



配布

◎本紙は私たちがお届けする、「暮らしの情報新聞」です(非売品)

発行:「SILVER-LIFE新聞」製作委員会 〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-35-9 9F 電話03-5927-1273(代)

THE SILVER-LIFE SHIMBUN
TSS16OCT020

60~74歳のお小遣いの月平均額は 2万6,820円



10年前から4,800円ダウン!

1986年	2万8830円
1996年	3万3450円
2006年	3万1620円
2016年	2万6820円

博報堂生活総合研究所の調査データ

博報堂生活総合研究所が2016年2~3月に行った調査によると、60~74歳の月平均の小遣い額が2万6,820円となっていることがわかった。同研究所では、1986年から10年ごとに同様の調査を行っている。今回の調査は首都圏の男女700人が回答した。

●暮らしの目線 同世代の皆さんは、一か月のお小遣いが「2万6,820円」と聞いて、どのように感じるでしょうか? 「少ないなあ」と感じる方がいる反面、「えっ、そんなにあるの!？」と驚く人もいますでしょう。

お金に対する価値観は人それぞれだと思いますが、何よりも問題なのは、このお小遣いの額が調査を重ねる度に減っていることではないでしょうか。遠い記憶のあの頃、子供の頃にもらっていたお小遣いは年を重ねるごとに増えていくのが当たり前だったのに、今はそれが当然のように減っているのですね。あー涙!

お小遣いの平均額は、10年前の2006年と比べると4,800円、20年前と比べると6,630円も減っています。

バブル景気の始まる30年前と比べても2,010円少ないという事実! 調査による平均額ですから、誤差もあるだろうと思いたいところですが、この調査は対面式で、30年間ほぼ同じ質問内容で行われているそ

うなので、世相や現実をかなり如実に反映しているものと思われま

うなので、世相や現実をかなり如実に反映しているものと思われま

不安のもと「長生き」!?

では、どうしてお小遣いが減っているのでしょうか。お財布を握っている奥様が強くなったから? いえいえ、それならおねだりのひとつでもして「賃上げ」ができそうなものですが、こうした傾向の裏には、この世代特有の強い節約志向があるようなのです。

その証拠に、同じ調査で「生活について」聞いた質問には、半数近くの方が「先の見通しが暗い」と答えています。高齢化と平均寿命の延伸が進む日本。それは喜ばしいことですが、その一方で、自分が思っているよりも長生きして老後資金が底をつく。年々お小遣いを減らしていくシルバー世代の背景には、どうやらそうした不安感があるようです。

「長い老後」のリスクに備える

金融広報中央委員会が、2016年2~3月に全国2万5千人を対象に行った「金融リテラシー調査」によると、50代の男女で、「老後の生活費の必要額を認識している」人は54.4%、「老後の資金計画を立てている」人は38%、「将来受け取れる公的年金の金額を理解している」人は40.3%と、いずれも半数程度になっています。

この調査結果からは、老後の備えが十分ではなく、長い老後のリスクが高い方が相当数いるだろうことが読み取れます。

老後の資金計画に関する正しい知識があれば、こうした「長い老後」への不安が少しは解消されるでしょう。お金の多寡よりも、そうした不安感こそが日々の暮らしのゆとりを奪うのではないのでしょうか。

これからの備えに少しで

がんの「かかりやすさ」部位ごとに傾向はつきり!

●医療面

大腸がんは男女ともに東北と近畿、5倍で高かった。特に青森県は男女とも2倍。肥満と運動不足が関係しているといわれる大腸がん。青森県は肥満度を表すBMIの全国調査で男性2位、女性6位だった

肺がんは男女ともに、石川県、和歌山県、福岡県、女性では東京都が高かった。北海道は、肺がんの死亡率が男女とも2013年の調査で、北海道は、男女ともに喫煙率の全国1位と高い

肝臓がんは、山梨県と、近畿地方から西暦が高い。これらの地域の外では、肝がんの発症率が高いとされている

●暮らしのINDEX

あなたも「巡礼」してみては? 「ピンピンコロリ」の Powerspot

○暮らし面

消費者庁がマジメにつくった、ウソのチラシ ○暮らし面

2017年から新ルールに! 介護休業がもっと利用しやすくなる!

○介護面

人気の漢方薬、医療でもじわじわ活躍

○健康面

他人事ではない! 贈与税の申告漏れ 税務調査で91.6%発覚!

○マネー&トレンド面

も不安がある方は、専門家に相談して確かな資金計画を立てましょう。もしかしたらお小遣いのアップも期待できるかもしれませんよ!

暮らしの目線の最新ニュース



写真はイメージ。親族間の仲違いの元になるのが相続。事前の対策はしっかりと

2015年1月に相続税が改正された影響が明らかになってきた。相続税の申告を専門とする大手税理士法人による首都圏の相続税の申告件数は、増税の影響が現れる2015年3月からの1年間で1,058件となり、前年の608件から約1.7倍に増えているという。

●暮らしの目線 雑誌や新聞、ニュースなどで相続の話題を耳にする機会が増えてきていませんか。これは昨年の2015年1月に税制改正があって、相続税を課税される人が増えるようになったためです。ただ、実際にどれくらい増えるかということは、はっきりとわかっていませんでした。

相続増税の影響、トラブルは未然に防いで 相続税のかかる人が1.7倍に増えた！？

それがこの度、相続税の申告を専門に扱う大手税理士法人の調べによって明らかになりました。その数は、なんと1.7倍！！これは同社が相談を受けた、首都圏の相続税の申告数を、改正後の2015年3月からの1年間と、その前の1年間と比べてたものです。

2015年1月に行われた税制改正によって大きく変わったのは基礎控除額です。非課税で相続できる金額がおよそ4割縮小されたため、それに伴って、相続税が課税される人が増えたのです。一方、全国の家裁裁判所が取り扱った遺産分割を巡るトラブルは、この10年

で3割近く増え、2014年には全国で1万5,000件余りとなっています。背景には、ひとりひとりの権利意識の高まりがあり、遺産の額が少ない家庭でもトラブルに発展してしまうケースが多いようです。理想は、相続人全員が納得して揉めることなく遺産

分割が済むこと。しかしなかなかそうもいかないことは、年間1万5,000件という数字を見ても明らかです。相続は、事前に入念な準備をしてトラブルの火種をなくしておくことが肝心。ポイントがいくつかありますので、必ず専門家に相談しておくといでしょう。

Topic 「PPK」で長寿をういっしゅ！シニアに人気のパワースポット

若者たちの間で流行っている「パワースポット」や「聖地巡礼」という言葉を知っていますか？ 「パワースポット」は、そこに行くと特別なエネルギーを感じられると評判になっている場所のことを言い、「聖地巡礼」はアニメや漫画などの作品において、物語の舞台やモデルとなった場所に足を運ぶことを言います。最近、お年寄りのパワースポットとして人気なのが、「PPK」の御利益があるというお寺や神社です。「PPK」というのは、「ピンピンコロリ」の略。これは、タレントのDAIGOさん風に編集部がつくった造語で、ほかでは通じませんのでご注意ください(笑)。

今号の特集(8面、9面)では、自宅で亡くなる割合を市区町村ごとにご紹介していますが、理想はやはり、介護を受けたり病気で苦しんだりすることなく、直前まで元気に過ごすことです。そうした願をかけるために、全国の「PPK」スポットを「巡礼」することが静かなブームになっているようです。例えば、平均寿命が日本一長い長野県、その中でもトップクラスの佐久市には、健康・長寿のシンボルとして「びんころ地蔵尊」というお地蔵様があり、優しい笑顔で参拝者を出迎えてくれます。また、奈良県生駒郡斑鳩町にある吉田寺は、お寺を創建された恵心僧都様の浄衣によって母が安らかな極

●各地の「ピンピンコロリ」のパワースポット一例

- 「会津ころり三観音」(福島県) 福島県会津地方にある3つの観音様(中田観音弘安寺、立木観音恵隆寺、鳥追観音如法寺)を回るとコロリと極楽往生できるとされる
- 「桂岸寺」(茨城県水戸市) 毎月23日に「びんころ地蔵尊ご縁日」が行われる
- 「福泉寺」(神奈川県横浜市) ほけ封じ観音様やぼっくり大師様などに祈願ができる
- 「びんころ地蔵尊」(長野県佐久市) 長寿の里・佐久市のシンボルとなっており、昨年は約15万人が参拝した
- 「光明功德佛」(長野県下伊那郡高森町) 通称「ピンピンコロリ地蔵」。ピンピンコロリ発祥の地とされる高森町の瑠璃寺境内に建立された
- 「ほけ封じ近畿十楽観音霊場」(京都、滋賀、大阪、兵庫) 4県にまたがる10のお寺を巡礼し、老後の幸せを願う
- 「吉田寺」(奈良県生駒郡斑鳩町) 通称「ぼっくり寺」。シモの世話にならないようにと肌着を持参して御祈禱を受ける参拝者も多い
- 「大和長寿道」(奈良県) 藤原京を真ん中に東西に位置する安倍文殊院(桜井市)とおふさ観音(橿原市)を結ぶ道。2つのお寺に長寿を願掛けする
- 「嫁いらず観音院」(岡山県井原市) 老いても嫁の手を煩わすことなく健康な生涯を全うできる御利益がある

楽往生を遂げたという伝説から、通称「ぼっくり寺」と呼ばれています。いかにも御利益がありそうではありませんか。 全国のPPKスポットの例を挙げてみましたので、ぜひ一度はお参りしてみてください。 見どころの多いスポットもあるようで、「全部回るまでは元気でないと」と思う方もいるかもしれません。もしかしたら、そうやって気持ちに張り合いが出るのが、PPK巡礼の最大の御利益かもしれません。

写真はイメージ

だまされないで！誇大広告 消費者庁が作成、ホントのようなウソの広告

消費者庁が、ダイエット食品販売業者などに対し虚偽表示や誇大表示を規制する目的で、法的に問題がある実物さながらの広告の見本を作成した。この見本と問題点の解説が記載された文書は消費者庁のホームページで見ることができる。

●暮らしの目線 写真のチラシをご覧ください。「ブヨブヨお腹が…」「一粒飲むだけで…」などと聞くと、本当なの？と疑いつつも、ついつい気になってしまう方も多いはず。

実はこのチラシは、消費者庁が作った「問題のある広告」の見本です。

どこがポイントかというところ、この広告には「痩せる」とは一言も書いていない

と。それなのに、広告を見た人が「苦もなく痩せられる」と思い込んでしまう内容であることが問題なのです。

今回の見本はダイエット食品を例にしてありますが、壮年期を過ぎつつある私の場合、「たった一粒でフサフサ…」というような広告だったら、思わず手が伸びてしまいそうです（苦笑）。それにしても、見本とはいえ、本当によくできた広告です。省庁のどんな方が作ったのでしょうか？ 企画会議の様子などを想像してしまいます（笑）。

それはさておき、消費者庁は、実際には痩せる根拠がないのにそうさせる表現を使った広告は、法律上問題があると指摘してい

写真は消費者庁が作成した問題広告の見本



広告の見本の URL は、www.caa.go.jp/policies/policy/representation/fair_labeling/pdf/160630premiums_8.pdf

ます。例えば、テレビCMでよく見かける「個人の感想であり、効果には個人差があります」という注意書

き。たとえ、そのような断りがあっても、法律違反であることに変わりはないそうです。

私たちは、人の心理を突くキャッチコピーや画像に惑わされずに、商品を選ぶ必要があるようですね。

家主の70.2%が「高齢者の入居に抵抗感」ありと回答

国土交通省が日本賃貸住宅管理協会に委託して実施した調査によると、民間賃貸住宅の家主約27万人のうち、70.2%が「高齢者の入居に拒否感がある」と回答しているという。同省は調査の結果を受けて、高齢者が円滑に入居先を確保することができるよう、仕組みや体制の整備を進めている。

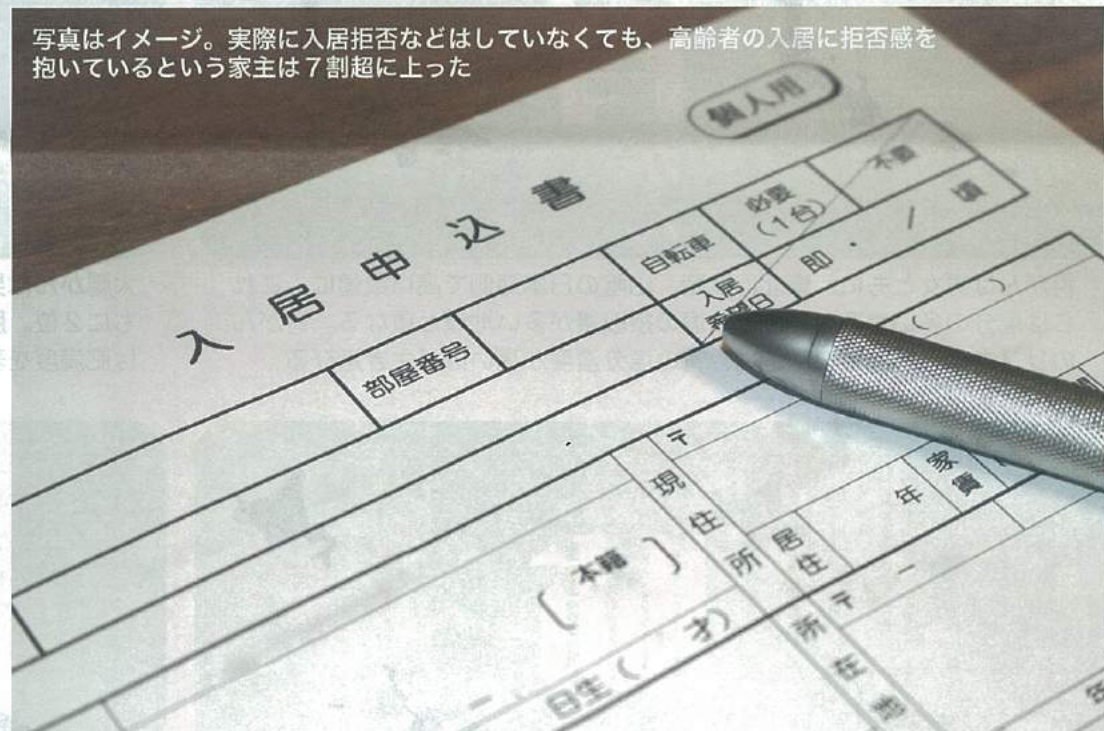
●暮らしの目線 老後に賃貸住宅に住み替えたい、または借り替えたいと希望する場合、そこには高いハードルがあるようです。

今回発表された調査結果によると、賃貸住宅の貸し主である家主のうち、実際に単身の高齢者の入居を拒否している家主が8.7%いることがわかりました。

入居の拒否はしていないものの、入居時の審査を厳しくするという家主も一定数いるようです。

同様の調査が、5年前にも行われています。同じ項目の結果を見ると、実際に入居を拒否している家主は8.0%となっています。つまり、5年前よりも状況が悪くなっていると言えますね。当時の報道を見ると、一部の自治体では高齢者の賃貸住宅への入居を支援する動きも出ていましたが、大きな成果にはつながらなかったようです。

家主が高齢者の入居を拒否する理由としては、「家賃の支払いに対する不安」が61.5%で最多でした。他には、居室内での死亡事故や、他の入居者や近隣住民とのトラブルを心



配する回答が、どちらも56.9%と多く挙がっています。家主さんの立場では、家賃の支払いが滞った場合に請求できる保証人が

いるのか、万が一入居中に亡くなった場合には室内の片づけをしてくれる人がいるのか、といったことが懸念となるようです。

賃貸住宅に限らず、こうしたことを頼める人が身近にいるかどうか、高齢期の暮らしを考える上で大きなテーマになるようです。

遺伝による乳がん・卵巣がん 5人に一人！ 親族も自身も発症なら

医師らが運営する団体、日本HBOCコンソーシアムの調査によると、調査対象となった患者のうち、約2割に遺伝性乳がん・卵巣がんにかかりやすい遺伝子変異が確認された。この調査は、親族が乳がんや卵巣がんにかかり、自身も発症した患者827人が対象となっている。

●暮らしの目線 遺伝性乳がんがあるということをご存じでしたか？ 今回の調査結果は、遺伝性のあるがんの中でも、特に遺伝する確率が高いとされる「遺伝性乳がん・卵巣がん」についてのものです。

親族ががんを発症し、かつ本人も発症した患者さんを対象に調査したところ、

約2割の患者さんに遺伝子の変異が見つかったそうです。この種類のがんの場合、遺伝子の変異がある女性は40～90%の確率で乳がん、10～60%の確率で卵巣がんになるとされています。

遺伝性のがんの場合、両親のどちらかに、がんの原因となる遺伝子の変異があ

れば、その子供は50%の確率でその変異を受け継ぐことになります。確率的にはそうですが、本当に遺伝子の変異を受け継いでいるかを調べるためには、数万円から数十万円の費用をかけて、遺伝子検査を行わなければなりません。もしも変異が見つければ、発症する前から予防法や発症した

時の対策を検討したり、家族の健康管理に情報を役立てたりすることもできるのですが…。

まず私たちにできることは、「遺伝性のがんもある」ということを知り、家族の病歴や、親族がかかりやすい病気の傾向を知っておくこと。それが、リスク管理の第一歩になるでしょう。

DataMAP

医療 に関する新しい動き

国立がん研究センターは6月、全国47都道府県のがん患者数のデータを公表。すべての都道府県の患者のデータが揃ったのは初めてとなる。2012年の調査では、がんと診断された人は、推計で86万5,238人。2016年には、がん新規患者が100万人を超えると見られるなか、地域によって、がんのかかりやすさなどに差があることが分かった。同データでは、部位ごとのがんの発症率も発表されている。がんの種類によっては、地域における生活習慣の違いが、発症率に大きな影響を及ぼすと見られる。本ページでは、図を見ながら、それぞれのがんの傾向を見ていきたい。

緑の日本地図が男性、ピンクが女性。都道府県の色が濃いほど、割合が高いことを示す。黒は、全国平均以上の地域



発症率が全国平均を大幅に上回っているのは、秋田県、石川県、鳥取県、島根県、東京都、和歌山県、福岡県。これらのデータは、患者の住む地域ではなく、診察した病院の所在地であるため、誤差はある

がんの「かかりやすさ」に地域差 部位ごとに傾向はっきり



胃がんは男女ともに、東北、北陸、山陰の日本海側で高い数値に。これらは塩分の多い食事を好み、食塩の摂取量が多い地域と重なる。胃がんのリスクを高めるピロリ菌は、胃の塩分濃度が高いほど生き延びる



大腸がんは男女ともに東北と近畿、山陰が目立つ。特に青森県は男女ともに2位。肥満と運動不足が関係しているといわれる大腸がん。青森県は肥満度を表すBMIの全国調査で男性2位、女性6位だった



肺がんは男女ともに、石川県、和歌山県、福岡県、女性では東京都が高い。北海道は、肺がんの死亡率が男女ともにワースト。2013年の調査で、北海道は、男女合計の喫煙率が全国1位となっている



肝がんは、山梨県と、近畿地方から西側が高い。これらの地域の片寄りには、肝がんに進化する恐れのあるC型肝炎ウイルスの感染者が多い地域と重なっている



乳がんは地域的な傾向はないが、東京都の高さが目立つ。出産の経験がない人が増えていることや、初産年齢の高くなっていることが影響している可能性がある



増加の続いていた前立腺がんは、12年の調査では、増加が頭打ちとなっている。代わって増加したのは大腸がん。今後も大腸がんや肺がんが増える見込まれている

施設選び、ちょっと待って！ その「サービス付き」は「介護士付き」？

介護事情、あれこれ

国の指定を受けた特定施設の事業者で構成される全国特定施設事業者協議会は、介護職員が常駐している高齢者向け施設の名称を「介護付きホーム」と定め、広く普及させていく考えを示した。

●暮らしの目線 サービス付き高齢者向け住宅（通称、サ付き）とは、さまざまな生活支援サービスを提供する高齢者向けの賃貸住宅です。賃貸住宅ということで、有料老人ホームなど一般的にイメージする介護施設よりも気軽に入居できる点に人気が集まっています。

「高齢者向け施設」と言うと、当たり前前に24時間の介護サービスが提供されるイメージを持っている方

も少なくないかもしれませんが、しかし実際は、施設の種類によって、介護職員の常駐が義務付けられている施設と、そうではない施設があるのです。

サ付きは、介護職員の常駐が義務付けられていない施設のひとつです。「安心の介護サービス」を謳っているサ付きでも、介護サービスを受けたい場合は、入居の契約とは別に、訪問介護事業者との契約をしなければならぬ場合が多いようです。しかしこうしたことを知らずに「介護職員が常駐して、常に介護が受けられる」と思って入居し、後々トラブルになるケースが出てきています。

そうした混乱を防ぐために、今回発表された名称の



写真はイメージ。介護に限らず、自分が求めるものは何かを明確にして施設探しに臨みたい

統一。「介護付きホーム」なら介護職員が常駐しているよということですが、それはそれでまた違う混乱を招くような…、と思うのは

私だけでしょうか？

いずれにしても、施設を探すときは、入居後に「こんなはずではなかった」と後悔することがないように

自分の希望するサービスが実際にどのような形で提供されるのか、事前によく確認しておくことが肝要です。

介護休業、もっと利用しやすく 2017年1月から新ルールがスタート！

厚生労働省は、家族を介護する目的で長期の休みを取得する「介護休業」をより利用しやすくするため、ルールを改正する。新制度は、2017年1月から施行される。

●暮らしの目線 今回のルールの変更点は、大きく3つあります。

ひとつめは、介護休業を利用する際の基準が明確になることです。今までの基準は、「介護を必要とする家族が特別養護老人ホームに入所する必要があるかどうか」が目安になっていました。介護認定で言うと「要介護2～3程度」と幅があり、そのわかりにくさから、会社に申請しにくいケース

がありました。新ルールでは、「要介護2」以上なら無条件で制度を利用できるようになります。さらに、「要介護1」以下であっても、服薬や排泄などの日常生活に見守りが必要な場合など、条件に合えば休みが取れるように対象が広がりました。

2つめは、離れて暮らす家族の介護のためにも制度が利用できるようになることです。これまでは、同居かつ扶養している家族のためでなければ、介護を理由に休みをとることができませんでした。新ルールではその条件が廃止されるため、遠方に住んでいる祖父母や兄弟姉妹などの介護もしやすくなるでしょう。



写真はイメージ。新制度下では、離れて暮らす祖父母の介護でも介護休業が利用できるようになる

3つめは、休みを分割して取ることができるようになることです。新ルールでは、ひとつの理由につき93日間を3回まで分割して休めるようになります。

2012年の統計によると、仕事をしながら家族の介護をしている人の中で、実際に介護休業制度を利用している人の割合はわずか15.7%だったそうです。

ルールの変更によって、介護をする人、される人、それを支える人の負担が少しでも軽くなるよう、社会が変わっていくといいと思います。

特養の待機者減少 入所待機者はどこへ消えた！？

2015年4月から特別養護老人ホーム（特養）の入所条件が厳格化されたことで、入所申込者数が全国的に減少している可能性があることがわかった。申込者が最多の東京都内の特養を対象にした東京都高齢者福祉施設協議会の調査（2015年）によると、2013年と比べ1施設あたりの平均待機者数が17.7%減少し

ているという。

●暮らしの目線 民間の有料老人ホームなどと比べて割安で入所することができる特別養護老人ホーム（特養）。全国の施設の定員数が大きく超える入所希望者が殺到し、2014年には入所待ちの方が全国で52万人にも上り、大きな社会問題になっていました。

今、話題となっている「待機児童」問題よりも、先に問題視されていたのが、こちらの話。「待機老人」問題などと呼ばれ、早急な解決が期待されていました。

今回の調査によって、その待機者数が大幅に減っているということが分かりました。このニュースを見たときは、「朗報！」と思いましたが、待機者数が減っ

たのは政策によるもので、そこにはまた別の問題が潜んでいるようです。

2015年4月の介護保険制度の改正によって、特養の入所条件は以前よりも厳しくなりました。改正前は「要介護1」の方でも入所できたのですが、改正後は、原則「要介護3以上」の方のみが入所できるように制限されています。こうし

たルールの変更があったため、あくまで表向きは、入所待機者の数が減っているのです。

つまり以前は、入所するためには順番を待たなければならなかったのですが、今は入所したくても列に並ぶことすらさせてもらえない人が出てきたということです。順番待ちの列の途中で「ここまで」とされた方の気持ちを思うと、やるせない気持ちになりますね。

健康

に関する耳寄り情報

病めるときも飲む！ 漢方薬の人気、医療でもじわじわ



写真はイメージ。漢方の材料として使用される人参、クコ、棗（なつめ）、ブルーネ、靈芝など。

漢方薬を医療現場で活用する動きが広がっている。日本漢方生薬製剤協会によると、保険適用される医療用漢方薬は148種類に及ぶ。そのうち、約30種類は科学的に効果が解明されている。医療用漢方薬国内シェアの8割を占めるツムラの販売量が、この15年間で3倍になるなど、漢方薬の人気は大きく高まっている。

●暮らしの目線 リックン

シトウ、ヨクカンサン…、このお経のような文言、何のことだかわかりますか？
これらは抗がん剤の副作用を軽くしたり、認知症患者の不眠などを解消したりする漢方薬の名前です。それぞれ「六君子湯」「抑肝散」と書きます。聞き慣れない漢方薬の名前は、何やら呪文のように聞こえますね。
漢方は中国から伝えら

れ、日本で独自の発展を遂げた伝統医学です。
漢方では、自然の植物などを原材料とした生薬（しょうやく）を用いて体質改善を図ります。それが今は保険が適用される漢方薬が140種類以上もあると聞いて、ちょっと驚きました。
漢方薬というと「昔ながらのおまじないのようなお

薬」というイメージがあったのですが、最近はその科学的なメカニズムも次々と解明されてきているそうです。
先に挙げたふたつの他にも、例えば、「牛車腎気丸（ごしゃじんきがん）」は、抗がん剤による手足の痛みを軽減する効果があり、「大建中湯（だいけんちゅうとう）」は、大腸がんの手

術後の腹痛を軽減する効果が科学的に認められています。
漢方薬のいくつかは、科学的な裏付けのあるお薬なのです。今まで「苦そう」とか「すぐに効果は出ないかも」などと勝手に思って敬遠していましたが、これを機会に食わず嫌い（この場合、飲まず嫌い？）を改めようと思いました。

聞けば分かるよ、なるほどじてん

分かる法律！ 鳴法堂辞典

いりゅうぶん 【遺留分】



遺留分減殺請求の権利は、その権利を知ってから一年間行使しないと、時効で消滅してしまいます。相続でもめないためには、専門家に相談して確実に準備をすることが大事です。

一定の相続人のために、最低限保障された財産の取り分のこと。
例えば「全財産を愛人にあげる」という遺言書があったとき、家族がそれに納得できなければ、愛人に「遺留分減殺請求（いりゅうぶん-げんさい-せいぎゅう）」をすることで、遺留分として決められた割合の財産を相続人が受け取ることができます。
遺留分が保障されている相続人は、亡くなった人の配偶者、子供、両親（直系尊属）に限られます。

健康にまつわる、エッ！ ホント!?

このコーナーの情報は真偽が確定したものだけではありません。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

エッ！
1日5時間以上テレビを見ると
血管が詰まるリスクが
2.5倍!?

大阪大学など

飛行機などで長時間同じ姿勢で座っていることで起こりやすいエコノミークラス症候群。血栓ができて肺の血管を詰まらせ、胸痛や呼吸困難を引き起こします。最悪の場合、死に至る恐れもあるそうです。その怖い、エコノミー症候

群は、居間にいても起こりえます。

研究チームが、40~79歳の約8万6千人のデータを調査した結果によると、一日に平均5時間以上テレビを視聴している人は、2時間未満の人に比べて、2.5倍も

エコノミークラス症候群で死亡するリスクが高いことが分かりました。

血栓は、動かさずにいる脚にできます。長時間テレビを見ているときは、定期的に体を動かしたり、脚のマッサージを心がけましょう。

老化を抑えるサプリが
できたって、ホント!?

慶応大学とワシントン大学

一粒飲めば老化が抑えられる。小説や映画の中の話のようですが、そんな夢のような栄養食品の研究が進んでいるようです。

研究を進めているのは、慶応大学とワシントン大学。現在、マウスでの実験を経て、

いよいよ人体への効果や安全性を確かめる臨床研究に入りました。

このサプリの「素」は、体内でサーチュインという長寿に関わる遺伝子を活性化させる働きをもつ物質に変化します。この物質は、加齢によ

って体内から失われてしまうとされています。このサプリを飲むことによって、弱まった臓器の働きを上げる効果が期待できるかもしれないということです。

効果が実証されれば、まさに夢のようなサプリですね。

エッ！
歯が少なく、
入れ歯を使わない人は
話が少ない!?

東北大学など

東北大学では、歯の健康状態と引きこもり状態になるリスクの関係について、65歳以上の4,390人を対象に4年間追跡調査をしました。

その結果、自分の歯が20本以上残っている人で、週に一度も外出せず、引きこもり状態

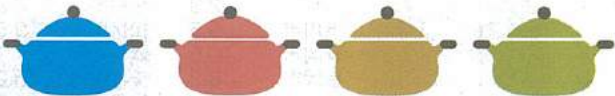
になった人の割合は4.4%となっています。一方、自分の歯が19本以下で入れ歯を使っていない人では9.7%となっており、歯が20本以上ある人に比べると、引きこもり状態になる可能性は1.78倍も高いことが分かりました。

歯が少なくことで、人との会

話や食事を敬遠する心理が働くためか、歯の健康状態が悪いと、外出する機会が減ってしまうようです。

歯の健康は、認知症などとの関連も研究されています。特に高齢期においては、健康な歯が、健康な心身の源となるのかもしれない。

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



<材料 2人分>

カリフラワー・・・1/2個 溶けるスライスチーズ
生しいたけ・・・4枚 ・・・・3枚
チーズ・・・60g マヨネーズ・・・大さじ2
(プロセスチーズ・チェダー 塩・こしょう・・・適量
チーズなど)

<つくりかた>

- ①カリフラワーは葉と茎の太い部分を取り除き、小房に分けます。茎の部分は小さめに切りましょう
- ②ふっとうした湯に塩少々を入れ、カリフラワーを1分半ほどゆで、ざるにあげます
- ③生しいたけを7~8mmに切り、電子レンジで加熱します(600Wで1分)
- ④チーズを1cm角にカットします
- ⑤アルミホイルにカリフラワー、生しいたけ、チーズを合わせて入れ、その上にマヨネーズ、少量の塩・こしょうをかけ、味をつけます。最後に溶けるスライスチーズをのせて、オーブントースターの中へ
- ⑥オーブントースターの強火で7~8分ほど、焦げ目がつくまで焼いたらできあがり

<料理のポイント>

カリフラワーの食感を楽しめるよう、ゆで時間は短めに。生しいたけは電子レンジで加熱すると水分が出てきますが、うまみが残っているので捨てないで使ってください。チーズに塩分があるので塩加減は控えめにしましょう。



鍋もフライパンも不要!

カリフラワーときのこの簡単グラタン

カリフラワーは、11月~3月が旬の淡色野菜です。日にあたらないように栽培されるため、特徴的な白い色になります。免疫力の向上や美容に欠かせないビタミンCが豊富に含まれているカリフラワー。カリフラワーのビタミンCは加熱によって損なわれることが少なく、温かい料理が欲しくなるこれからの季節にはぴったりの野菜です

DataMAP



人生の締めくくりは、やっぱり「PPK」が理想です。ん？ PPKって何？という方は本誌2面の記事をご覧くださいね。そのPPKのひとつの指標となるデータが、今回、厚生労働省より発表されました。厚生労働省では、今年7月に在宅医療に関するデータとして、平成26年の市区町村別の「在宅死の割合」を公表しました。これは、それぞれの地域で、在宅での看取りを行うための環境整備に役立てようというもので、全国平均は12.8%となっています。数値が高いほど、その地域では在宅での看取り環境が整備されていると考えられます。本紙では、その全国1754市区町村のデータを以下に掲載しました。(未公開の自治体を含む)

Table listing 1754 municipalities across Japan with their respective 'Home Death Ratio' (在宅死の割合) percentages. The table is organized by prefecture, starting with Hokkaido (北海道) and ending with Tokyo (東京都).

Table listing municipalities in the Tohoku region, including cities like 仙台市 (17.5) and 盛岡市 (12.0), with their respective values.

Table listing municipalities in the Kanto region, including cities like さいたま市 (12.8) and さいたま新都心市 (9.4), with their respective values.

Table listing municipalities in the Chubu region, including cities like 名古屋市 (12.9) and 岐阜市 (12.6), with their respective values.

Table listing municipalities in the Kansai region, including cities like 大阪市 (13.5) and 京都市 (15.3), with their respective values.

Table listing municipalities in the Chugoku region, including cities like 広島市 (15.6) and 福山市 (13.9), with their respective values.

Table listing municipalities in the Shikoku region, including cities like 松山市 (8.7) and 高松市 (7.0), with their respective values.

Table listing municipalities in the Kyushu region, including cities like 福岡市 (13.2) and 北九州市 (8.3), with their respective values.

Table listing municipalities in the Chugoku region, including cities like 小城市 (6.9) and 宇布市 (3.9), with their respective values.

Table listing municipalities in the Kyushu region, including cities like 西都市 (7.0) and えびの市 (8.1), with their respective values.

楽しむ Quiz

()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 【2016年7月～8月】

- 7/10 国政選挙で初めて選挙権年齢が(①)歳以上に引き下げられた参議院議員選挙が行われた
- 7/14 フランス南部の都市ニースで、花火大会の観客にトラックが突っ込むテロ事件が発生
- 7/17 近代建築の三大巨匠の一人で、フランス人建築家のル・コルビュジエによって設計された国内唯一の作品である、東京・上野の国立西洋美術館が(②)に登録された★
- 7/19 第155回芥川賞・直木賞が発表。芥川賞には村田沙耶香氏の『(③)人間』、直木賞には荻原浩氏の『海に見える理髪店』が選出された★
- 7/22 欧米で爆発的な人気となっていた、スマートフォン向けのゲームアプリ「(④)」が、日本でも配信スタート
- 7/31 舛添要一前知事の辞職に伴い行われた東京都知事選挙で、元・防衛大臣の(⑤)氏が、初当選。女性都知事の誕生は初めて
- 8/8 天皇陛下が「(⑥)」のお気持ちを表明。ビデオメッセージでお気持ちを表されました
- 8/11 今年から新しく設定された国民の祝日である「(⑦)の日」が初めて施行された★
- 8/14 国民の人気グループ(⑧)の年内での解散が発表される
- 8/21 リオ五輪閉会式で、安倍晋三首相が世界的人気のゲームキャラクター(⑨)に扮して登場し、話題をさらった
- 8/30 大型で非常に強い台風10号が、観測史上初めて太平洋側から(⑩)地方に上陸、各地に大きな被害をもたらした

答えは12ページ

QUIZ 頭の体操

ふりかえって Q (キュー)

★日本の遺産、初物づくりの登録！

今回の登録は日本にとっては初物づくり。日本初の戦後の建築物の登録であり、意外なことに東京23区で初の登録となっています。2015年には、「明治日本の産業革命遺産 製鉄・製鋼、造船、石炭産業」として、福岡県の八幡製鉄所などが登録されています。国立西洋美術館も世界に誇る、日本の遺産として守っていききたいですね。

★主人公は、コンビニ依存の未婚女性

初ノミネートで受賞した村田さん。その華々しい経歴とは裏腹に、村田さん自身は、週3回、コンビニでのアルバイトを続けながら執筆をしていたそうです。本作品も村田さん同様、コンビニで働き、コンビニに依存した生活を送る主人公の物語。真面目だけが取り柄の人間を「マジメ人間」などと言いますが、コンビニばかりの人間なら何と呼ぶでしょうか？

★「海の日」の次の祝日は？

国民の祝日が増えたのは「海の日」以来、20年ぶりのこと。今回の新しい祝日は「8月11日」。この祝日はハッピーマンデー法の対象とならず、毎年日付は変わらないようです。命名の由来は定かではありませんが、「11日」とした理由は、木が立ち並ぶイメージからだとか。木が二つ並んでいるから「林の日」？ あ！ちょっと惜しい。

ご冥福をお祈りいたします

訃報

5月18日 伊藤ユミさん (いとう・ゆみ=本名・伊藤月子=いとう・つきこ、歌手) 75歳で死去していたことが7月11日に判明。姉の伊藤エミさん(2012年に死去)との双子のポップデュオ「ザ・ピーナッツ」として、「恋のバカンス」などのヒット曲を多数残した。

7月2日 マイケル・チミノさん (アメリカの映画監督) 77歳で死去。作品賞や監督賞などアカデミー賞の5部門を受賞した映画「ディア・ハンター」が代表作。

7月7日 永六輔さん (えい・ろくすけ=本名・永孝雄=えい・たかお、放送作家・

タレント・作詞家)肺炎のため死去。83歳。テレビやラジオで活躍し、作詞や脚本なども手がけたマルチタレントの草分け的存在。「上を向いて歩こう」を作詞した。

7月12日 大橋巨泉さん (おおはし・きよせん=本名・大橋克巳=おおはし・かつみ、タレント) 急性呼吸不全で死去。82歳。「11PM」や「クイズダービー」などでの当意即妙な司会で人気を博した。

7月26日 中村絃子さん (なかむら・ひろこ=本名・福田絃子=ふくだ・ひろこ、ピアニスト) 大腸がんで死去。72歳。ショパン国際ピアノ

コンクールで4位に入賞し、世界的に活躍した。夫は芥川賞作家の庄司薫さん。

7月31日 九重親方 (このえおやかた=本名・秋元貢=あきもと・みつぐ、元横綱千代の富士) 膵臓がんのため死去。61歳。「ウルフ」の愛称で国民的な人気を誇った元横綱。31回の優勝を成し遂げ、相撲界初の国民栄誉賞を受賞した。

8月4日 松尾敏男さん (まつお・としお、日本画家) 肺炎のため死去。90歳。文化勲章受章者。伝統的な技法を駆使した色彩豊かな花鳥画で知られ、多摩美術大学の教授や日本美術院の理事長

などを歴任し、日本画界の発展に大きく寄与した。

8月14日 豊田泰光さん (とよだ・やすみつ、元プロ野球選手) 誤嚥性肺炎のため死去。81歳。西鉄ライオンズの主力選手として、チームの黄金期を支えた。引退後は野球評論家に転身し、鋭い舌鋒でファンに親しまれた。

8月20日 吉田文雀さん (よしだ・ぶんじゃく=本名・塚本和男=つかもと・かずお、人形浄瑠璃文楽の人形遣い) 心静止のため死去。88歳。人間国宝。堅実な芸風で、老女形を得意とした。博学で知られ、「文楽博士」の異名を取った。

8月21日 平松守彦さん (ひらまつ・もりひこ、前大分県知事) 誤嚥性肺炎のため死去。92歳。ユニークなアイデアで地域活性化や産業振興を牽引した。「一村一品運動」は海外でも高く評価され、アジアのノーベル賞と呼ばれる「マグサイサイ賞」を受賞した。

8月30日 ベラ・チャスラフスカさん (旧チェコスロバキアの元女子体操選手) 膵臓がんで死去。74歳。1964年東京五輪、1968年メキシコ五輪の体操女子で計7個の金メダルを獲得するなど、その優美な演技で「五輪の名花」と呼ばれた。

マネー&トレンド

知っておきたい

子供名義の口座に預貯金を移動 それって贈与税が課税されるかも？



写真はイメージ。元々子供名義の口座に預金を貯めていた場合も、管理していたのが両親なら「贈与」とみなされてしまうかも

国税庁の2015年の報告によると、税務調査によって明らかになった贈与税の申告漏れの発見率は91.6%と非常に高い確率となっている。その7割近くが現金・預貯金の申告漏れだった。その実態は、悪質な資金隠しによるものだけではなく、知識不足によって、本来は納税が必要な資金移動を無自覚に行っているケースも少なくない。

●暮らしの目線 お祝いごとや急な入用があって、子や孫にまとまったお金を渡す。何の気なしに行ったこの行為が、もしかすると「贈与」とみなされ、贈与税の支払いの対象になっているかもしれません。

贈与税は、親族などの個人から、財産を受け取った人が納めなければならない税金です。一年間に

110万円を超える財産を受け取った場合、贈与税の対象になります。一度に渡した金額が110万円を超えなくても、年間で超えれば贈与税がかかります。

また、課税の対象になるのは現金や預貯金だけではありません。不動産や有価証券、自動車の譲渡をはじめ、親が子にお金を貸してその返済を免除した場合、財産を実際の価格よりも低い金額で譲った場合なども

贈与税の対象となる可能性があります。

本人たちが贈与と認識していなくても、税金がかかってしまうところに落とし穴があるようです。

よくあるケースは「(自分の持っている)子供名義の口座にお金を移しておこう」と考えて、預貯金を移動させるケースです。このとき、金額によっては贈与税の申告をする必要がありますが、それを知らずにいると「税金逃れ」と判断さ

れ、後日明るみに出た際に、本来よりも高い金額を納める必要が出てくる場合があります。

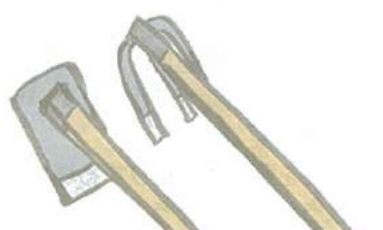
現在のところ、私たち一般家庭の預貯金の状況まで細かくチェックの目が行き届いている訳ではないようですが、こうした申告漏れは、実際に相続が発生したときに調査が入ることによって明らかになるケースが多くなっています。

悪い考えで行ったものではなく、子や孫のためを

思っていたことだったのに、将来それが子や孫の負担となるかたちで返ってきたら浮かばれませんね。

国税庁では今後、贈与税の申告漏れの実態把握により力を入れていく方針のようです。実際に調査が入った家庭では、前述のように100%に近い確率で申告漏れが発見されています。

「うっかり申告漏れしていた」なんてことがないように、正しい知識を身につけておきましょう。



●今回は・・・ 農家を継いだ長男の相続の話です

●事例 ある農家で相続が起きました。家族は、父、母、兄、妹の4人家族。長男は、父親とともに農業をして

遺産分割の絡んだ相続は、億単位の財産があっても、数百万円でも、揉めるときは揉めます。財産には、預貯金はもちろん、土地や建物、株、保険、電話加入権なども含まれます。遺産分割のときに、もっとも厄介な問題になるのが、不動産。土地や建物は切り分けができません。特に、遺された財産が土地ばかりという場合は、遺産分割で揉めるケースが多いようです。



相続のトラブルが後を絶たない。今のうちに事例から学んでおきたい

この家族に、もしも「土地は長男に遺す」という遺言があったら、どうだったでしょう。長男は農業を辞めることなく、兄妹も仲違いすることなく、今も良好な関係だったかもしれません。

遺産分割の絡んだ相続は、億単位の財産があっても、数百万円でも、揉めるときは揉めます。財産には、預貯金はもちろん、土地や建物、株、保険、電話加入権なども含まれます。遺産分割のときに、もっとも厄介な問題になるのが、不動産。土地や建物は切り分けができません。特に、遺された財産が土地ばかりという場合は、遺産分割で揉めるケースが多いようです。

父が亡くなり、母親も後を追うように亡くなって、兄妹の2人が相続人となりました。遺された財産は、わずかな預貯金と広大な農地です。農地は、農業を継いでいる兄の「メシの種」。だから兄は、相続といっても、遺された預貯金を配分すればよいと思いついていました。ところが妹は、法律で定められた分の財産(これを法定相続分と言います)をきっちり分けてほしいと言いました。法定相続分を現金で欲しいと言ったのです。農地は広く、財産として評価をすれば相当の金額になります。遺産の半分の額となると、遺された両親の預貯金に自分の財産を足しても、払うことはできません。兄妹で争った結果、長男は農業を続けることを諦め、所有する土地を手放して現金に換え、妹に法定相続分の金額を支払いました。



国民生活センターからのお知らせ

失禁パンツ 過信は禁物、しみ出すことも

メールマガジン第 257 号 (2016 年 7 月 5 日)

<事例 1> カタログ販売で 60cc 用と記載してあった失禁用パンツを購入。使用したら思っていたものと違い、しみ出てしまった。(70 歳代 女性)

<事例 2> 折り込み広告で見た尿漏れパンツ 5 枚セットを購入し 1 枚を使用した。「15～20cc に対応する」とのことだが、自分ではそんなに尿を出していないと思うのにズボン下まで尿がしみ出した。(70 歳代 女性)

<ひとこと助言>

・少量の失禁尿を吸収することをうたった、洗濯して繰り返し使える布製の下着「失禁パンツ」についてテストしたところ、表示より少ない尿の量でもしみ出す傾向が見られました。

・尿漏れケア用品にはパンツ型の紙おむつ、失禁パンツ、パッド等があります。まずは、自分の尿漏れの量や頻度等の症状をきちんと把握した上で、適した用品を選択しましょう。

・失禁パンツを選ぶ場合は、販売店等に、どのようなタイプの、どの程度の尿漏れに対応できるのかを確かめ、まずは少数枚で、サイズが合っているか、自分のニーズに合っているかを確認しましょう。

ポイントカードのつもりがクレジットカードの申し込みに…

メールマガジン第 258 号 (2016 年 7 月 26 日)

<内容> 家電量販店で買い物をした際に、「特典が付くから」などとポイントカードを作るよう熱心に勧められた。高齢なので申込書に記入するのが難しいと断ったが、店員に「代わりに記入する」と言われ、断りきれずに申し込んだ。数日後、クレジットカード会社から電話があり、クレジットカード機能が付いたものだとわかった。先日は年会費の請求書も届いた。クレジットカードはいらない。解約したい。(80 歳代 女性)

<ひとこと助言>

・店頭などで勧誘され、ポイントカードを申し込んだところ、実は、希望していないクレジットカード機能が付いているカードだったという相談が寄せられています。

・クレジットカード機能付きのポイントカードは、特典が優遇される反面、年会費が発生したり、決済機能があるため保管等に注意が必要になったりする場合があります。勧誘をされても詳しい説明を求め、納得できなければきっぱりと断りましょう。

東京オリンピックに便乗した詐欺的な電話に注意

メールマガジン第 261 号 (2016 年 9 月 13 日)

<内容> オリンピック関連の団体を名乗る男性から「東京オリンピックの入場券を 300 万円申し込みましたね」と電話があった。「頼んでいない」と答えると「同様の被害に遭った人が他にもいる。調査するつもりだがどうするか」と聞かれ、「お願いします」と個人情報を伝えてしまった。その後も「銀行の犯罪グループのリストに名前が載っている」「警察には相談しないように」などと何度も電話があり、弁護士という人物からは「口座を差し押さえられてしまうので手を打たないと大変だ。銀行名を教えなさい」と言われ、銀行名を伝えてしまった。(70 歳代 女性)

<ひとこと助言>

・2020 年に開催される「東京オリンピック・パラリンピック」に関連し、オリンピック関連の団体名をかたる事業者からの詐欺的な電話に関する相談が寄せられています。今後も同様の勧誘が増える可能性があります。十分注意が必要です。

・話を聞いてしまうと、個人情報を聞き出されたり、金銭を要求されたりする場合があります。不審な電話はすぐに切り、絶対に応じないようにしましょう。

お知らせ 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。

「SILVER-LIFE新聞」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

® 「終活 LIFE」は LIFE & MAGAZINE 株式会社の登録商標です
© 本紙掲載記事の無断転載を禁じます

TSS16OCT020

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

10面の QUIZの答え

あなたは何問、
思い出せましたか？

- | | |
|----------------|---------------|
| ① 18 | ⑥ 生前退位 |
| ② 世界遺産 | ⑦ 山 |
| ③ コンビニ | ⑧ SMAP (スマップ) |
| ④ ポケモン GO (ゴー) | ⑨ スーパーマリオ |
| ⑤ 小池百合子 | ⑩ 東北 |



—誰も住まなくなった実家を相続しました。どうすればいいのでしょうか？

親が高齢者施設に住み替えたり、亡くなったりして、誰も住まなくなった家でも、思い出が詰まっていたりすると、簡単には手放せないものですね。でも、放置していると、家が荒れて近所迷惑になりますし、維持管理費もばかになりません。その場合

は、売る、貸すなどの選択肢を考えるべきでしょう。維持費のことも考えれば、早い方が良いでしょう。

—売るためにはどうすればいいですか？

売りに出す前にやっておかなければならないのは、家の中の荷物の片付けです。親族を集めて、残すもの、捨てるものを選別します。それから、相続したときには、登記を相続人の名義に書き換えておく必要があります。これは、専門家をお願いするのがよいでしょう。古い家の場合は、隣家との境界がはっきりしていないことがあります。ですから、登記の記録のほかにも土地の測量図や境界確認書などを用意して、権利関係をきちりさせておく必要があります。

—実際に売るときに注意点はありますか？

住み続けることができる状態なら中古住宅として売れます。売りに出すときの価格は、周辺の不動産価格を参考にすれば判断できますが、一般的に木造の一戸建てで築25年を超えていると、価値はゼロになると言わ

空き家になった実家を相続、 どうすればいい？

れます。今は、首都圏でも、駅から遠い不動産はなかなか売れないような状況ですから、期待は禁物です。住めるか住めないかを買手の判断にゆだねる「古家（ふるや）付き土地」として売り出す方法もあります。

—賃貸することもできますか？

利便性が高い場所なら可能性はあります。でも築数十年も経っていると、リフォームに数百万円かかり、その他毎年の維持費用もかかります。ですので、家賃を期待して改修し、賃貸するのは現実的ではないようです。貸家にすれば、空き家とするより土地などの資産評価額が下がって、相続税の節税対策にもなるのですが……。

—やっぱり賃貸は難しいようですね。

貸すのが難しいのなら、売却を検討の方がいいですね。相続した空き家を売却したとき、それで得た利益は、いくつかの条件を満たせば3,000万円まで税金の控除の対象になる措置も始まっています。実家の将来をどうするか、まだ決まっていないう人も、今のうちに考えてみてはいかがでしょうか？



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」

お葬式で写真を撮ってもいいの？いけないの？

結婚式では、一生の思い出として、式の一部始終をビデオ撮影するのが当たり前になっていますね。お葬式では、ビデオ撮影をする人はあまりいませんが、写真を撮っているご親族の方を見かけることはよくあります。そう言うと、「不謹慎じゃないの？」とか、「お坊さんに注意されないの？」と思う方もいらっしゃるかもしれませんね。

私が以前働いていた葬儀社では、通夜から始まり告別式が終わるまでの流れを写真に収めて、一冊のアルバムにしてご遺族に差し上げていました。

アルバムには、お葬式の立て看板や、祭壇、位牌、供花、受付を担当した方などの写真が並び、式中の受付の様子や、喪主さんとご家族がお焼香する姿、会食の風景など、出棺までの大まかな場面を撮影していました。

これは、葬儀の記録としてお渡ししているものでしたが、喪主さんから、「同じものをもう1冊ください」と言われることが何度もありました。理由を聞いてみると、遠方に住む子供さんも欲しがっているということでした。

しっかりしているようでも、遺族にとってお葬式の記憶は曖昧です。アルバムを見ながら、「この方がいらしていたの？」「こんな雰囲気だったのね」と再確認することができます。また時が流れるほど、懐かしくアルバムを見る気持ちになります。

しかし、アルバムを見たくないと思う方もいらっしゃいます。特に、お葬式の時に思い出したくない嫌な思いをしたら、きっと見たくはないはずです。

遺族の立場になれば、自分たちを含め、故人のために集まってくれた人々全員が「故人のことを感じながらお別れができた」「葬儀社から温かい配慮があり見守られていた」「ここで葬式があってよかった」と感じられたとき、思い出したいお葬式になるのではないかと思います。

その基本的な姿勢があれば、導師も親族も会葬者も、式中に写真を撮ることに不快な気持ちは感じないと思います。写真撮影だけでなく、葬儀後の遺族に何をもちたすかを考えて行動することこそが、葬式不要観のある今、求められているのではないのでしょうか。

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>





キラキラ 樹楽 芸術コンクール

おかげさまで、デイサービス樹楽はいろいろな地域に根付き、その地域の元気をサポートさせていただいております。その元気印として、各樹楽では年間を通して素晴らしい大作が数多く誕生しています。今、この樹楽通信を手になさる皆様には普段はじっくりとご覧にならないその作品を、ぜひ見ていただき全作品に称賛をお願い致します。どうぞご鑑賞ください。



秋の大運動会 小野原東 大阪府
フレ〜フレ〜! 樹楽小野原東: 秋の大運動会作品



ススキの飾り
三島青木 静岡県

利用者様の作品に通勤途中で採ったススキを貼り付けるだけで、一気に秋の気分になりました。



お月見
川口 埼玉県

お月見の貼り絵頑張りました。



花火大会の後のぶどう狩り
上花輪 千葉県

美味しそうなぶどうと綺麗な花火ができました!



作品を見られご満悦
成増 東京都

廃材・いろいろな物を使用して作りました。



秋の風景作品
西中新田 岡山県

丸めた紙テープを貼った作品ですが、1年半で10作品は作るほど、たくさんできるようにになりました。



おいの杜の『秋』
青森県

利用者様と一緒に作った折り紙の壁画です。



秋桜のおもひで
松原 大阪府

コスモス畑の奥に、トンボを追いかける兄妹。そしてそれを追いかける愛犬の「ヨシオ」どこか懐かしい昔の田舎の思い出を貼り絵で表現してみました。



ひな人形
にしる 熊本県

手作りの、とてもかわいい、ひな人形



花見弁当
白石 熊本県

花見弁当を手作りしました♪
これくらいで出せますか?



賑やかな秋 到来
千里丘 大阪府

利用さま皆さんでコスモスに色塗りを手伝って頂き切り取って頂きました、わいわいがやがやと貼付け賑やかさ満載です!



楽しい秋を見つけましょう
土浦烏山 茨城県

秋の一筆&手形アート



コスモス
高殿 大阪府

折り紙でコスモス・赤とんぼを作成しました。



秋の風景作品
千代ヶ丘 神奈川県

この作品は模造紙6枚分の大きさで、お正月に向け何か月も前から、ご利用者様同士協力して作り上げました。全てこよりで出来ています。作り上げたときの皆さんの達成感・笑顔はとても素敵でした!



だるま船
よみうりランド前 神奈川県

ご利用者様が、ご自分のお顔に似せて作っただるまを船に乗せて、いざ出向!



超傑作☆お月見うさぎ
横浜瀬谷 神奈川県

こよりとこころで秋をイメージして作りしました。

貼り絵カレンダー
深江橋 大阪府

利用者様に日々少しずつコツコツと作成していただいている貼り絵です。
『日々、少しずつコツコツ・・・完成!』

お花の消臭ポッド 私市 大阪府

8月行事で消臭ポッドを作りました。

コスモス・鶴と亀 もとやま 香川県

秋らしくなった今日この頃もとやまでは、コスモスいっぱいの部屋で元気で過ごしています。敬老会の用意に鶴と亀の大きく豪華な貼り絵も飾りとても良い壁紙ができました。
※春にはデイルームに大きな桜↑

さらば夏の日、うさぎ追いつく月見だんご 神戸住吉 兵庫県

利用者様と職員の合作が完成しました!

木々秋の紅葉(もみじ) 秋の銀杏(いちょう) 芦屋 兵庫県

20人近くのご利用者様に、複雑な葉の形を切って頂いたり...立体に見える様に糊付けを少しにしたり...太陽の光が当たってるかのように金銀の折り紙を使用したり...3週間かけた力作です!!

十五夜 日野東 岐阜県

コスモスにかこまれて

あさがお 足立谷在家 東京都

垣根に弦を巻いたあさがおを表現していますが春の小川と桜並木の壁画がもったいない(利用者様の声)との事で、その上から作品作りをしております。ところどころに名残がみられます。あさがおの配置、つぼみの配置、利用者様協力しての作品です。

笑顔 樹楽 コスモス苑 大阪府

施設内に美味しそうな『ぶどう園』ができました。

壁紙作り 万博南 大阪府

施設内も涼しく感じましたよ!

コスモス畑 西長住 福岡県

コスモス畑と大正9年生まれのYさんです。昔は水墨画を書いてました。

9月のカレンダー作り 若久通り 福岡県

若久通りでは毎月ご利用者様の皆様でカレンダーを作成しております!!

水族館 くまとり 大阪府

施設内も涼しく感じましたよ!

いちばんですばらしい 香里園 大阪府

健康で仲良しがいちばん!!
生きてるってすばらしい!!

門真東 十二支 大阪府

毎月コツコツと利用者さんが完成させた力作です

☆樹楽神輿☆ 加納 大阪府

加納ではご利用者様と一緒に納涼祭でかつく神輿を作りました!

兵庫県 **甲東園**

樹楽甲東園の電車旅

滋賀県 **近江石山**

お誕生日会をしました!

滋賀県 **比叡山坂本**

みんなが大好きなカルタ!

滋賀県 **近江守山**

金魚すくいに挑戦!!

10月の **樹楽日和** きらくびより

樹楽(きらく) 大野台

施設見学・お問合せお気軽にどうぞ!!

《事業所番号 2779301320》

〒589-0023 大阪府大阪狭山市大野台 6-1-1

TEL.072-289-6426 FAX.072-289-6427



時の流れは早いもので、デイサービス樹楽 大野台を開設して1年という月日が経ちました。他の施設様からすれば、まだまだ短い期間ではありますが、ご利用者様とのたくさんの出会いや色々な形での別れを経験し、ご利用者様一人ひとりの人生に関わらせて頂いていることを強く実感しています。「その人がその人らしい」生活を営んでいく、そんな当たり前の想いを実現できるように微力ながら支援できればとの思いで、日々介護支援を行っています。その人らしさを失うことなく、介護支援をしていくということには明確な答えはありませんが、樹楽 大野台として大事にしている一つの指針があります。「利用者様の笑顔大切に」です。これからも、ご利用者様の笑顔がたくさん見れるような関わりを持てるよう今一度、初心に戻り職員一同、次の一年に向けて邁進していきたいと思っております。最後にこの場をお借りして、ご利用者様をはじめ、ご家族様、ケアマネジャー様地域の皆様、また樹楽 大野台を支えて頂いた皆様に、改めて御礼を申し上げ、信頼して頂ける施設をつくっていくことを誓います。



管理者：向井 健(むかい けん)

きらく **樹楽はおかげさまで103施設**

樹楽 ウェブ検索

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!

※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・ご利用についての質問はお近くの樹楽施設にお気軽にご連絡ください。

- 年中無休 24時間
- お泊り対応可
- 時間延長・送迎時間 お気軽にご相談ください

樹楽 団らんの家 下田東本郷
 〒415-0035 静岡県下田市東本郷 1-16-7
☎.0558-23-3020
 FAX.0558-23-3021

10月開所の新樹楽のご紹介

樹楽(きらく) 川崎平間
 〒211-0013 神奈川県川崎市中原区上平間1700-214
☎.044-589-7102
 FAX.044-589-7103

樹楽(きらく) たかつき
 〒569-0077 大阪府高槻市野見町 6-58
☎.072-668-4143
 FAX.072-668-4144

樹楽(きらく) 須恵町
 〒811-2115 福岡県粕屋郡須恵町佐谷 1715-11
☎.092-957-6007
 FAX.092-957-6112



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