



配布●本紙は私たちがお届けする、終活にそなえる人のための「暮らしの情報新聞」です

2017年秋号
注目Contents
SONAEL17AUG025

- 暮らし面 * 初孫育てに必携！「祖父母手帳」
- 介護面 * 認知症発症者にも効果実証の「運動」とは？
- マネー&トレンド面 * お任せ資産運用、「ラップ口座」って何？

悪質商法に負けない！ 知らないと損をする「法律改正」を1分で解説します！

消費者契約法が一部改正され、2017年6月3日から施行された。今回の改正では、消費者が必要以上に大量の商品を売りつけられる「過量販売」を取り消せることが新たに加わるなど、高齢者を狙った悪質商法への対策が強化されている。

●暮らしの目線 「悪質商法」と聞いて、「わたしは大丈夫」と思った皆様。そういう皆様にこそ、知っておいていただきたい情報があります。今、悪質業者から消費者を守るための関連法が相次いで改正されています。その概要だけでも押さえておくことは、何よりのトラブル予防防止になると思います。

国民生活センターによると、商品やサービスの契約に関するトラブルの相談は2015年度で年間92万件以上もあるそうです。そのうち60歳以上の方がトラブルに巻き込まれたケースは約3割（34%）を占めています。仮にそれを年間31万件とすると、一日あたり850件以上のトラブルが起こっています。表面化していないケースも考えれば、これは氷山の一角と言えるでしょう。

では、どのように法律が改正され、規制が強化されたのでしょうか。

6月3日から施行された消費者契約法の一部改正の目玉は、契約の取り消し可能期間の変更です。悪質な契約を結んでしまったときは、それに気づいたときから「1年以内」なら取り消しが可能になりました。従来は6か月でした。悪質な



写真はイメージ

契約とは、①効果がないのに嘘の説明をされたとき、②不要であることが明らかにもかかわらず多量の商品を販売されたとき、③金融商品の販売などで値上がりが確実と言われ販売されたとき、④消費者の不利益になることを分かっているがそれを知らせることなく販売されたとき、⑤訪問販売で帰ってほしいと伝えても、しつこく勧誘され販売されたときなどです。

これらに当てはまるとき、たとえ契約条項に「いかなる事故についても一切責任は負いません」「いかなる理由があっても契約のキャンセルはできません」な

どという記載があっても、勧誘行為が不当であれば取り消しが可能になります。また、このような契約条項自体が、消費者の利益を害するものであることから、契約の無効を主張することができます。契約条項に不当と思える高いキャンセル料を設定している場合でも同様に無効になります。

最近では「転売することで必ず儲かります」と勧誘して、有料老人ホームの入居権や墓地の利用権を販売する、投資まがいの商法が増えているようです。以上、1分20秒の解説でした！皆様、くれぐれも気を付けてください。

終活NEWS

もはや定着？「樹木葬」。お墓選びのその前に！

先日の新聞記事で知りましたが、日本で初めて「樹木葬」が行われたのは1999年のことだそうです。

樹木葬とは散骨を行う自然葬の一種で、樹木を墓碑がわりにして遺骨を土中に埋葬し、供養するものです。一般的な墓石によるお墓と異なり、お墓の継承者や宗教は不問で、費用や管理料も安く済むため、自然志向のニーズの高まりとも相まって、独身者や子供のいない夫婦などを中心に徐々に人気広がっています。現在は、お墓選びの選択肢の1つとして

定着した感もあります。同じ新聞記事によると、ある霊園では共同埋葬型の樹木葬の募集500件に対し、32倍もの生前申し込みがあったそうです。現在も20倍前後の高倍率になっていると記されています。

人気の高まる樹木葬ですが、その埋葬形態や管理方法、費用はさまざまです。さらにその歴史はまだ20年足らず。供養のかたちが多様化し、変化するスピードも速い現在だからこそ、くれぐれもお墓選びは慎重に。樹木葬にしる、墓石に

しる、供養に対するそれぞれの考え方をしっかりと聞き、学んでから決めるといいと思います。

お墓参りをする側からすると、手を合わす先にいつも変わらぬ姿でお墓があれば、安心するような気がします。一方で、季節によって表情を変える樹木に手を合わせるのも、それはそれで良いものかもしれませんね。

多様な考え方を知ること、自分を深く知ることが「終活」をする一つの効用的なかもしれませんね。

初めての「孫育て」なら。持っておきたい「祖父母手帳」

孫育てをする祖父母世代に向けて「祖父母手帳」を配布する自治体が増えている。2016年から配布を始めたさいたま市の「笑顔をつなぐ孫育て さいたま市祖父母手帳」には問い合わせが相次ぎ、5万部を2017年度末までに発行する予定となっているという。

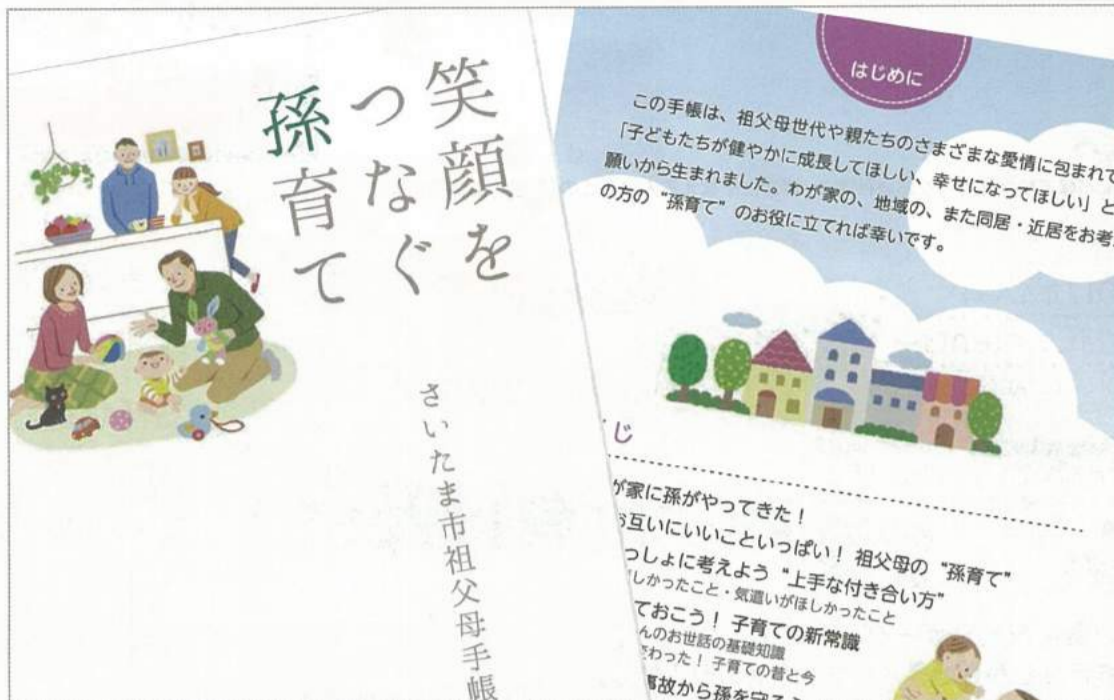
●暮らしの目線 妊娠中から産後まで、赤ちゃんの発育の様子や育児の情報を記録するのが「母子健康手帳」です。母子手帳は市区町村の役場や保健センターでもらうことができます。

最近、母子手帳ならぬ「祖父母手帳」なるものもあるようです。一体どのようなものなのでしょうか？

独立行政法人都市再生機構、2016年6月の調査では、小学3年生までの孫を持つ男女932人のうち、54.9%が「体力面で『キツイ』と感じることが多い」と答えています。お父さん、お母さんだった頃と、おじいちゃん、おばあちゃんになった今では、子育てに対して抱える不安や疑問も異なります。



写真はイメージ



さいたま市の発行する「祖父母手帳」は市のホームページからダウンロードできる URL は <http://www.city.saitama.jp/007/002/012/p044368.html>

それとともに孫の育児の悩みのタネとも言えるのが、昔と今で異なる子育ての常識。

例えば、今は抱き癖がつくことを気にせず抱っこをするのが一般的ですし、昔と違って「3時間おき」などと時間を決めずに赤ちゃんが欲しがるときに授乳をしてよいとも言われています。時代とともに変化している育児の「新常識」は、久しぶりに育児に参加する祖父母世代を戸惑わせているようです。

そうした祖父母世代の育児参加を応援する目的で、自治体などから配布されて

いるのが祖父母手帳です。

さいたま市をはじめ、鳥取、熊本、岐阜、広島などで配布されています。それぞれ形式や内容、配布方法などは異なるようですが、例えばさいたま市の「笑顔をつなぐ孫育て さいたま市祖父母手帳」は市の関連施設で無料配布され、人気を集めています。同市の祖父母手帳は市のホームページからもダウンロードできるようになっています。

こうした取り組みが全国に広がって、初めての「孫育て」に臨む新米じいじ、ばあばの手助けになればいいですね。

「片道15分未満」が、親子の住まいの「ほどよい距離感」？

2013年に総務省が行った住宅・土地統計調査では、片道5～15分未満の場所に子世帯が住んでいる高齢者世帯の割合が、5年前の調査よりも3%ほど増えていた。同じ調査では、子世帯が同じ建物や敷地内などに一緒に住んでいる高齢者世帯数は、5年前から約6万世帯減少している。

●暮らしの目線 連休を利用して帰省し、3日を過ぎた頃になると母は決まって「早く帰れ」と私に言ってきます。それは母が心から願っていることではなく、帰省して数日を過ごすことで、父と私の間に遠慮がなくなり、互いに余計なことなどを話すようになり(苦笑)、しまいには喧嘩が始まってしまうのがオチだからです(笑)。

親世代の皆さんは、子供の世帯と同居することについて、どのようにお考えになるのでしょうか？子供の世話にはなりたくないと思う方もいらっしゃるでしょうし、一緒に暮らした方が何かと便利だと感じる方もいらっしゃるでしょう。孫の顔を毎日見たいと思う方も多いかもかもしれませんね。

少々古い統計になりますが、総務省が2013年に行った住宅・土地統計調査によると、子供がいる高齢者世帯の中で、



写真はイメージ。近過ぎず、遠過ぎず。「近居」はお互い都合が良い？

子世帯が住む場所から片道5～15分未満の場所で暮らしている世帯は28.7パーセントを占めるそうです。その5年前の調査では25.7パーセントでしたので、わずかではありますが「近居」の割合は増えています。微増した理由が、親世帯が望んだからなのか子世帯が望んだからなのか、統計からはわかりません

が、2つの世帯の距離感が縮まっていることは確かなようです。

同居して毎日顔を合わせるとなると何かと気を遣うけれど、いつでも会えるという状況は何かと都合が良いかもしれません。近居はお互いにとって、ほどよい距離感なのだとと言えるのかもしれないですね。

TOPIC

30代で晩婚なら、50代は何と呼ぶ？ 増加する「シニア初婚」

晩婚の増加や生涯未婚率の上昇はみなさんもよくご存じだと思いますが、最近では結婚経験のない中高年の方が、結婚情報サービスを利用するために会員となるケースが増えているようです。あるサー

ビスでは男性会員の2割超、女性会員は1割弱を50歳以上の方が占めているそうです。

そうしたニーズに応える形で、中高年向けに専門化した結婚情報サービスも

始まっています。こちらでは会員の約25%が結婚歴のない方になっているそうです。

結婚歴のない中高年の初めての結婚を「熟年初婚」や「シニア初婚」と呼ぶそうですね。先日は作家の阿川佐和子さんが63歳にして初めて結婚したことが大きな話題を集めました。阿川さんは結婚に際し、「転ばないように手を繋いで歩きます」とコメントしていましたが、相手を想い、寄り添いたいと思う気持ちがあれば、きっと年齢なんて関係ないのでしょうね。

こうした元気な中高年が増えているのなら、上昇を続けている生涯未婚率も改善するのでは？と書いてしまいます。と思ったら、この生涯未婚率の統計は、「50歳の時点で結婚歴のない方の割合」を示すものなのだそうです。ですから、50歳以上でシニア初婚された方はカウントされません。そうなると、もしかしたら「生涯未婚率の実態」はずでに変化しているのかもしれないですね。



写真はイメージ。50歳以上で結婚情報サービスを利用する方が増えている



全国23万人の民生委員が明らかにした、地域社会の問題とは!?

民生委員制度の創設100周年にあたる2017年の5月12日に、全国民生委員児童委員連合会（全民児連）が民生委員の活動実態の調査結果を公表した。調査は、2016年7～9月の期間に、全国の民生委員約23万人を対象に実施。20万人ほどから回答を得た結果、民生委員の4人に1人が、一人暮らしの高齢者や認知症などで社会的に孤立した状態にある人の支援を経

験したことがあると回答している。

●暮らしの目線 地域福祉の担い手で、住民の困りごとに対応する民生委員約23万人を対象にした調査が行われました。調査結果からは、地域社会の抱える課題や問題が浮かび上がっています。

「地域住民の困りごと」とはどういったもので、どのような問題が多いのでしょうか。民生委員が答えたところによると、最も多いのは「身体的な病気やけが」で34.1%、次に多いのが認知症（27.4%）でした。以下、「近隣住民とのトラブル（21.9%）」「外出が困難（21.4%）」「精神的疾患・精神面の不調（20.9%）」「必要な介護や生活支援を受けていない（18.9%）」などが上がっています。

興味深いのは、民生委員が対応した方の問題を、近隣住民が「気づいていた」ケースは55%で、「気づいていなかった」のが23%となっていたことです。

社会的に孤立している方に対応した経験があると答えた民生委員は5万3454人、全体の27%に上っています。そのうち対応が困難だったケースに絞ると、6割近くが65歳以上の高齢者となっており、75歳以上の方は4割超を占めていました。また、25%に認知症の症状があり、一人暮らしの高齢世帯は34%となっていました。課題や問題を解決したり支援したりするときに、民生委員が紹介する先が「なかった」ケースも8%ありました。私たちの気づかないところで、地域社会にこうした実態が広がっているようです。



写真はイメージ。「ゴミ屋敷」の問題は16.4%



設置率全国98%! 犯罪被害の「総合窓口」って知ってましたか?

警察庁の2017年版「犯罪被害者白書」で、犯罪被害者の支援を行うための自治体の総合窓口の設置率が、98%に達したことが明らかになった。総合窓口は、精神的ケアや経済的支援を必要とする、犯罪の被害者やその家族への相談に対応するもの。2017年4月時点で、全国の政令指定市を除く1721市区町村のうち、1697市区町村が総合窓口を設置している。一方で、内閣府が行った世論調査によると、総合窓口の認知度は1割強にとどまっており、存在の周知が課題となっている。

に、被害を通報する先は警察ですが、相談する先はどこになるのでしょうか。

犯罪被害を受けた本人や家族の、経済的な相談や精神面での相談に応じているのが、全国の自治体に設置されている「総合窓口」です。

「え!、なにそれ? 知らないよ」という声が、今にも聞こえてきそうです。それもそのはず、内閣府の世論調査によると、自治体の総合窓口の認知度はわずか1割強となっています。かくいう私も知りませんでした。

隠れた存在になっている総合窓口ですが、警察庁の2017年版「犯罪被害者

白書」によると、全国の市区町村（政令指定都市ではすべてに設けられているため除く）の98.6%に設置されているそうです。2017年4月の時点では、1697の市区町村に設置されています。

そんなにあるのに、こんなに知られていないなんて、ますます謎めいた感じになってきました。

あまり知られていない存在の総合窓口ですが、もしもの時のために知っていて損はないはず。もちろん一生お世話になることがなければ、それが一番だと思います。

●暮らしの目線 運悪く犯罪にあった時

80歳で「自分の歯20本以上」の方が急増 その要因を考えてみた

厚生労働省は2017年6月2日、「2016年歯科疾患実態調査」の結果を公表した。それによると、80歳で自分の歯が20本以上ある人の割合が推計で5割を超え、初めて2人に1人以上となったことがわかった。前回調査の40.2%からは11%増え、51.2%となっている。

●暮らしの目線 大人の永久歯の数は28本あります。この本数は、親知らずがあつたり、個人差によって異なりますが、「入れ歯なしにほとんどのものを食べられる」とされている本数は20本以上が目安とされています。

この度の厚生労働省の調査で、80歳で自分の歯が20本以上ある人の割合は51.2%となり、ついに2人に1人を超えました。前回調査の5年前から一気に10ポイント以上増えています。

ではどうして、この期間でこれほど増えたのでしょうか？

同じ調査では、一日の歯磨きの回数についての質問もありました。歯磨きの回数は、「一日一回」は3.6ポイント減少、「二回」は1.5ポイント増加、「三回以上」は2.1ポイント増となっています。確かに一日に歯磨きをする回数は、前回調



写真はイメージ

査時より増えていることがわかります。しかし、二回以上歯磨きをする割合の増加分を足しても、3.6ポイントにとどまっていますので、回数が増えたことが全ての理由ではないようです。

それなら歯磨きの「質」が変わったのでしょうか。磨き方や費やす時間ももちろんですが、昔に比べて今は店頭には様々な口腔（こうくう）ケア商品が並んでい

ます。歯ブラシや歯磨き粉はもとより、デンタルフロス（糸式ようじ）やマウスウォッシュなど、かつては使うことなかった用品を使う機会も増えています。歯を強くする成分が含まれたガムなどもありますね。こうしたことも、多くの方が健康な歯を保っている一因になっているのでしょうか。いずれにしても、いつまでも健康な歯でいたいものですね。

3か所以上の病院に通院している方は、ご注意ください！

東京都健康長寿医療センターなどの研究班は、東京都に住む75歳以上の方、約130万人のレセプト（診療報酬明細書）を分析し、約20疾患の薬（128種類）の処方状況を調べた。その結果、3か所以上の医療機関に通院している方の約9割が、慢性疾患の薬を5種類以上処方されている



写真はイメージ

ことが分かった。

●暮らしの目線 どんな薬でも、服用するときは副作用に注意しなければなりません。かぜ薬だって、飲めば眠くなるというものもあります。特に複数の持病を抱える方には注意をしてほしいと思います。高齢になると薬を分解する機能が弱まりますし、6種類以上の薬を服用することで、副作用が出やすくなると言われています。副作用の中でも、転倒する危険性は5種類以上で高まるという調査結果もあります。

今回、東京都健康長寿医療センターなどが行った調査では、3か所以上の医療機関に通院している75歳以上の方の

約9割が、5種類以上の薬を処方されていたことがわかりました。調査は自宅や介護施設で暮らす130万人の方のレセプト（診療報酬明細書）を分析し、糖尿病、高血圧、骨粗しょう症、不眠症、泌尿器疾患など約20疾患の薬128種類の処方状況を調査したものです。5種類以上の薬を処方されている方は全体で35%います。内訳をみると、通院する医療機関が増えることにその割合が増え、医療機関に3か所以上通院している方の89%が、5種類以上の薬を処方されていました。

複数の医療機関に通院している方はもちろん、そうでない方も薬の服用には常に注意してくださいね。

がんの死亡率にバラツキあり！ 同じ都道府県内でも市区町村で倍の「差」も！

厚生労働省が6月14日に発表した「都道府県別年齢調整死亡率の概況」によると、「三大死因」と言われるがんや心疾患、脳血管疾患の死亡率が過去最低を更新。5年前の調査と比べ、男性は全都道府県、女性は41都府県で死亡率が低下した。また、全国1741市区町村を対象にがんの死亡率と一人当たりの医療費の関係について日本経済新聞社が5月21日に発表した調査によると、同じ都道府県内でも市区町村間で、死亡率に差があることが分かった。

●暮らしの目線 厚生労働省が行った2015年の調査では、人口10万人あたりのがんの死亡者数は、男女ともに青森

県がワースト1位になっています。男性は二位が秋田、三位が鳥取となり、女性は二位が北海道、三位が秋田と続きます。

ワースト3に東北地方の県が多いのは、一般に塩分の多い食習慣などが影響していると言われてはいますが、それぞれの都道府県の使っている医療費にも大きな関係がありそうに思えます。

今回、日本経済新聞社が行った、全国1741市区町村のがん死亡率と一人あたりの医療費の調査結果によると、同じ都道府県内でも市区町村別に見ると死亡率に大きな違いがあることがわかりました。例えば人口1万人以上の自治体で比較した場合、男性では北海道で最大1.78

倍、女性では鹿児島県で最大2.3倍も死亡率が異なっていました。この調査は、自治体の使う医療費とがんの死亡率との関係を調査したものです。一般に医療費を多く使えば死亡率は低くなりそうなものですが、現実にはそう単純にはなっていないようです。医療費が高くても死亡率が高いケースがあつたり、反対に医療費が低く死亡率も低いという地域もあります。一人あたりの医療費が高いからと言って、一概にがんの死亡率を抑えられるとは言えないようです。

同じがん死亡率の調査をしても、見方次第でいろいろなことがわかるものですね。

ロボットと毎日会話すれば、生活の自立度が3割改善!?

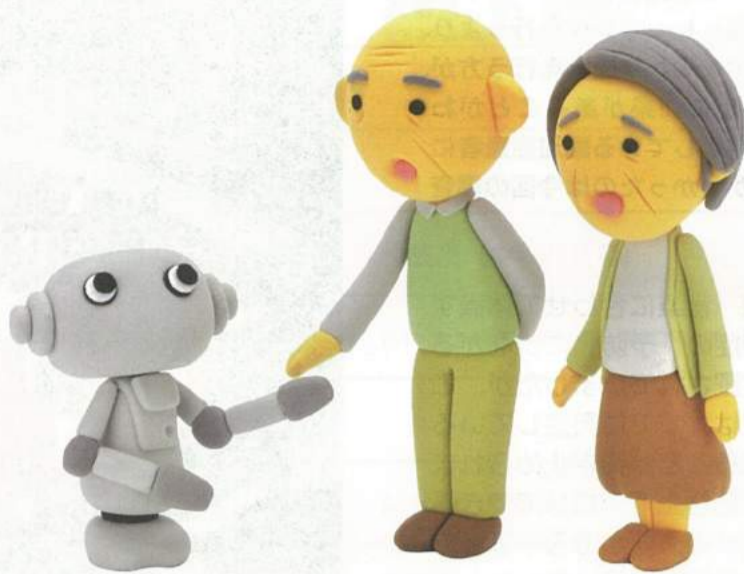
2016年8月から2017年3月にかけて、国立研究開発法人「日本医療研究開発機構」が介護施設98か所で実施した大規模実証実験の結果によると、会話機能などを搭載したロボットとのコミュニケーションによって、高齢者の34%に自立した生活が促進される効果が見られたことが分かった。

写真はイメージ

●暮らしの目線 「介護サービスが充実！ ロボット全室完備」。こうしたうたい文句が介護施設のサービス案内に載る日も、もうすぐかもしれません。

国立研究開発法人「日本医療研究開発機構」がこのたび行った実験によると、施設入居者が会話機能のあるロボットと触れ合うことによって、なんと3割以上の方に生活上の自立度の改善が見られたそうです。特に、自分自身の健康管理や歩行などの運動・移動、行事への参加などにおいて効果が見られました。

実験に使われたロボットは、市販されているソフトバンク社のヒト型コミュニケーションロボット「ペッパー」など17種類。約1000台を用いて、介護が必要な65歳以上の866人を対象に実験を行いました。



介護ロボットというと、これまでは抱き上げ移乗などの介助を行う「力持ち」のロボットの奮闘に注目が集まっていますが、今後は「おしゃべり」ロボットの活躍に注目が集まりそうです。例えばペッパーなら、コミュニケーションを行った一人一人の顔と名前を覚えて、状況に応じて相手と一緒に喜んだり励まし

たり、さまざまな声をかけてくれるそうです。相手がロボットだとしても、やはりそうしたコミュニケーションやふれあいは、生活に必要不可欠なものだということですね。

あ、ここしばらく父と母に連絡していなかったことに気がつきました。週末になったら電話してみようと思います。

「サービス付き」で事故多発 原因は「サービス」とのギャップか!?

朝日新聞は、サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）で起きた事故の実態調査を行った。それによると、2015年1月から2016年8月末までの約1年半で、計3362件の事故が発生していたことがわかった。調査は、全国に約21万戸あるサ高住を監督する114の自治体に情報公開を求める形で実施された。

●暮らしの目線 賃貸住宅に近い感覚で暮らすことができ、自立した高齢者の住



写真はイメージ。事故の4割は骨折だったという

み替え先として人気を集めているサービス付き高齢者向け住宅（サ高住）で、事故が相次いでいることが朝日新聞の調査によって分かりました。サ高住には一日一回の入居者の安否確認と生活相談が義務付けられていますが、2015年1月から約1年半の間に3千件以上の事故が報告されています。調査は全国約21万戸のサ高住を監督する計114の自治体に情報公開を請求する形で行われ、すべての自治体が運営報告書を開示しました。

報告書によると事故件数は計3362件で、そのうち骨折が40%、けが・病気（26%）、薬の配布ミス等（7%）、死亡（7%）、徘徊・行方不明（5%）となっていました。

こうした事故が起こっている理由として、入居者と受け入れ体制のギャップが挙げられています。自立して生活できる高齢者の

方の住み替え先として想定されていたサ高住ですが、実際に入居しているのは、要支援を含む要介護認定を受けた方が9割近くを占め、要介護3以上の重度者も3割となっています。もっと手厚い介護が必要な入居者に対し、十分なサービスが行えない形になっているのです。

こうした流れを受けて、国交省は今年度からサ高住の事業者に対し、新たな情報公開を義務付けます。公開する情報には、常駐する職員の時間帯ごとの人数や直近一年間で施設を退去した人の人数やその理由、事故を防ぐための仕組みがあるかなどの情報が含まれます。ただし、こうした情報公開が義務付けられるのは2017年度以降に新たに登録されたサ高住に限られるようです。自分にあった住まいを選べるように、こうした情報公開はもっと進めてもらいたいものです。

抗認知症薬や抗精神病薬の服用には注意が必要!?

徘徊や妄想など、BPSDと呼ばれる認知症の症状を軽減させるために処方される抗認知症薬や抗精神病薬。その副作用の問題で、厚生労働省の研究班は「かかりつけ医のためのBPSDに対応する向精神薬使用ガイドライン」を2016年の秋に公表した。ガイドラインは2013年に公表した初版を改訂したもので、かかりつけ医向けに、薬を処方する時に注意すべき点がまとめられている。

●暮らしの目線 認知症の症状としてすぐに思い浮かぶのは、物忘れや判断力の

低下ですが、中には徘徊や妄想などの行動、症状が出る方もいます。こうした症状を抑えるために処方される抗認知症薬や抗精神病薬などの薬ですが、服用時には注意すべき副作用があります。

厚生労働省の研修班は、2015年末に500人のかかりつけ医に対しアンケートを行いました。回答ではかかりつけ医の約3分の1が、患者が興奮や妄想を訴えた時に抗認知症薬を使うと答え、半数以上が抗精神病薬を使うと回答しています。

こうした結果を受け、研究班は昨秋

「かかりつけ医のためのBPSDに対応する向精神薬使用ガイドライン」（第2版）を公表しました。これは2013年に公表した初版を改訂したのですが、地域のかかりつけ医に対して薬を処方する際の注意点などがまとめられ、薬を使う効果とデメリットを常に考慮し、まずは薬を使わずに対応することを最優先にすべきだと強調しています。

家族に認知症の方がいて、これらの薬を処方されていたり処方される可能性がある場合は、しっかりとかかりつけ医の説明と考えを聞くようにしてください。

認知症には、「脳トレ」よりも「音楽体操」！ 発症者にも効果が実証！

三重大大学院医学系研究科の佐藤正之准教授らの研究グループが、軽度から中等度の認知症患者に行った調査によると、ドリルやゲームなどで脳トレーニングを行うより、音楽に合わせて体を動かす運動を行う方が、認知症の悪化防止に効果があることがわかった。すでに発症している認知症患者に有効であることがわかったのは今回の調査が初めて。

●暮らしの目線 音楽に合わせて体操することが、認知症の「予防」につながることはすでに実証されていましたが、このたびの実験では、すでに発症している人にも効果があることが突き止められました。実験は、日常生活を自分でできる軽度から、手伝いの必要がある中等度の高齢患者62人を対象に行いました。週一回の頻度で、音楽に合わせて体操を行うチームとドリルやゲームなど脳トレを行うチームに分け、半年後の状況を比べたところ、食事や入浴、着替えなどの日常生活において、音楽体操をした方が動

写真はイメージ。ラジオ体操も音楽に合わせて行う運動の一つ。認知症に効果はあるか！？



作の悪化を防ぐ効果がありました。単純に頭や体を動かすだけでなく、音楽に合わせて体を動かすことで、より効果が高まるということでしょうね。それ

にしても、すでに発症している認知症患者に効果があったというのは朗報です。こうした研究はこれからもたくさん進めていただきたいですね。

死亡リスクが低下 食事のタイプが「欧米型」でも健康か！？

国立国際医療研究センターと国立がん研究センターは2017年5月24日、食事のタイプと死亡リスクの関係についての調査結果を報告した。それによると、肉類や乳製品といった「欧米型」の食事を多くとるタイプの中では、その傾向の強い人は、弱い人よりも死亡リスクが低下する傾向があることが分かった。欧米型の傾向が強いほど死亡リスクは低くなり、最も傾向が強いグループは1割リスクが

低かった。がんや循環器疾患に分けた死因別に見ても同様の傾向が見られている。

●暮らしの目線 食事と健康の関係については、様々な調査や研究が行われていますが、今回は少し意外な結果になったようです。何が意外かというと、肉類や乳製品を多くとる「欧米型」の食事をする人は、その傾向が強いほど死亡リスクが低下することが分かったためです。

調査は40～69歳の男女約8万人を約15年間、追跡調査する形で行われました。食事のタイプを「欧米型」のほか、野菜や豆類、脂の多い魚類などを多く食べる「健康型」、和食を中心とした漬物やみそ汁を好む「伝統型」に分類し、さらにその傾向の強さによってそれぞれ4つのグループに分けて比較しています。

調査結果によると、欧米型の食事を多くとる人はその傾向が強まるほど死亡リスクが低くなることがわかりました。この理由については、欧米型の食事といっても、日本人は欧米人に比べて食べる肉類の量が少なく、乳製品を多くとる傾向があること。また、塩分の摂取量も少ないことなどが挙げられています。「健康型」の食事を多くとる人も、最も傾向が強いグループで死亡リスクが2割低下していました。こちらは順当な結果ですね。「伝統型」の食事では死亡リスクとの関係は見られなかったそうです。

調査結果から考えると、欧米型の食事を好む人でも、「健康のため」と考えて、食事のスタイルを切り替えなくてもお肉や塩分を控えめに食事をとることで、食事を楽しむことができそうです。



写真はイメージ

2万6千人超が参加 塩分を多く摂取している食品のランキング発表！

高血圧の日の5月17日に合わせて、国立研究開発法人の医薬基盤・健康・栄養研究所が、日本人が塩分を多く摂取している食品のランキングを公表した。それによると、一位は「カップ麺」、二位は「インスタントラーメン」、三位は「梅干し」となっている。

●暮らしの目線 5月17日の高血圧の日に合わせ、日本人が塩分を多く摂取している食品のランキングが発表されました。このランキングがどのような基準で順位付けられたのかを調べてみると、「国民健康・栄養調査（2012年、厚生労働省）」で集められた、20歳以上の男女2万6726人が11月のある一日に食べた食品のデータを元に、一日あたりの食塩摂取量を割り出したものだそうです。ですから、通年の食生活状況や習慣的な摂取量を反映しているわけではありません。

とはいえ、どんな食品が上位にきているのか、気になります。以下、一位から20位まで。カップめん、インスタントラーメン、梅干し、高菜の漬け物、ぎゅ

うりの漬け物、辛子めんたいこ、塩さば、白菜の漬け物、まあじの開き干し、塩ざけ、大根の漬け物、パン、たらこ、塩昆布、かぶの漬け物、福神漬、キムチ、焼き豚、刻み昆布、さつま揚げ。三位の梅干し以下には、朝食メニューによく並ぶ名脇役が並んでいます。ご飯が進みそうです。

注目すべきは、一位、二位のカップめん、インスタントラーメン。三位の梅干しの倍以上の食塩摂取量となっています。一食に含まれる食塩の量も多いですが、調理が簡単なだけに食べる頻度も多くなると思います。食塩摂取量の一日常規値は、男性は8グラム未満、女性は7グラム未満となっています。くれぐれも食べ過ぎにはご注意ください。



写真はイメージ

Life & health

健康にまつわる、エッ! ホント!?

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。
参考として読みいただき、お楽しみいただくと幸いです。

エッ!

「チョコで脳が若返る」は
根拠が不十分だった!?

内閣府有識者会議

内閣府の「革新的研究開発推進プログラム (ImPACT)」に採択され、国のプロジェクトとして始まったこちらの研究。

2017年1月には製菓メーカーの明治と共同で、プロジェクトチームからチョコレートの脳活動への影響について発表がありました。発表では「カカオを多く含むチョコレートを食べると脳が若返

る」とされ話題を集めました。どうやら科学的な裏付けは不十分だったようです。

今回、内閣府の有識者会議は、このプロジェクトについて検証を始め、同時に結論が出るまで研究の停止を求めました。

チョコレートを食べれば脳が若返る。そんな「甘い」話は、このままなかったことになってしまうのでしょうかね。

スウェーデン・カロリンスカ研究所など

社会現象にもなった人気ゲーム「テトリス」。落ちてくるブロックを隙間なく並べて、きれいに整列させると高得点が得られる。その爽快感に熱中する人が相次ぎました。たかがゲームというなかれ。このテトリスが、事故や災害等にあった人の救済に役立つという実験結果が発表されました。

実験では、自動車事故に遭遇した人や目撃した人71名を2つのグループに分け、一方のグループに事故から6時間以内にテトリスを行ってもらいまし

た。事故などで心理的な傷を負う障害を「PTSD」と言いますが、事故後1週間後に事故の場面を急に思い出す回数を調べると、テトリスをしなかったグループは平均23回だったのに対し、テトリスをしたグループは平均9回だったことが分かりました。

テトリスでブロックを並べる作業に追われることで、事故の記憶が脳に焼き付くことが弱まったのではないかとされています。なるほど。それが本当なら、嫌なことがあったときは、すぐにテトリスを始めるといいかもしれませんね(笑)。

エッ!

「テトリス」で嫌なことを
忘れられるって

ホント!?

エッ!

人工甘味料入りの
ダイエット飲料は、
脳卒中や認知症に
約3倍なりやすい!?

米ボストン大などの研究チーム

アメリカで砂糖や人工甘味料の入った飲み物の、健康に対する影響を調査する実験が行われました。調査開始から10年以内に脳卒中を発症した97人(調査対象は45歳以上2888人)と、認知症を発症した81人(同60歳以上1484人)に対し、性別や遺伝、喫煙習慣などの影響を差し引いた上で飲料が健康に与える影響を調査しました。

その結果によると、砂糖入りの飲料を飲んでいる人には目立った影響は見られませんでした。人工甘味料入りのダイエット飲料を一日1回以上飲んでいる人は週1回未満の人より脳卒中や認知症になる確率が高まっていました。その差はなんと、約3倍。ただし、なぜ人工甘味料を摂取することでリスクが高まるのかは分かっていません。こういう話を聞くと、「人工」と付くだけで身体に悪そうな感じがしてしまいますね。

味噌だれで食欲アップ!

なすと鶏肉のレンジ蒸し

火を使わずに調理できる一品です。しかも調理時間は冷ます時間をのぞけば約15分。電子レンジでさっと加熱した野菜と鶏肉を、ピリッと胡椒の利いた甘い味噌だれでいただきます。つめたく冷やしても美味しく召し上がれます

【材料 2人分】

鶏むね肉・・・150g なす・・・1本 スズキーニ・・・1本

【調味液】

めんつゆ(2倍濃縮)・・・大さじ1杯 塩・・・小さじ1/2杯

ごま油・・・大さじ1杯

【味噌だれ】

味噌・・・大さじ3杯 砂糖・・・大さじ2杯

粗びき黒こしょう・・・小さじ1杯 水・・・大さじ1と1/2杯

※味噌だれは加熱していないため日持ちしません

【つくりかた】

- 1 鶏むね肉を一口大にそぎ切りにします
- 2 なすとズズキーニを5cm長に切り、4~6等分に縦切りにします
- 3 調味液の材料を混ぜ合わせます
- 4 ビニール袋などに切った野菜と鶏肉、調味液を入れ、かるく揉み込んで下味をつけます
- 5 耐熱容器に移し、ラップをかけて電子レンジ(600W)で5分加熱します
- 6 電子レンジから取り出し、熱いうちに全体を混ぜ合わせたら、しばらく冷まします
- 7 味噌だれの材料を混ぜ合わせます(電子レンジで30秒ほど温めると砂糖が溶けやすくなります)
- 8 野菜と鶏肉を器に盛りつけ、味噌だれをかけたら完成

【料理のポイント】

電子レンジで加熱後、熱いうちに全体を混ぜ合わせて調味液と野菜の水分が均一になるようにします。少し冷ますことで味がしみ込み、美味しく仕上がります

Healthy Life Recipe



池田 かおり

栄養士・調理師・J.S.A. ワインアドバイザー

料理は素材の相性とシンプルさが大事だと考えています。食の大切さ・楽しさを伝えられるようなライフワークを目指し、家族のために料理を作りながら自家菜園も楽しんでいます



これからのお金の運用は「お任せ」で？ 人気集まる「ラップ口座」

日本投資顧問業協会の調査によると、2013年3月末で7689億円だったラップ口座の契約残高が2017年3月末に6兆5702億円と、大きく増加していることが分かった。特に、大和、野村、SMBC日興などの大手証券会社や、三井住友信託銀行などの残高が大きい。

●暮らしの目線 資産の運用をしたいと思っても、知識や経験がないという人が多数を占めるといいます。いや、それより私のように、そもそも運用する資産がないという方も多くいるかも（苦笑）？それでもこれから退職金や相続などで、まとまったお金を受け取る機会もあることでしょ（きっと私にもあるはず！）。そうしたお金の運用先の選択肢の1つとして知っておきたいのが、「ラップ口座」です。

ラップ口座とは金融機関などのプロに資産の運用を一手に任せるサービスのことで、大手証券会社や信託銀行などで扱っています。運用の目的や、希望するリターンとリスクのバランスなどを聞き取り、金融機関がそれに応じた資産配分で運用を行なってくれます。運用を任せる際は金融機関と「一任契約」を結びます。証券会社や信託銀行などでは300万～500万円を最低投資額として利用できます。

便利そうなサービスですが、実際にど



スマートフォンで利用できる「THEO」のホームページ (https://theo.blue/)

れほどリターンがあるのか気になりますね。そこはもちろん運用ですから、晴れの日もあれば曇りの日もあるでしょう。ラップ口座では、代行手数料や運用報酬、口座管理費などを合計すると年間2～3%程度のコストがかかります。仮に安定運用を行って年3～7%のリターンがあっても、それほど魅力ある投資先とは言えないかもしれません。そこはやはりプロに任せるといってもある程度の「目利き」が必要になってくるようです。

もっと手軽に運用をお任せできるの

は「ロボットアドバイザー（ロボアド）」です。こちらはコンピューターが診断を行いますが、実際に運用まで行う会社も増えています。スマートフォンでも利用できるのは「THEO（テオ）」というサービスなら、10万円の運用資金から始めることができます。コンピューターが最善の運用をするとは限りませんが、とりあえず今思うのは、大切なお金を預ける先でもコンピューターやロボットが活躍する時代になったんだな～、という感想です（苦笑）。

万一にそなえておきたい自転車保険 関西で制度化進む

2015年に兵庫県、2016年に大阪府と滋賀県で、自転車利用者への賠償責任保険の加入が条例で義務付けされた。2016年6月からは、滋賀県で年間1000円の保険料で加入できる独自の保険商品「滋賀のけんみん自転車保険」の販売を開始。すでに約1万人の加入者を集めている。

●暮らしの目線 高齢者の方の運転による自動車事故のニュースが後を絶ちませ

んが、交通事故は自動車事故に限ったものではありません。自転車も、道路交通法上では軽車両とされています。ふだん気軽に乗れる乗り物だけに、自転車事故でもしも他人にけがを負わせてしまったら、と考えるとぞっとします。

兵庫県や大阪府、滋賀県などには、自転車の利用者に損害賠償責任保険の加入を義務付ける条例があるそうです。中でも滋賀県が独自につくった自転車保険に

は、約1万人の加入者が集まっています。

あまり耳なれないものですが、自転車保険には月額数百円から年間数千円の金額で加入できるものがあります。自転車に乗る機会の多い方は加入を検討しても良いでしょう。ただし、すでに契約している自動車保険や火災保険などに損害賠償責任保険が付いている場合がありますので、サービスの有無と内容を確認してからにしてくださいね。

終活NEWS 故人となった親族の土地、名義変更忘れていませんか？

法務省が初めて「50年以上、登記の変更がない土地」がどれだけあるのかの調査を行いました。調べたのは全国10か所の地区、所有者12万人弱分の土地です。その結果によると、50年以上変更がない土地は、大都市で6.6%、中小都市・中山間地域では26.6%となっていました。この中には、「所有者不明」の土地となっている可能性があるそうです。どうということでしょうか？



写真はイメージ

土地の所有者が亡くなると、亡くなられた方から相続人へ所有権の名義を変更する必要があります。この変更手続きを「相続登記」といいますが、近年では、相続登記をせずに故人名義のまま放置されているケースが増えています。

相続登記は、「いつまでにしなければならぬ」といった期限が設けられているわけではなく、相続登記をせずに放置していてもペナルティがかせられるわけではありません。また手続きが煩雑な上、土地の価値が低い場合は、登録免許税など手続きに要するコストが土地の価値を上回ることもあり、何世代にもわたって相続登記が先送りになっていることも珍しくはありません。

今回、法務省が行った調査でも、最後の登記から50年以上経過した土地の中

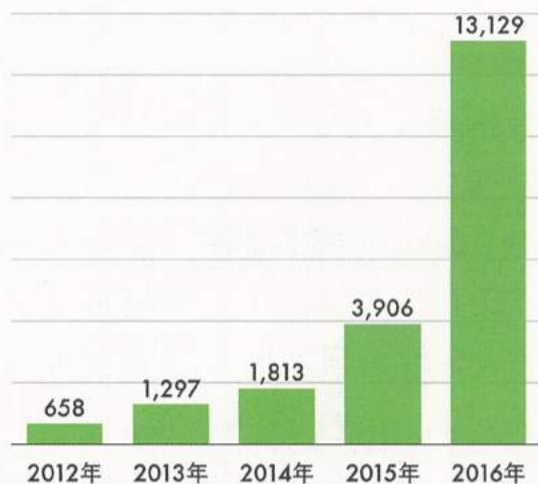
には、所有者の死亡後に相続登記の手続きがなされていないため所有者不明となっている可能性がある指摘されています。土地の所有者が特定できないと災害復旧などの公共事業の障害となることがあります。実際に東日本大震災の復興事業では、被災した宅地を国が買い取る際に、相続登記がされていなかったために所有者不明の土地が続出し、復興の妨げになりました。

今後、所有者不明の土地が増えれば、被災地だけでなく民間事業においても土地の利活用に支障をきたすと懸念されており、相続登記の手続きの見直しが喫緊の課題とされています。まず手始めとして、2017年の5月から「法定相続情報証明制度」がスタートしています。

●「法定相続情報証明制度」の説明は12面に

Dataで見る暮らし

定期購入トラブル相談件数の推移 (件)



消費者白書のデータを再構成

20倍 「お試し」が「定期購入」に。相談件数が4年で20倍

消費者白書

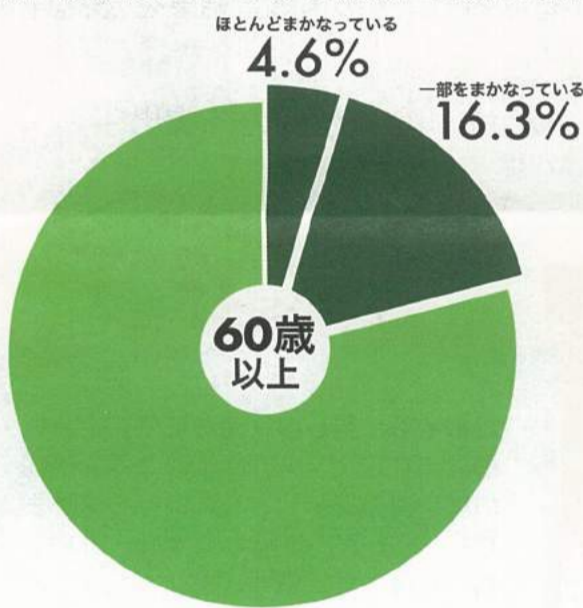
「今なら無料」などとうたい、あたかも「お試し」で利用できるように思わせ、「定期購入」に申し込ませるトラブルが急増しています。政府が発表した2017年版消費者白書によると、全国の消費者生活センターに寄せられた定期購入に関する相談件数は2016年に1万3129件となり、過去最多になりました。

定期購入に関する相談件数の変化を見ると、2012年では658件でしたが、2016年には1万件を突破し、わずか4年の間に約20倍も相談件数が増えています。

同センターに寄せられた定期購入に関する相談の事例では、お試しのつもりで申し込んだら定期購入になっていたとか、一回だけのつもりだったのに定期的に商品が送られてくるなどといったトラブルが多く、さらに解約しようとしても事業者につながらないなどといったトラブルもあるようです。

このようなトラブルに遭遇しないように、お申し込みや契約をする際は、定期購入などが条件になっていないか、契約内容や解約条件などをしっかりと読み、確認してください。

学生を除く18歳以上の子や孫の生活費を一定以上負担している60歳以上の方の割合



内閣府の調査データを再構成

20.9% 子や孫の生活費を負担している60歳以上の方

内閣府

内閣府の調査によると、60歳以上の方たちの約2割が、18歳以上の子や孫の生活費を負担していることがわかりました。

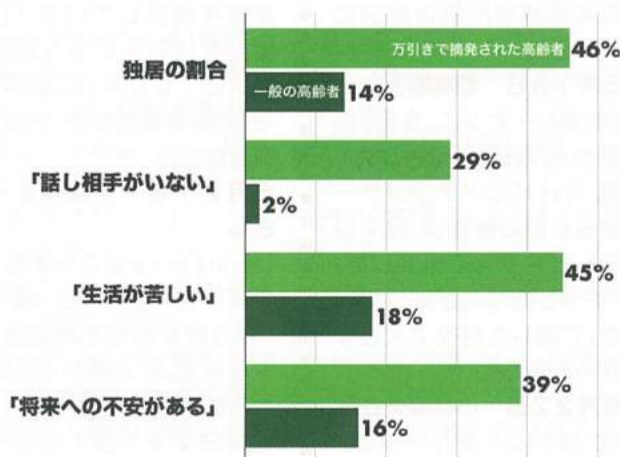
この調査は、2016年6月に全国の60歳以上の男女2千人を対象に行われました。その結果、学生を除く18歳以上の子や孫のいる割合は全体の83.4%で、そのうち子や孫の生活費の「一部をまかなっている」と答えた人は16.3%、「ほとんどまかなっている」と答えた人は4.6%となりました。

生活費を負担している子や孫との関係

について詳しく見てみると、約7割が同居しており、そのうち約8割の子や孫は仕事をしています。無職は約2割でした。働いている子や孫の就業状況は、正社員や職員が47.5%、パートやアルバイトが19.8%、自営などが7.6%となっています。

非正規労働者の増加やワーキングプア(働いても貧困から抜け出せない労働者)などが社会問題になっていますが、働いても自分の生活を支えられない若者世代を親や祖父母世代が支えている構図に、社会がなっているようです。

万引きをして摘発された高齢者と一般の高齢者の比較



東京都、警視庁の調査をもとに再構成

46% 万引きをして摘発された高齢者の独居の割合

東京都、警視庁

東京都と警視庁が協力して、全国で初めて高齢者による万引きの背景を探るための調査・分析を行いました。その調査は、2016年9～11月に万引きで摘発された65歳以上の56人と、都内の一般の高齢者1300人を対象に行われ、2つの調査結果が比較・分析されました。

その結果、万引きした高齢者は一般の高齢者よりも孤独で、生活の不安をより多く抱えていることがわかりました。

独居の割合は一般の高齢者が14%なのに対して、万引きで摘発された高齢者は46%と高くなっています。また「話し相

手がない」割合は、一般の高齢者がわずか2%だったのに対して、万引きで摘発された高齢者は29%と大きな差が見られました。

生活に対しても、「大変苦しい」「やや苦しい」割合が一般の高齢者は18%、万引きで摘発された高齢者は45%、「将来への不安がよくある」割合も一般の高齢者は16%、万引きで摘発された高齢者は39%と差が開いています。

この結果から、疎外感や不安感が万引きを引き起こす要因のひとつになっていると考えられるかもしれません。

楽しむ Quiz クイズ

[2017年5月～6月]の出来事を振り返ります

クイズ頭の体操！ふりかえってQ^{キュー}

() に当てはまる人名・用語は何でしょう？

少し前のことを思い出す、頭の体操です。

★の問題にはヒントがあります。

- 5/3 安倍首相が、憲法改正について意向を公表。2020年の施行を目指す方針を表明した
- 5/10 朴槿恵(パク・クネ)前大統領の罷免に伴い行われた韓国の大統領選で、(①)氏が勝利★
- 5/14 フランス大統領選で、(②)氏が勝利。フランス史上最年少、39歳で大統領に就任★
- 5/16 秋篠宮ご夫妻の長女眞子さまが、国際基督教大学(ICU)在学時の同級生、(③)さんと婚約★
- 5/20 世界ボクシング協会(WBA)ミドル級王座決定戦で、(④)氏が判定負け。日本人では最重量階級の王座獲得を目指すも快挙を逃す
- 5/26 米ツアー通算9勝、国内15勝を挙げ、元世界ランキング1位を記録した人気女子ゴルファー(⑤)氏が、今季限りでの引退を発表
- 5/28 世界三大レースの一つインディ500で、アジア人として初めて元F1ドライバーの(⑥)氏が優勝
- 5/31 今年の夏場所で11勝4敗の成績を残した関脇(⑦)氏の大関昇進が決定
- 6/1 米国トランプ大統領が、地球温暖化対策の国際ルール「(⑧)協定」からの離脱を表明
- 6/15 学校法人「(⑨)学園」の獣医学部新設を巡る問題で、文部科学省は内部文書の再調査結果を公表。早期開設を「総理のご意向」などと記した文書の存在を認めた
- 6/22 秘書に対するパワハラや暴行を報じられた、自民党の(⑩)氏が衆院議員が離党届を提出

ヒント

次期大統領は文武両道でお願いします

朴槿恵(パク・クネ)前大統領のスキャンダルが大きく報じられた影響から、韓国の大統領選には注目が集まりました。見事、大統領選に勝利した彼には、近隣国家の問題も武力解決ではなく文武両道のスタンスで、解決に導いてくれることを期待しています

ヒント

仏大統領選を圧倒的な大差で勝利！

フランス史上最年少。相手候補に得票率で32%の大差をつけ、大統領の座を勝ち取りました。ライバルのルペン氏も、敗北を認めざるを得ないほどの圧倒的勝利でした。人気の秘密は、フランス菓子でも有名なマカロンのように「甘い」マスク？ 今後、どのような政権を築いていくのでしょうか

答えは
12ページ

ヒント

お相手は、麗しの「海の王子」！？

横浜市在住で、2010年には「湘南江の島 海の王子」として活動していました。「王子」の選考条件は、東京都もしくは神奈川県在住で、18歳以上の未婚男性。健康的で明るく、教養豊かな人であることだったそうです。この春に就職した先は法律事務所。知性と正義感にあふれる彼は、まさに眞子さまにふさわしいお相手ですね

訃報

ご冥福をお祈りいたします

- 5月3日 月丘夢路さん (つきおか・ゆめじ=本名・井上明子=いのうえ・あきこ、女優)肺炎のため死去。95歳。宝塚歌劇団の元娘役スターで、映画やテレビドラマのほか、バラエティ番組やCMにも数多く出演した。夫は映画監督の故・井上梅次さん
- 5月15日 日下武史さん (くさか・たけし=本名・日下孟=くさか・たけし、俳優)誤嚥性肺炎のため死去。86歳。劇団四季の創立メンバーの1人で、舞台を中心にテレビや映画などで活躍した。洋画の吹き替えやナレーションでも人気があった
- 5月21日 与謝野馨さん (よさの・かおる、元衆議院議員)肺炎のため死去。78歳。自民・民主の両政権で閣僚を務め、政界きっての政策通として知られた
- 5月23日 ロジャー・ムーアさん (ろじゃー・むーあ、イギリスの俳優)がんのため死去。89歳。スパイ映画「007」の3代目ジェームズ・ボンド役で国際的スターとなり、人気を集めた
- 5月31日 杉本苑子さん (すぎもと・そのこ、小説家)老衰のため死去。91歳。直木賞を受賞した「孤愁の岸」など多くの歴史小説を世に送り出した。2002年に文化勲章を受章
- 6月9日 アダム・ウェストさん (あだむ・うえすと、アメリカの俳優)白血病のため死去。88歳。テレビの人気シリーズ「バットマン」の主人公バットマン役で親しまれた
- 6月12日 大田昌秀さん (おおた・まさひで、元沖縄県知事)呼吸不全と肺炎のため死去。92歳。沖縄知事を2期8年務めて、沖縄の米軍基地問題の解決に尽力した
- 6月13日 野際陽子さん (のぎわ・ようこ、女優)肺腺がんのため死去。81歳。NHKのアナウンサーから女優に転身し、数々のテレビドラマに出演した。「ずっとあなたが好きだった」で演じた姑役で大きな評判を呼んだ
- 6月22日 小林麻央さん (こばやし・まお=本名・堀越麻央=ほりこし・まお、フリーアナウンサー)乳がんのため死去。34歳。自身の闘病生活をブログで発信し、イギリスのBBCが毎年発表している「影響力を持ち人の心を動かす女性100人」に選ばれた。夫は歌舞伎役者の市川海老蔵さん
- 6月27日 金原まさ子さん (きんばら・まさこ=本名・金原マサ=きんばら・まさ、俳人)胃がんのため死去。106歳。49歳から俳句を始め、100歳から始めたブログで1日1句発表していた

季節と暮らしを
もっと味わおう!

2017 歳時 Calendar

9 September

1 金	大安	二百十日 (にひゃくとおか)、防災の日 台風が来る確率が高いとされる日。防災の日のこの日には災害対策や保存食をチェック!
2 土	赤口	
3 日	先勝	
4 月	友引	
5 火	先負	サッカー・ロシア W 杯アジア最終予選 (対サウジアラビア)
6 水	仏滅	
7 木	大安	白露 (はくろ) 草木の葉や花弁に降りた露が白く見え、秋の気配が感じられる頃
8 金	赤口	花巻まつり (岩手、10日まで)
9 土	先勝	重陽の節供 (ちようようのせつく) 五節句のひとつ。「菊の節句」の別名があり、菊花ずしや酢の物などを楽しむお節句に
10 日	友引	大相撲9月場所 (24日まで)
11 月	先負	二百二十日 (にひゃくはつか) この日も台風の日。「風祭」といって農作物を守るための行事が各地で行われる
12 火	仏滅	
13 水	大安	
14 木	赤口	
15 金	先勝	
16 土	友引	岸和田だんじり祭 (大阪、17日まで)
17 日	先負	
18 月	仏滅	敬老の日 聖徳太子がお年寄りや病人を助ける「悲田院」を設立した日が起源とされる
19 火	大安	
20 水	友引	彼岸入り お彼岸に「おはぎ」をお供えするのは「萩の花」に見立ててのことだとか
21 木	先負	
22 金	仏滅	
23 土	大安	秋分の日 彼岸の中日。「暑さ寒さも彼岸まで」と、少しずつ過ごしやすくなっていく頃ですね
24 日	赤口	
25 月	先勝	
26 火	友引	彼岸明け お墓参りやお仏壇をきれいにするのはこの日までに
27 水	先負	
28 木	仏滅	
29 金	大安	
30 土	赤口	

10 October

1 日	先勝	衣替え、競馬・凱旋門賞 (フランス) 空気が乾燥するので、靴や座布団などの虫干しにも最適。陰干しで風を通しましょう
2 月	友引	
3 火	先負	
4 水	仏滅	十五夜 (中秋の名月) 一年で最も美しい満月の日。静かに月をながめて、風情あるひと時を
5 木	大安	F1・第16戦日本GP開幕 (鈴鹿、8日まで)
6 金	赤口	
7 土	先勝	長崎くんち (長崎、9日まで)、岸和田だんじり祭 (大阪、8日まで)
8 日	友引	寒露 (かんろ) 寒露とは晩秋から初冬にかけて、野草に宿る冷たい露のこと。本格的な秋の到来に雁が飛来します
9 月	先負	体育の日、高山祭 (岐阜、10日まで)
10 火	仏滅	とくとたらり (とうとたらり) 十月十日で生まれる赤子にちなんだ節日の日。元旦からこの日までを振り返ります
11 水	大安	
12 木	赤口	
13 金	先勝	
14 土	友引	灘のけんか祭り (兵庫、15日まで)
15 日	先負	神嘗祭 (かんなめさい、三重、17日まで)
16 月	仏滅	
17 火	大安	
18 水	赤口	
19 木	先勝	
20 金	先負	秋土用入 (11月6日まで)、二十日恵比寿、リサイクルの日 秋の土用が満ちるに当たります。咳や鼻水など風邪の症状に注意しましょう
21 土	仏滅	
22 日	大安	競馬・菊花賞 (京都)、時代祭 (時代行列、京都)
23 月	赤口	霜降 (そうこう) 秋が一段と深まり、朝露が見られる頃。読書や編み物をして秋の夜長を楽しむのもいいですね
24 火	先勝	
25 水	友引	
26 木	先負	
27 金	仏滅	第45回東京モーターショー2017開催 (東京、11月5日まで)
28 土	大安	紅葉狩り (11月中まで)、野球・2017日本シリーズ開幕 (11月5日まで) 真っ赤に色づいた紅葉を楽しんだら、そろそろ季節は冬へ近づきます
29 日	赤口	競馬・秋の天皇賞 (東京)
30 月	先勝	
31 火	友引	ハロウィン (サウインの祭り) ハロウィンの起源ともいわれる「サウインの祭り」では、この日に火を灯して先祖の霊を迎えます

Information



これってどこで
手に入るの?

「(本紙)を購読したいけれど、
どこで手に入りますか？」

という読者の皆様。

本紙は1面に記載されている配布元が、
配布している情報紙です。

配布について詳しくは、
1面に記載されている配布元
または、本紙を制作している
製作委員会にお問い合わせください。

「SONAEL」製作委員会
編集部
〒170-0013 東京都豊島区東池袋 1-35-9 9F
Tel 03-5927-1273 Fax 03-5927-1274

- 広告掲載、配布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
また正確な情報をお届けするよう心掛けておりますが、情報
はあくまで記事執筆時点のものであり、最新の情報ではない
場合がございます。あわせてご了承ください

© 本紙掲載記事の無断転載を禁じます
SONAEL17AUG025

国民生活センターからのお知らせ

格安スマホ 契約前にサービス内容を確認しましょう

メールマガジン第281号 (2017年5月23日)

〈内容〉格安スマホをインターネットから契約したが、使い方や不明な点を問い合わせても、実際の店舗がなく、サポートの電話窓口しかないが、何度かけても話し中でつながらない。家族や周りの人に聞きながら使ってきたが、事業者にしか分からないこともあると思う。何とかしてほしい。(60歳代 男性)

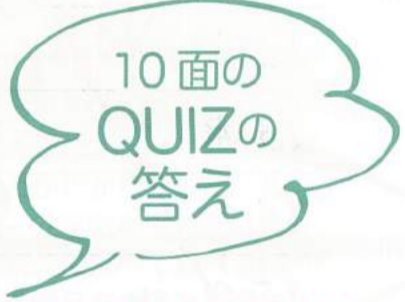
〈ひとこと助言〉

- ・ いわゆる「格安スマホ」を契約して使ってみたところ、今までの携帯電話と同じ内容のサービスが受けられなかったという相談が寄せられています。
- ・ 格安スマホ会社の中には実際の店舗がなく、故障時の対応や問い合わせ窓口が電話やホームページ等に限定されている場合もあります。契約前に、サポート体制等のサービス内容についてよく確認しましょう。
- ・ 格安スマホは、独自のメールアドレスの提供がなかったり、故障時に代替機の貸し出しサービスが有料であったりするなど、今までの携帯電話会社とサービス内容が違う場合があります。自分が必要とするサービスを確認し、よく検討してから契約するようにしましょう。
- ・ 不安に思うことやトラブルが生じた場合には、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(消費者ホットライン 188)

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。
消費者ホットライン 188 は、身近な消費生活相談窓口をご案内する電話番号です。
(本情報は、国民生活センターの協力で掲載しています)
【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

- ①文在寅 (ムン・ジェイン) ⑥佐藤琢磨
- ②マクロン ⑦高安(たかやす)
- ③小室圭 ⑧パリ
- ④村田諒太 ⑨加計
- ⑤宮里藍 ⑩豊田真由子

あなたは何問、思い出せましたか？



【法定相続情報証明制度】
被相続人と法定相続人全員の氏名や生年月日、続柄などの情報をまとめた証明書を発行する制度のことで、2017年の5月から全国の法務局で運用がスタートしています。

従来の制度では、相続登記や預貯金の解約を申請するたびに、被相続人の出生から死亡にいたるまでの戸籍と、相続人全員の戸籍などを揃えて提出する必要がありました。しかし、手続きごとに戸籍一式を揃えていたのでは費用負担が大きく、手間がかかりすぎるといった問題がありました。

新制度では、戸籍一式と相続関係一覧図などを法務局に提出すれば、「法定相続情報一覧図の写し」が無料で発行されるので、以後は戸籍一式に代わってこの証明書1枚で相続手続きを進めることが可能となります。この証明書を様々な手続きに利用することで、相続手続きに要する負担が軽減されます。

鳴法堂辞典

聞けば分かるよ、なるほどじゃん

ほうていーそうぞくーじょうほうーしょうめいーせいど

- 証明書の発行に必要な書類の収集・作成については弁護士や司法書士、税理士や行政書士などの専門家に相談してみるとよいでしょう。



一年金を60歳からもらっている人と、70歳からもらっている人がいます。何が違うのですか？

公的年金は原則65歳から受給がスタートします。この受給開始年齢を遅くすることを「繰り下げ」といい、早めることを「繰り上げ」と言います。繰り下げ受給は最長で70歳まで、繰り上げ受給は60歳以上から選ぶことができます。

一もらえるなら、なるべく早く受給をした方がいいような気がしますね。

そうですね。2015年度の老齢基礎年金の受給者は2974万人いますが、そのうち397万人が繰り上げ受給をしています。ただし、受給を繰り上げる期間に応じて1か月ごとに受け取る年金が0.5%ずつ減ってしまいます。もし5年繰り上げて60歳から受給を開始するなら、30%減額されることとなりますので注意が必要です。

年金受給、どっちが得か。 繰り下げる？ 繰り上げる？



「えー！ そうなんですかー。それでは損をしてみますね。」

反対に受給開始を繰り下げると、1か月ごとに0.7%ずつ受け取る年金が増えていきます。ですから70歳から受給を開始した場合は42%の増額になります。

一繰り上げたときに比べると、だいぶお得なようですね。

それでも、繰り下げ受給を実際に行っている方は38万人で、繰り上げ受給をする方よりも10分の1以下の人数になっています。繰り下げ受給のメリットが出るのは早くも82歳以降です。70歳に繰り下げした場合に、受給する年金の総額が65歳からスタートした場合を上回るのは、おおむね82歳だからです。2015年の日本人男性の平均寿命は80.79歳、女性は87.05歳ですから、女性の方が繰り下げ受給を選択しやすいといえるかもしれません。

一82歳まで年金を受給するのなら、得をするということですね。

そうです。ですから、特に女性の方で、預貯金などの蓄えが十分にあり、70歳まで年金に頼らずにいられそうなら、有効な選択肢と言えるでしょう。また、会社員だった方なら、基礎年金か厚生年金のどちらか一方を繰り下げて受給することもできます。

年金受給の損得については、どれだけ長生きできるかにもよりますので、答えを出すのは難しいものです。でも、さまざまな選択肢があることは知っておくと良いと思います。

大好評、柴田典子さんの終活エッセイ！

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

終活の裏側、そっとお話しします

Essay

オンライン・コンサルティング、始めました。

昨年の10月に、ある葬儀社さんから「終活セミナーを開催したいので、コンサルティングをしてくれませんか？」とお話をいただきました。でも、遠方の会社でしたから行き来する交通費と宿泊費を考えるだけでも料金が高くなってしまい、時期的にも葬儀社が忙しい時期で、スケジュールを合わせるのも難しいような状況でした。

「それならば」と、大切な内容のときだけお伺いして、ふだんはインターネットでコンサルティングしましょうかと提案し、オンライン・コンサルティングが始まりました。

そうしたかたちで一社が始まって、今年からはもう一社、オンラインでのコンサルティングを行っています。インターネット越しでも、資料をカメラに写して画面で見せながら、教えたことを伝えることができます。

もちろん、私がそうしたことが得意なわけではありません。スマホだって、私がふだん使っているのはメールとインターネットくらいです。それができるのは、うちの若いスタッフがすべて準備万端、お膳立てをしてくれるからです。事前に先方にメールで資料を送って、パソコンをセッティングし、テレビ会議ができるようにしておいてくれます。どんなにあがいても私にはそんなことはできません（苦笑）。

私はカメラとマイクの前に座って待っています。スタッフが「ここからは柴田が説明します」と言ったら、バトンタッチ。私は「はい、こんにちは」と話し始めるだけなので、楽なものです（笑）。

はじめのお客様は、終活セミナーを開催した経験がないので、掲示物をひとつ作るにしても「どういうものを作りたいですか？」「どうやって貼ればいいですか？」と、さまざまな質問をいただきました。うちのスタッフが作った挨拶文の出来映えには驚いた様子で、「どこの本に載っているんですか？」と質問されました。ですから、「いいえ、これは私達で作っているんですよ」ということも画面越しに答えました。

今回は初めての経験で、式次第から休憩室に置くアメニティの一つ一つまですべてご相談に乗り、コンサルティングの料金に合わないと思うくらい一緒にセミナーを作り上げました。だから今、この調子でオンラインでやっていたら、これから大変よってスタッフと話しています（苦笑）。

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とっぷり浸かって、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>





2017.08 樹楽はおかげさまで107施設

その地域に、本当に必要とされる施設であること。 樹楽は、利用者様の元気を毎日全力でサポートします！

施設見学 ご利用のご相談 樹楽で働きたい 樹楽 ウェブ検索

神戸住吉 神戸市東灘区住吉宮町 2-13-11 TEL.050-3620-5868 宝塚売布 宝塚市売布 1-10-16 TEL.0797-51-5000 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.0698-43-5353 岡山県 西中新田 倉敷市西中新田 320-5 TEL.086-441-8460 香川県 六条 高松市六条町 556-3 TEL.087-860-3848 もとやま 高松市元山町 1060-2 TEL.087-813-6288 福岡県 須恵町 粕屋郡須恵町佐谷 1715-11 TEL.092-957-6007 西長住 福岡市南区西長住 2-7-24 TEL.092-555-3190 唐の原 福岡市東区唐原 2-11-23 TEL.092-692-8181 熊本県 にしぼる 熊本市東区保田窪 4-7-36 TEL.096-285-1261 白石 熊本市南区白石町 698番地 TEL.096-223-5340	深江橋 大阪市城東区永田 4-13-16 TEL.06-6964-7755 中島 大阪市淀川区中島 1-18-8 TEL.06-6476-5787 阿倍野北島 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 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 兵庫県 西芦屋 芦屋市津町 7-7 TEL.0797-34-9350 芦屋 芦屋市東山町 29-36 TEL.0797-69-7693 甲東園 西宮市甲東園 2-7-19 TEL.0798-78-6655 川西水明台 川西市水明台 2-1-36 TEL.072-744-3368 稲葉荘 尼崎市稲葉荘 2-6-21 TEL.06-6439-6980	大阪府 たかつき 高槻市野見町 6-58 TEL.072-668-4143 近鉄八尾 八尾市北本町 1-4-27 TEL.072-924-6154 大野台 大阪狭山市大野台 6-1-1 TEL.072-289-6426 港晴 大阪市港区港晴 4-18-18 1F TEL.06-6576-6686 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 くまどり 泉南郡熊取町大久保中 4-9-7 TEL.072-447-5620 松原 松原市西大塚 2-1-19 TEL.072-206-8800 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	静岡県 下田東本郷 下田市東本郷 1-16-7 TEL.0558-23-3020 領家の風 浜松市中区領家 1-14-26 TEL.053-581-8695 三島青木 三島市青木 211-12 TEL.055-943-7517 岐阜県 日野東 岐阜市日野東 1-16-14 TEL.058-247-5232 愛知県 茶屋ヶ坂 名古屋市中千種区赤坂町 5-53 TEL.052-739-5432 本郷 名古屋市中東区本郷 1-248-1 TEL.052-768-6213 滋賀県 近江守山 守山市播磨田町 979番地 TEL.077-514-2215 比叡山坂本 大津市下坂本 5-15-57 TEL.077-577-2215 近江石山 大津市大平 1-24-6 TEL.077-531-2212 京都府 京都伏見 京都市伏見区南寝小屋町 54番地 TEL.075-604-5332 醍醐 京都市伏見区醍醐中山町 20番地2 TEL.075-575-5015	川崎平間 川崎市中原区上平間 1700-214 TEL.044-589-7102 相模大野 相模原市南区旭町 18-12 TEL.042-815-0095 川崎浅田 川崎市川崎区浅田 1-10-12 TEL.044-201-4797 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 大船 横浜市栄区大船 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 横浜瀬谷 横浜市瀬谷区五目町 25-40 TEL.045-459-6937 よみうりランド前 川崎市麻生区多摩東 1-19-15 TEL.044-543-8780 千代ヶ丘 川崎市麻生区千代ヶ丘 9-9-2 TEL.044-455-5441	東京都 2017.08月新開所 江戸川篠崎町 江戸川区篠崎町 7-15-20 TEL.03-3698-8334 みんなのわ 八王子市片倉町 1395番 21号 TEL.042-638-8490 桜ヶ丘 多摩市桜ヶ丘 3-36-1 TEL.042-400-6460 江戸川瑞江 江戸川区江戸川 3-19-16 TEL.03-5664-3707 立川 立川市一番町 4-51-16 TEL.042-520-0240 くめがわ 東村山市萩山 3-14-19 TEL.042-306-4373 福生 福生市福生 1167-15 TEL.042-513-7248 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 板橋橋 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 神奈川県 中央林間 大和市下鶴間 1594-4 TEL.046-283-3830 相武台 相模原市南区相武台 2-16-5 TEL.046-283-2680	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 埼玉県 朝霞本町 朝霞市本町 2-17-4 TEL.048-485-8584 北越谷 越谷市大沢 3406-5 TEL.048-916-5017 戸田 戸田市喜沢 2-9-9 101号 TEL.048-234-0006 シニアサロン 樹楽イオン浦和美園店 さいたま市緑区美園五丁目50-1 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 千葉県 秋津 習志野市秋津 4-17-15 TEL.047-427-5865 流山平和台 流山市平和台 2-8-8 TEL.04-7128-7353 浜野 千葉市中央区村田町 77-17 TEL.043-386-6066 上花輪 野田市上花輪 1133-9 TEL.04-7199-3636 小倉台 千葉市若葉区小倉台 4-15-11 TEL.043-309-5138	青森県 おいの杜 弘前市猿森字西元 3-9 TEL.0172-88-6811 宮城県 仙台泉 仙台市泉区泉ヶ丘 3-9-1 TEL.022-739-8539 福島県 2017.08月新開所 郡山和 郡山市富田町下双又 14-153 TEL.024-953-5180 郡山歩 郡山市亀田 1-24-19 TEL.024-954-8957 郡山大槻 郡山市大槻町字針生前田 117-3 TEL.024-953-4985 郡山萌 郡山市亀田 1-15-1 TEL.024-983-1357 新潟県 上増田 上越市東区上増田字東野 122-1 他 TEL.025-546-7341 富山県 向新庄 富山市向新庄町1-5-30 TEL.076-451-5573 堀川南 富山市大町56-2 TEL.076-464-3157 高岡 高岡市明野町 6-1 TEL.0766-54-0732 茨城県 土浦中 土浦市中 199-9 TEL.029-886-5265 五浦 北茨城市大津町字五浦 3-17-1 TEL.0293-44-6772
---	--	---	---	--	--	---	--



8月開所 樹楽 郡山和

福島県郡山市富田町下双又 14-153
TEL.024-953-5180 FAX.024-953-5181

8月開所 樹楽 江戸川篠崎町

東京都江戸川区篠崎町 7-15-20
TEL.03-3698-8334 FAX.03-5879-8776

大阪府 深江橋

大きな笹に、七夕飾り☆☆

香川県 もとやま

もとやまの七夕祭り

大阪府 阿倍野北島

作品「川辺のほとり」

大阪府 住之江粉浜

作品「花火」

兵庫県 西芦屋

七夕の願い…
健康に長生き出来ますように☆

東京都 くめがわ

第一回 久米川運動会開催！
機能訓練の先生監修のもと、皆さん
適度な疲れで元気に楽しめました！

東京都 足立谷在家

広ヶ谷戸(さいたま市南区)の
御神輿の前で撮影！地域の皆様、
本当にありがとうございました！

静岡県 下田東本郷

のんびり寛ぎ中の
仲良し2人組です

岡山県 西中新田

安養寺にアジサイを
見に行った時の写真です。

新潟県 上増田

紫陽花を見に行ってきました。
暑い日でしたが
心地よい風が吹いていました。

神奈川県 横浜すみれが丘



ご利用者様と一緒に近くのペットショップに行きました

神奈川県 川崎鷺沼



夏始まりスイカ割りをしました。なかなか割れません。

兵庫県 川西水明台



七夕様 願いをかなえて～(^^)

大阪府 港晴



天気の良い日はいつも施設の前で「きらくカフェ」を楽しんでいます！

熊本県 白石



風船バレー 100まで後何回？

福岡県 西長住



博多の夏の始まりは山笠からです。

福岡県 須恵町



七夕の短冊に願いを込めて... [みんな健康でありますように☆]

東京都 成増



戦車をバックにりっくんランドにて

兵庫県 神戸住吉



夏本番、神戸から暑中お見舞い。七夕は和気あいあい、沢山食べてスタミナつけよう！

大阪府 松原



女子会で～す！

香川県 六条



お誕生日会にボランティアの皆様とハワイアンダンス♪

大阪府 堺初芝



涼を愉しみ、麺に熱中

千葉県 秋津



うちわ作り

神奈川県 相模大野



今月の壁飾りはハイビスカス♪完成後に美女3人で記念撮影♪

富山県 高岡



七夕飾り「私・ねがい・書きました」「私たち飾ってます」

神奈川県 中央林間



七夕

神奈川県 相武台



体操が終わった後。女性同士の話はつきません 笑

滋賀県 近江石山



旗揚げ体操

滋賀県 比叡山坂本



七夕に浴衣でおめかし

滋賀県 近江守山



七並べで真剣勝負

大阪府 万博南



一緒に飾り付けをしました♪

大阪府 たかつき



古希のお誕生日！おめでとうございます！

富山県 堀川南



今日はみんなで天ぷらと冷やしそばを食べました。みんなで食べると美味しい美味しい。

岐阜県 日野東



流しそうめん。皆さんすくうのがお上手です。

8月の樹楽日和

きらくびより

樹楽 加納 (きらく かのう)

〈事業所番号 2775011527〉

施設見学・ご利用のお問い合わせ お気軽にどうぞ!!

〒578-0901 大阪府東大阪市加納 7-12-23
TEL.072-872-1081 FAX.072-872-1082



今年の7月で無事に3周年を迎える事が出来ました、樹楽加納です。
この3年間にガレージセール等を開催し、地域の皆様との交流も一層深まり、
ケアマネ様・ご家族様がお立ち寄りやすい雰囲気作りにも努めてまいりました。
加納では寄り添う介護・笑いが溢れる、家庭的な雰囲気を大切に
皆様をお迎えしています。

この3年間には色々な出来事に喜怒哀楽しながらも、一生懸命協力しあえる
スタッフに恵まれ、皆で作りに上げている事を実感しています。

今後もケアマネ様からのご意見を頂戴しつつ、ご利用者様、ご家族様に安心して
“樹楽加納なら!!”と満足して頂けるよう、スタッフ一同初心を忘れず
全てはご利用者様の笑顔のためにこれからも元気でがんばります!!



管理者：片山葉子

施設の様子はこちらからどうぞ→
樹楽加納 施設ブログ



【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. 「利用者様とそのご家族の声」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。

あつこく
あつこく
あつこく
あつこく
あつこく
あつこく
あつこく
あつこく
あつこく
あつこく



地域に密着した
アットホームな
デイサービス

樹楽

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 全国通所介護事業者連絡会 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

施設名