551
 FAX.0293-24-9552

地域に根付き、愛されるデイサービスを続行中の大津は、先月開所1年を迎えました。ご利用者様、ご家族様、ご近所様をお招きし、盛大に1周年イベントを開催いたしました。

私たちはこの1年、老いとは好奇心を忘れること、そう位置づけ利用者様一人一人に興味を持たせることを意識し、安全より自立を掲げ自分でできることの喜び、必要とされる喜び、頼られる喜び、これらを徹底し色々なことに好奇心を持っていただくよう努めてまいりました。そして、その延長には型にはまった介護から飛び出し『自力歩行』を目標にADLの向上を体と心の両面から刺激してまいりました。結果、今では笑顔いっぱい『自力歩行』が現実となっております。

今度はこれがしたい！今度はここへ行きたい！注文の多い利用者様たちですが、本人が一番できるようになったことを自覚している証拠だと嬉しい注文です。これも私の理想とする介護を、管理者をはじめスタッフみんなが一丸となって、取り組んでくれている結果だと嬉しく思います。

毎日、利用者様と元気過ぎるスタッフの笑い声に囲まれ、私はとても幸せなオーナーをさせていただいております。

**施設見学・お問合せ
 お気軽にどうぞ!!**



2014.12月
新開所の樹楽



樹楽 甲東園
 〒662-0812
 兵庫県西宮市甲東園 2-7-19
 TEL.0798-78-6655



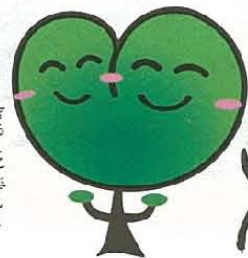
樹楽 美里
 〒904-2154
 沖縄県沖縄市東 2-15-12
 TEL.098-989-7991
 FAX.098-989-7921

新開所予定 樹楽
 ●樹楽 おいの森 (2015.1月:青森県)
 ●樹楽 住道 (2015.1月:大阪府)
 ●樹楽 西中新田 (2015.1月:岡山県)

**【樹楽】
 運営方針**

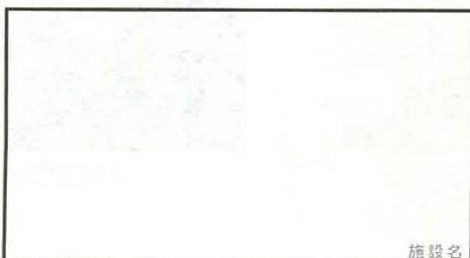
1. 利用者様を第一と考え、常に『快適で満足していただける』空間を提供いたします。
2. 『利用者様とご家族の声』を大切に、常に『要望にお応えできる』サービスを提供いたします。
3. 『利用者様の気持ちを癒し』常に楽しい心持でお帰りいただけるよう鋭意努力いたします。

きらくに導く
 きらくにマイペースで
 一歩一歩はじめましょう。



1日 定員10名の
 アットホームな
 デイサービス

樹楽



施設名

デイサービス 樹楽に関する総合問い合わせ

0120-03-1400

株式会社 **アクロス**

一般社団法人 日本フランチャイズチェーン協会 正会員 一般社団法人 お泊りデイサービス協会 正会員

〒564-0053 大阪府吹田市江の木町17-1 コンパノビル 8F
 TEL.06-6339-8400 FAX.06-6339-5678