

★最新介護医療情報★

16年の健康寿命トップ 男性は山梨、女性は愛知 (H30.3.10 日経新聞)

厚生労働省が9日公表した2016年の健康寿命の推計値で、都道府県別では**男性は山梨(73.21歳)、女性は愛知(76.32歳)が首位だった**。男性の山梨は前回(13年時点)に続く首位で、女性の愛知は前回18位から急上昇した。首位と最下位の差は男性2.00歳、女性2.70歳。前回(男性2.67歳、女性3.29歳)と比べ都道府県格差は縮小した。

健康寿命は介護を必要とせず自立した生活を過ごせる期間。社会保障費の抑制のためにも健康寿命を延ばすことが重要だ。厚労省の研究班が3年に1度の国民生活基礎調査(大規模調査)を活用し、熊本地震の影響で調査ができなかった熊本を除く46都道府県の健康寿命を推計した。男性は山梨が首位で、2位は埼玉(73.10歳)。埼玉は前回の21位から大きく順位を上げた。3位は愛知(73.06歳)で、こちらも前回の12位から上昇。最下位は秋田(71.21歳)だった。女性は愛知に続く2位の三重(76.30歳)は前回の8位から順位を上げた。前回首位の山梨(76.22歳)は今回3位。最下位は広島(73.62歳)だった。

男女とも健康寿命が長い山梨について、厚労省は「山梨は男性の野菜摂取量が多いほか、男女ともがん検診の受診率が高い」と話す。愛知については健康づくりの指導者を養成し、運動する住民を増やしてきた取り組みなどが奏功しているのではないかとみている。

健康寿命の都道府県格差は、男性は10年が2.79歳、13年が2.67歳、16年が2.00歳と縮まってきた。女性は10年の2.95歳から13年に3.29歳と広がったが、16年は2.70歳と縮小した。介護予防に取り組む自治体の増加などで格差は縮小しつつある。

研究班代表の辻一郎・東北大教授(公衆衛生学)は「がん検診の受診率の向上や糖尿病の重症化予防などの取り組みを一層、進める必要がある」と話す。高齢者の社会参加の場を広げていくことが、認知症の予防につながるという。

クワカ砂漠で栽培 生薬入り 「近大カレー」高島屋などで販売へ (H30.4.19 日経新聞)

近畿大学は18日、中国のクワカ砂漠で栽培されている生薬「カンカ」を入れたカレーを商品化したと発表した。共同企画した高島屋の大阪府内の店舗や、大学構内の生協で26日から取り扱いを始め、在阪のスーパーを中心に順次販路を拡大する。

カカはクワカ砂漠に生える「ベニヤナギ」の根に寄生する植物で「砂漠人参」とも呼ばれる。

近大は中国の大学などと組み、カカの**抗酸化作用や認知症に対する機能の研究**を進めている。クワカ砂漠でベニヤナギの植林事業にも取り組んでおり、カカの利用が広がれば現地の地域振興にもつながると期待している。

商品は近大が監修し、大阪の食品メーカーが製造する。野菜と鶏ひき肉を煮込んだキーマカレーに粉末状にしたカカを200ミリグラム配合し、価格は200グラム入りで540円。

地域ルピナス講習会のお知らせ

第19回城東地域リハビリ勉強会

⇒栄養とリハビリテーション

開催日：平成30年6月16日(土)

時間：午後6時00分～午後7時00分

場所：城東区民センター 中会議室

講師：ルピナス理学療法士 池田遼



第59回東大阪地域リハビリ勉強会

⇒認知症とリハビリテーション

開催日：平成30年6月21日(木)

時間：午後6時00分～午後7時00分

場所：東大阪市立東体育館 第三研修室

講師：ルピナス理学療法士 井上直大

第29回忠岡地域リハビリ勉強会

⇒訪問リハビリにおける

看護の定期介入のメリット

開催日：平成30年6月22日(金)

時間：午後6時30分～午後7時30分

場所：忠岡町文化会館 3階会議室

講師：ルピナス理学療法士 池辺晃子

