

回												
覧												

エッ?..ホニマ ??。 34 歳から~?。

老化現象って?。ほんまかいな??。

米スタンフォード大学を中心とする研究グループが、

「人間の老化は 3 つの年齢を境に加速していくという新説を発表」2019.12.5 日

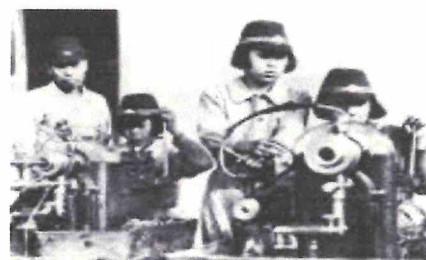
○老化は一定のペースで継続的に進行するのではない

○生理的老化は、平均 **34 歳**、**60 歳**、**78 歳**の 3 つのポイントで急激に起こる。

○男性と女性で老化プロセスが異なる。

☆戦後 75 年を顧みながら・・・。

1941 年 12 月 8 日真珠湾攻撃から米英を向こうに回し開戦し飛行機つくる?。軍艦つくる?。中学生・女学生は学徒動員で軍事工場へ。その御蔭で肉体労働が主で体力強化??に繋がり 1970 年頃までは人間動力が主体で我が国を支えてきた??・・・かな??。



(戦時中の女学生の勤労奉仕風景)

その後は、家庭には洗濯機・テレビ・冷蔵庫・冷房機等々の電化製品。それに自転車から単車に?、そして自動車に取り囲まれて現在進行形?、現在社会では体力劣化が進み若年認知・若年老齢化が進み足腰の衰えから歩行困難者の増加に繋がっていくのでは??。

……もう～進んでるぜ～……

◆ 「転ばぬ先の杖」と、日頃から身体を動かして、将来に蓄えていく?。

「って何を??」・・・

● 解っているやないか「健全な体力の増強をしておく事やがナ～!!」

■ 「ワシも歳や、もうあかんわ」と言わんと「身体づくり」をナ

(上記を参考に 35 歳から老化防止を始めては如何かな?)

☆ 体力の衰えの早い足腰の強化に

一日=20~30 分の歩行を!!

(※ 毎日の日課で厳守を)

㊥ 病気でない病人?達を、なぜ我々が介護保険料の負担をするのか?。

=介護保険料の増額に 2 号被保険者の中での発言が続発???

(参考までに)

● 介護保険料の全国平均 2,015 年~2019 年=5,514 円 (高砂市は平均より高く=5,900 円)

⇒2020~2022=6,771 円 ⇒⇒2023~2025=8,165 円の予想?、その時、高砂市は何円に?。

これでは、我々 年金暮らしは 持たんぜエ~

まだ..まだ..これから? !・持たない現象が?

- * 介護保険料は第1被保険者・第2被保険者共に年々増加して高額化が...??。
- * 2025年には、ひとりの高齢者の負担額を若者1.9人で支える形に・なる??。

◎厚労省で今回、先送りされた ↓?。改正の項目 ↓?。

- ◇ 介護保険料の負担年齢の30歳への引下げ
- ◇ 居宅介護支援の自己負担1割の導入
- ◇ 自己負担2割の対象年収の引き下げ
- ◇ 介護施設の多床室料を全額自己負担に?
- ◇ 訪問介護の生活援助、通所介護の
要介護1-2の市町村への移行

左の項目見てたら

「カンニン」

してエ~と

云いたくも

なるぜ!!

介護保険利用者が急激な増加を抑制するには「どうすればいいのですか」

= 日頃から足腰鍛え体力増強を心掛ける?。 = えっ??

上記のような改正を検討されるのは平成18年度に

要介護状態となった場合においても、可能な限り住み慣れた地域において自立した日常生活を営むことができるようにすることは、介護保険制度の重要な目的である。

この目的の実現に向けて、市町村が介護保険制度の個別給付とは別に事業として実施できるようにするため、**地域支援事業**が創設された。

そして、平成26年には「通いの場」を作ってエな~!!...と

市町村が中心となって、地域の実情に応じた多様なサービスを充実させることで要支援者に対する効果的かつ効率的な支援等を可能とすることを目指し、**地域支援事業**の中に「介護予防・日常生活支援総合事業」（以下「**総合事業**」という。）が創設された。

また、介護予防について、機能回復訓練などの高齢者本人へのアプローチだけでなく、地域づくりなどの本人を取り巻く環境へのアプローチも含めたバランスの取れた取り組みを行うため、**総合事業**の中に「**一般介護予防事業**」が創設され、この事業の中で、住民主体の「**通いの場**」の取組が推進された。



※厚生労働省は平成30年までに総合事業をスタートラインにと

目論んでいましたが???

歳出は天井知らずで出ていくし、歳入は高齢者の年金は限度があり、

2号被保険者連の献身的な意見があり「保険料をそう簡単に値上げはできない?」

となると「どうすりゃ?、いいの?よ?」

***毎日の20~30分の散歩**

そして軽い体操等を...

介護保険なんか「関係ない!!」「体力づくり」



疑問点相談 = ☎090-3866-5951 (野々村)

☆ 説明不足 (質問に回答) 等は次回から~