

**里の秋**  
作詞：斎藤信夫  
作曲：海沼実

しずかなしずかな 里の秋  
おせどに木の葉の 落ちる夜は  
ああ かあさんと ただ二人  
栗の実にたえます いろいろばた

あかるいあかるい 星の空  
なきなきよがもの 渡る夜は  
ああ とうさんの あのえがお  
栗の実たべては おもいだす

さよならさよなら 椰子の島  
お舟にゆられて かえられる  
ああ とうさんよ ご無事でと  
今夜もかあさんと 祈ります

房総の民話

善哉庵の尼さん

いつの頃からか、船戸に「善哉庵（ぜんざいあん）」という、お坊さんもない荒れ寺がありました。春になると寺の庭には水仙の花が咲きました。医王寺のお坊さんが時々見まわりに来ては、水仙の花をながめました。



「この庵（いおり）もだいぶ傷んできたわい。雨ももるし、柱もくさりはじめている。このままでは檀家（だんか）の人に申しわけない。このきれいな水仙の花がなかったら、わしとて足が向かなくなる。」お坊さんはぶつぶつとひとりご

とをいいながら、本寺（ほんじ）にかえっていきました。

ある日のこと、善哉庵に若い尼さんが訪れてきました。胸に小さなつつみをかかえ、ありがたのお経をとなえはじめました。村の人は尼さんに「もし、よかつたらこの寺にとどまり、代官や本多さまのお墓を守ってください。」と、たのみました。

「わたしでよければ、この観音さまといっしょに、寺を守りましょう。」

尼さんはそう答えると、小さなつつみを解き、中のものを仏だんに安置しました。身の丈五寸ほどの十一面観音さまでした。

尼さんが住むようになると、善哉庵はすっかりきれいになりました。くちていた、たたみも障子もあたらしくなりました。床も柱もみががれました。この寺を菩提寺にする人びとが集まり、毎年八月になると祭りを行うことにしました。かんのんこもり、といわれ、作物の豊作を祝い、家内安全を祈る祭りになりました。家々から米や、いもや、やさいを持ちよってお経をとなえながら寺に一晚こもるのです。

やがてこの祭りは遠くの村や町にもつたわりました。八月十七日の縁日には数えきれない人でにぎわいました。

尼さんのご説法（せつぼう）をきくために門前には長い列ができるほどでした。

善哉庵には境内の中ほどに大きな



一本杉がありました。この木のもとに、本多さまの家族が葬（ほうむ）られた墓地があり、これをとり囲むようにたくさんの石塔が並んでいます。ふしぎなことごどの石塔も田中家か、平久（たいらく）家で、どちらも代官の子孫といわれています。

尼さんは一つ一つの石塔にさわりながら小さな声でお念仏をとなえました。

春が過ぎ、夏が来て、秋になりました。尼さんは境内の落葉を掃きながら「そろそろこのへんで」と、つぶやきました。

冬のはじめ、水仙の芽が出てくるころ、そつと善哉庵を出て行きました。つつみの中には小さな水仙の球根が一株おさまっております。

「たかの知れた社会なんだ」

ぼくらはひとに  
褒（ほ）められたり  
貶（けな）されたりして、  
びくびくしながら生きています。  
自分がひとにどう見られるか  
いつも気にしている。しかしね  
そういう自分というものは、  
本当の自分じゃあなくて、  
社会に関わっている自分なんだ。

もうひとつ  
天と地のむこうの道（タオ）に  
つながる自分がある。  
そういう自分にもどれば  
人に朝（あさ）けられたって褒められ  
たって  
ふふんという顔ができる。  
社会から蹴落（けお）とされるのは  
怖いかもしれないけれど、  
タオから見れば  
社会だって変わっていく。だから  
大きなタオの働きを少しでも  
感じれば  
くよくよしなくなるんだ。  
たかの知れた自分だけ  
社会だって、  
たかの知れた社会なんだ。

もっと大きなタオのライフに  
つながっている自分こそ  
大切なんだ。  
そのほうの自分を愛する  
ようになれば  
世間からちよつとパンチを  
くらったって

加島祥造

平気になるのさ。だって  
タオに愛されている自分は  
世間を気にしてびくつく自分とは  
別の自分なんだからね。

社会の駒のひとつである自分は  
いつもあちこち突き飛ばされて  
前のめりに走っているけれど、  
そんな自分とは  
違う自分があることをしって  
ほしいんだ。

タオ…礼や義などを超越した真理。  
天地一切を包含する宇宙自然。  
万物の終始にかかわる道



老子第13章「タオ」  
加島祥造（筑摩書房）

加島 祥造は、日本の詩人、アメリカ文学研究者、翻訳家、随筆家、タオイスト、墨彩画家。詩作のみならず、アメリカ文学の翻訳にて名声を得た後、壮年期より漢詩を経て老荘思想に大きな影響を受け、文筆のみならず絵画なども含めた幅広い創作活動や執筆活動を通して西洋と東洋の双方を見渡す位置からタオイストとしての一貫した姿勢を私生活でも死去するまで徹底した。



おひとり様でも不安なく笑顔で暮らせるお手伝いをしたい。愛の会はそんな思いから生まれました。

一般社団法人 愛の会 〒260-0045 千葉市中央区弁天1-15-1細川ビル4階

めぐみ  
愛の会  
043-287-1975  
https://meguminokai.or.jp/

「身元保証」「生活支援」「金銭預託管理支援」「公正証書遺言作成」  
「成年後見人支援」「葬送支援」「死後事務支援」「遺品整理」



編集後記

秋号(12号)をお読みいただき、ありがとうございます。どれが心に残りましたでしょうか。日本でのコロナ感染者が2千万人を超えました。6人に一人が感染した勘定になります。コロナ感染症による死者数が42,350人(9月10日現在)です。感染者500人に1人がなくなる事になります。みさとファミリークリニックの松田正院長は、「感染を疑ったときすぐ治療に入れる先人の知恵が詰まった漢方薬の力をもっと知ってほしい」と訴えておられます。綾小路きみまろさんの話も説得力がありました。是非皆様のご意見をお寄せください。(編集者)

クイズの答え

答え：L8

(ここでは難しい算数は必要ない。絵をひっくり返せば良いのだ)



Trick or Treat

終活をする理由「おもいやり」を届けるために

二〇一二年の新語・流行語大賞でトップテンに選出された「終活」という言葉。今では、かなり一般的な言葉になってきたように思います。ここ数年では、雑誌社葬儀社など様々な会社が、終活に関する意識調査を行っていて、その調査結果には大変興味深いものがあります。



グループ 弁護士事務所 行政書士 佐藤 美由紀

◆終活をする理由は？

「終活をする理由は？」との質問も、複数の機関の調査でなされています。それらに共通して、第1位となっている回答があったのですが、何だと思えますか？それは、「家族やのこされた人に迷惑をかけたくないから」というものでした。



「迷惑をかけたくない」というのは、迷惑をかける可能性のある家族やのこされた人への「おもいやり」と言えると思います。そう思うとこの調査結果には、とても温かい気持ちにさせられます。

◆のこされた人のための遺言

すっきりと家の片づけをしておく、不要な銀行口座などは整理し、相続

1 遺言書を銀行の貸金庫に入れない  
亡くなった後に、遺言書通りに遺産を承継するためには、不動産は法務局で、預貯金は銀行で相続手続きをする必要があります。その際に使用する遺言書は、大切に保管しておく必要がありますが、銀行の貸金庫に保管することは避けましょう。

銀行の貸金庫を開扉するには、相続人全員で手続きを行う必要があります。代表の相続人一人でも相続手続きができるように遺言書を作成して、たととしても、その遺言書を貸金庫から取り出すために、相続人全員での手続きが必要となってしまうのです。

2 新たに遺言書を作成したら、過去の遺言は撤回し、残さないこと

遺言書は、亡くなるまで何度でも書き換えることができます。そして、例えば同じ財産の承継について、複数遺言書があった場合には、日付の新しいものが有効となります。古い日付の遺言書が処分されずに残っていると、その遺言書で手続きを進めてしまった後に、新しい日付の遺言書が発見されることもあるのです。この場合、手続きをやり直す必要が出てきてしまい、費用も手間も、相続人にとっては大きな負担となります。

トラブルのもとにもなりやすいので、紛らわしいメモ書き等も含め、過去の遺言書は処分しておくことでよいでしょう。



3 遺言書を作成したら、相続人に遺言書の存在を伝えておきましょう

相続人が遺言書の存在を知らない、相続人間の協議で遺産分割の手続きを進めてしまいます。遺産分割協議に基づいて手続きを進めた後に、遺言書が発見されるケースもあるので、手続きのやり直しの負担が生じる可能性もあるのです。

生前に遺言書の存在を伝えたい場合には、自筆の遺言書であれば、法務局での保管制度を利用することで、遺言者が亡くなった際、あらかじめ指定した相続人に、遺言書が保管されている旨の通知をもらうようにすることも可能です。

◆遺言書を作成する際に気をつけたいこと

もちろん、遺言の内容も重要です。内容については、遺言者の個人事情によって、気をつけるべき点は様々です。一度専門家に相談されるとよいと思います。

のこされた人への「おもいやり」から始められることが多い終活。遺言書を作成される際には、気を付けたいポイントを知っていただき、その思いを最大限に届けていただきたいと思います。



損得勘定で生きると  
痛い目にあう

綾小路きみまろ

1950年、鹿児島県生まれ。キャバレーの司会や演歌歌手の専属司会を務めながら修行を積む。2002年、「爆笑スーパーライブ第1集 中高年に愛をこめて」をリリース。以後中高年のアイドルとなる。



人間は何でも二つに分けて比べようとする生き物です。面白い、かつまらないか、好きか嫌い、損か得か……。

みなさんがなにかについて判断したり、行動するとき、この中で重要視するのは何でしょうか。今の世の中では、損か得かで物事を決める人が多い気がします。こちらの店のほうがあっちの店より五〇円安い、といったものから、あの人と結婚するよりこっちの男と結婚した方がいい生活ができる、この仕事を断つてあの仕事をした方が稼げるといったもので、いろいろあると思います。

もつとも損得勘定は、自分の迷惑通りにいかないことが多いものです。あの人と結婚するといふ暮らしができると思つたのに、会社では出世できず、景気が悪くて給料もダダ下がり、パートの仕事を二つも三つも掛け持ちしないと生活が回らなくなってしまう……。

この仕事はチャンスだ。これを成功させたら周りの評価もぐんと上がって、仕事がじゃんじゃんくるぞ。そう期待したのに、トラブル続きで結局、うまくいかずじまい……。そして結果的に、痛い目にあう。スーパーであっちの店より三〇円安いから得だという計算は出来ても、仕事や結婚、人との付き合いなど大きなことは、本当に何が得で何が損

かなんてわからないものです。視界に入ってくる損得のレベルだけでは、計り知れないものがある。ですから、目先の得に安易に惑わされたりしないほうがよいと思います。これまでいろいろな人を見てきて感じるのは、損得勘定をよくする人は、長い目で見ると、結局あまり得をしていなくて、実は損をしているということです。

その中にはいけいけどんだんな会社の経営者で、商売の損得にすごく目ざといのですが、社員の人望がなかったり、取引先の信頼を損なうようなことを重ねたりして、一時はよかったものの最終は会社をつぶしてしまつた人なんかもいます。

損得勘定にとわられすぎて、最終的には損をしてしまうケースというのは、損得の計算以前に、もつと大事にしなくてはいけないことがある。そかになつてはいいからだと思つても、真面目に一生懸命に取り組むことだったり、納得感だったり、面白さだったり、そういうものが、本来は損か得かの計算より先に来るべきだと思つています。私はその思いだけで仕事をしてきたといつても過言ではありません。

人との縁は特に大事です。結局、人生における様々なチャンスはすべて、人との出会い、人とのさまざまな縁から生まれるものだと思うから。しかも、損得の計算をしてしまつると、お世話になつた人でも「もうこの人とは、付き合い合つてもメリッ

トがない」と離れてしまつたりするわけですね。けれども、そういう人との付き合いかたというものは、他の人に対してどこかソロバンをはじいているように感じられて、あまり信用されなかつたりします。信頼されないというのは、実はものすごく損なことなのに、当人は目先のことにどらわれて、意外と気づかなかつたりするものです。ですから、出会い人との縁は本当に大切にしないと、いけません。七〇代ともなればなおさらです。

私は義理がある人からの仕事は、どんなに悪い条件でも受け取ります。こつちの方がいい条件だからといって、その人を裏切るようなことは絶対にしない、という姿勢です。仕事をしています。

私は出会つた様々な人たちのお蔭で、ここまでこられたと感じています。人間関係においては損か得かなんてことは関係ないのだと思つています。そもそも、損か得かなんて考えないほうが人生はすっきりするし、楽しく生きられる気がします。そのためにも、人生において何が本当に大事なことになるのか、ということをおもひやりと常におもひやりにしたいと思つています。

「人生は七〇代で決まる」  
(幻冬舎新書)より抜粋

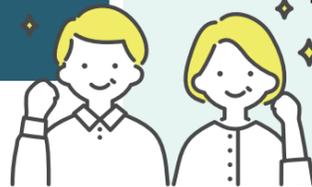


# スーパーセンテナリアン 調査で見えてきた 「超健康長寿」の機序

慶應義塾大学医学部 百寿総合研究センター・新井康通教授に聞く



二〇二〇年に八万人を超えた日本の百寿者（一〇〇歳以上の人）の数は、二〇二一年九月には八万六五〇〇人となり、五一年連続で過去最多を更新している。そんな中、二〇年以上も継続して実施している「百寿者調査」や、一〇〇歳以上のスーパーセンテナリアン（超百寿者）に対する調査など、世界最大級の学術調査を通して、科学的な根拠に基づいた健康長寿の秘訣を探っているのが、慶應義塾大学医学部百寿総合研究センターだ。百寿者や超百寿者の血液データなどから分かってきた「超健康長寿」の機序などについて、同センターの新井康通教授にインタビューした。



センテナリアン三六人を含む一〇〇歳以上の八九六人と、八五〜九九歳の五三一人の計一四二七人の血液データの解析と追跡調査の結果分かってきたのが、二つの血液バイオマーカーが生物学的な老化のカギを握っていることだ」と新井教授は話す。その一つは、心不全の診断に使われる検査数値の「NT-proBNP」だ。NT-proBNPは心臓から血液中に分泌されるホルモンの一種で、全身へ血液を送るポンプ機能が低下するほど多く分泌され、数値が高くなる。一般的に、加齢と共に心臓の機能が低下するのは避けられないが、一〇〇歳以上まで長生きしたスーパーセンテナリアンは、一〇〇歳時点でのNT-proBNPの血中濃度が、他の百寿者より顕著に低かった。

スーパーセンテナリアンは、一〇〇歳時点でも介護が必要なく身の回りのことが自分でできる人が多く、健康長寿の超優等生です。NT-proBNPの上昇を緩やかにする、つまり、心臓の老化を遅らせることが寿命、さらには健康寿命を延ばすポイントだということだ。では、心臓の老化を遅らせるにはどうしたらよいかということだ。東京都在住の八五〜九九歳の約五四〇人の血液データと生活習慣の関係を調べたところ、定期的な運動を継続しているとNT-proBNPが低く抑えられ、心臓機能が保たれていることが分かりました。さすがに一〇〇歳を超えて運動をしている人は少ないのですが、八五歳を過ぎても散歩や公園でのラジオ体操を日課にしていたり、ゴルフ、水泳、ジョギングなどの運動を定期的に行ったりしている高齢者は、心臓の老化が進みにくいのです。



百寿者は、大正、昭和、平成という激動の時代を生き抜いてきただけではなく、九〇歳を超えても自分で身の回りのことが出来る人が多い健康長寿のモデルとなる高齢社会のエリートだ。中でも、スーパーセンテナリアンと呼ばれる一〇〇歳以上の超百寿者は超高齢社会の日本でも非常に少なく（二〇二〇年一〇月時点は一四一人）、その健康データは、抗老化のメカニズムの解明を後押しする貴重なものとして世界的にも注目されている。

「これまでの我々の研究では、百寿者は、他の高齢者に比べて糖尿病や動脈硬化、認知症の有病率が低く体中の慢性炎症が年齢の割には少ない、つまり、老化が遅いことが分かっています。そして、最近、スーパー

もよくなったせいでどんどん機能低下してしまうようになるのです。骨密度がどんどん低下して骨粗しょう症が進み、骨の中身がスカスカ状態になってしまっています。人間の骨がリンやカルシウムの貯蔵庫になっていて、骨量低下が進む」ということは骨という貯蔵庫からリンやカルシウムが溶け出して、血中に入ってしまうということです。他に他ならないのです。すると、どうなるかという、リンを食べ過ぎた場合と同じような状態になっていくのではないかと考えられます。

こういった骨量低下を防ぐために、今最も有効と目されている治療手段は何なのでしょう。実は、その治療手段が「運動」なのです。宇宙に長期滞在する飛行士は、筋肉や骨にプレッシャーがかかるように作られたトレーニングマシンを使って、毎日長時間、意識的に体を動かしています。体を動かしていないと骨からリンが溶け出して、骨粗しょう症や慢性腎臓病が加速してしまうため、運動をやめるわけにはいかないのです。

つまり、リンという老化加速物質をしっかりと制御していくには「食事」だけでなく、「運動」も必要だということだ。そして、これは宇宙飛行士のような特別な人のみならず、一般の私たちにとっても当てはまる事なのです。つまり、私たちの老化進行を左右する物質・リ

## 若々しく長生きするために、今私たちに出来ること

黒尾 誠

皆さんが学生時代の同窓会に出席して、ものすごく久しぶりに級友と顔を合わせたとき、もしも若々しく、若々しい人がわりとくつきり分かれませんか。いったい誰だったかと思いついて、いったいに枯れて、老け込んでしまった人もいます。かと思えば、髪や肌にもまだハリやつやがあって、学生時代のころとたいして変わらなような活力や若々しさをキープしている人もいます。いったい、こうした差はどうしてつくのでしょうか。

「リンは老化加速物質です。普段からリンを必要以上に摂っていかかり、腎機能がより早く衰えていきます。腎機能が落ちるとともに、血液中にリンがたまるようになってくると、細胞毒のペプチドが増え、血管や細胞に障害をもたらして老化や病気をどつと勢いづけるようになっていくのです。私は、人の老化のスピードを勢いづけてしまいかどうかには、日々のリン摂取量がかかり影響しているのではないかと見ています。」

最近、私はJAXA（宇宙航空研究開発機構）と、「老化のメカニズムを明らかにする」というテーマを共同研究しています。宇宙の無重力環境では、老化でみられるからだの衰えが一部ものすごいハイスピードで進行します。宇宙においては筋肉量が地上の約二倍のスピードで減っていく、骨量に至ってはなんと地上の約一〇倍のスピードで減ってしまっているのです。

このように減ってしまう大きな要因は「体を支える必要がなくなる」からです。無重力状態で体がふわふわと浮いてしまうような状況では、筋肉や骨は体を支えなくてもよくなります。つまり、筋肉や骨は「体の重みを支える」という仕事から解放され、働かなくて

リンは、こうした骨と腎臓の流通管理ネットワークによってコントロールされているのです。この管理コントロールシステムが立ち行かなくなって、リンの恒常性（リンの体内状況が常に一定に保たれていること）が維持できなくなった際に現れてくる不調が「老化」なのです。

皆さん、もう応えはお分かりです。そう、「動くこと」に関して、骨中のリンが漏れ出さないようにしていかねばなりません。「食べることに気をつけて、リンを摂りすぎないようにしていかなくてはなりません。」

「リンの摂りすぎ」が与える影響も無視できないと思いませんか。勿論まだまだ想像の域を出ない話ではあるのですが、もしかしたら、日々リンをどれくらい摂っているかが、その人の見



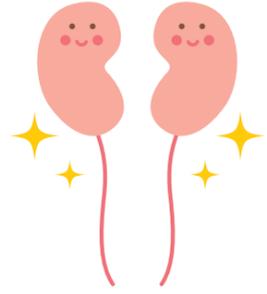
このように減ってしまう大きな要因は「体を支える必要がなくなる」からです。無重力状態で体がふわふわと浮いてしまうような状況では、筋肉や骨は体を支えなくてもよくなります。つまり、筋肉や骨は「体の重みを支える」という仕事から解放され、働かなくて

リンは、こうした骨と腎臓の流通管理ネットワークによってコントロールされているのです。この管理コントロールシステムが立ち行かなくなって、リンの恒常性（リンの体内状況が常に一定に保たれていること）が維持できなくなった際に現れてくる不調が「老化」なのです。

皆さん、もう応えはお分かりです。そう、「動くこと」に関して、骨中のリンが漏れ出さないようにしていかねばなりません。「食べることに気をつけて、リンを摂りすぎないようにしていかなくてはなりません。」



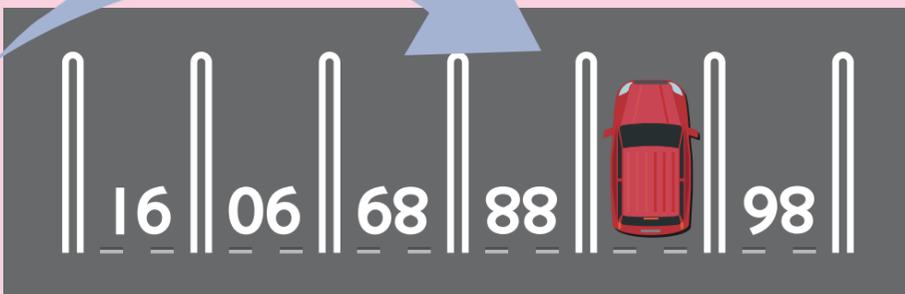
1985年、東京大学医学部卒業、自治医科大学病態治療研究センター抗加齢医学研究部教授。余分なリンを腎臓から排出させる脊椎動物の老化抑制遺伝子「クロト」の発見は世界初の快挙となった。幻冬舎新書「腎臓が寿命を決める」より抜粋。



## クイズ

右の絵の車が止めてある駐車スペースの番号は？

答えはこの号のどこにあるよ！探してみてね!!



# ◆ 成年後見制度をもっと身近に

政府は成年後見制度の利用を促すことを目指す新たな基本計画を閣議で決めた。二一年度からの五年間の計画となる。

この制度は、認知症などで判断能力が不十分な人に代わり、後見人が財産管理や福祉サービスの手続きをするものだ。認知症の高齢者は二〇二〇年で約六〇〇万人、二五年に約七〇〇万人という推計もある。一方、利用者は二一年末時点で約二四万人にとどまり、まだ十分に使われていない。利用者の視点にたつて、より使いやすく身近なものにしなければならぬ。

計画の大きな柱となるのが、後見人の柔軟な交代を推進することだ。家庭裁判所が選任する後見人は、いまは弁護士などの専門職が多くを占める。親族は二割程度にすぎない。専門知識が必要な場面では専門職が、暮らしによりそった日常的な支援は親族や自治体が養成する市民後見人が担う、といったことが想定される。

また、いまは原則としていざ利用を始めたなら、途中でやめることはできない。後見人への報酬も長期にわたって必要になり、利用をためらう一因とされてきた。本人にとって必要な範囲、期間だけ利用できるような制度を見直すことも検討する。

これらの方針は、いずれも利用のハードルを下げることにつながり、評価できるだろう。成年後見制度が地域にしっかりと根付くよう、政府は二四年度末までに全市町村が「中核機関」を整備することを目指している。住民などからの相談に応じ、地域のさまざまな関係組織のコーディネートにあたることだ。二〇年一〇月時点の調査では、全体の四四％にとどまっている。整備を加速してほしい。

成年後見制度は、高齢者らの暮らしを支える大事なセーフティネットだ。過度にがちがちな仕組みにすると、かえって守るべき人を遠ざけてしまいかねない。高齢化の進行に追いつかなくなるのは困る。対応は待たない。二〇二一年四月二四日日本経済新聞から



## 第一計画の課題と第二計画における対応について

### 第一計画における課題（平成29年度～令和3年度）

- ◆ 成年後見人制度とその運用について
  - ・後見人等が選定されると、判断能力が回復しない限り、預貯金の解約等の課題解決後も成年後見制度の利用が継続して、本人のニーズ変化に対応できないこと（制度があまり利用されない）
  - ・後見人等が本人の意思を尊重しない場合があること※親族 20% 親族以外 80%（うち弁護士 26%、司法書士 38%）

- ◆ 成年後見人の報酬について
  - ・後見人等の専門性や事務の内容に見合った報酬額の決定が必ずしもされないこと
  - ・市町村により報酬所税事業の実施状況が異なること

- ◆ 地域連携ネットワークづくりについて
  - ・小規模市町村を中心に、本人の利権擁護支援を適切に行う地域連携ネットワーク（行政・福祉・法律専門職・家庭裁判所の連携のしくみ）の整備が進んでいないこと
  - ・高齢者の増加に伴う制度の利用ニーズ増に対応するための担い手確保

### 第二計画における対応（令和4年度～令和8年度）

- ◆ 成年後見人制度の見直しに向けた検討と権利擁護支援策の総合的な充実
  - ・成年後見制度（民法）の見直しに向けた検討を実施
  - ・成年後見制度以外の権利擁護支援策の検討を実施（民間事業者・寄付による権利擁護支援への取組等を促すための方策の検討。検討を踏まえ福祉制度・事業の見直しを検討）

- ◆ 成年後見制度の運用の改善
  - ・家庭裁判所と地域の関係者の連携により、本人にとって適切な後見人の選任や状況に応じた後見人の交代を実施。都道府県による意思決定支援研修の実施。

- ◆ 後見人への適切な報酬の付与
  - ・最高裁・家庭裁判所で適切な後見人の算定に向けた検討を実施。併せて報酬助成事業の見直しを含めた対応を検討
  - ・成年後見制度の見直しの検討の際、報酬のあり方も検討。併せて関係省庁で報酬助成等の制度の在り方も検討

- ◆ 地域連携ネットワークづくりの推進
    - ・都道府県の機能強化（都道府県レベルの法律専門職・家庭裁判所を含めた会議体の設置等）により地域連携ネットワークを全市町村で早期に整備（整備率は R2.10月:15%、R3 年度末見込み:44%）
    - ・地域連携ネットワークの計画的整備のため、全市町村で基本計画を早期に策定（策定率は R2.10月:16%、R3 年度末 59%）
    - ・市民後見人や法人後見の担い手の育成（都道府県が育成方針策定）
- ※担い手の支援は地域連携ネットワークで実施

## 成年後見制度の全体像

|   |  |
|---|--|
| <p>既に判断能力が不十分</p> <p><b>法定後見</b></p> <p><b>家庭裁判所の審判</b></p> <p>判断能力に応じて3類型</p> <p>後見（こうけん）<br/>補助（ほじょ） 保佐（ほさ）</p> | <p>まだまだ元気だけど将来がちょっと不安</p> <p><b>任意後見</b></p> <p><b>契約</b></p> <p>現在の生活状況、希望する将来のライフスタイルに合わせて契約することができる</p> <p>1. 見守り契約 3. 死後事務契約<br/>2. 財産管理契約 4. 公正証書遺言</p> |
|---|--|

## オミクロン株、漢方薬が有効

漢方薬は PCR 検査の結果を待つことなく、新型コロナを疑った時点からすぐに治療開始できる利点がある。デルタ株までは漢方薬治療の効果は限定的な印象だったが、今年一月の上がった。漢方薬の投与開始四八時間以内に、約八〇%の患者が解熱し、症状は軽快した。使用した漢方薬は、約一〇〇年前のスペイン風邪（インフルエンザ）流行時に先達が開いた方法であり、決して新しい用法ではない。薬が存在し使用法も分かっているのに漢方薬の選択肢が広がらないのはとても残念に感じている。西洋薬の抗ウイルス薬は診断が確定してから使用となり、初期治療の遅れが一番大きな問題だ。その点、漢方薬は新型コロナを疑った時点からすぐに治療開始できる利点があり、それが重症化を抑制していると推量している。PCR検査の結果を待つことなく、一刻も早く治療を開始することがより重要であると認識している。西洋薬では通常、解熱剤、せき



私は埼玉県三郷市で開業医をしている。新型コロナウイルスの患者に対する漢方薬治療の効果は、デルタ株までは限定的だったが、オミクロン株以降は有効率が格段に上がった。八月までの一年間、「日経メディカル」で医師向けに漢方薬治療について連載する中で何度か伝えた。詳細を掲載したが、ここでは概略を



みさとファミリークリニック  
院長 松田正  
(2022年9月8日日本経済新聞から)

止めのみの対症療法が多いと思うが、それでは重症化やコロナ後遺症を防ぐ効果も限られる。発症早期から治療を開始できるメリットはとて大きいと感じている。今回の第七波では〇歳児の症例が大幅に増えているのも特徴だ。〇歳児や小児、妊婦に使用できる抗ウイルス薬はないが、小児の場合、漢方薬治療によって一日で解熱して元気になるケースも多く、低年齢ほど有効と感じる。漢方薬は血液透析中の患者や高齢者にも投与でき、禁忌なく全年齢に投与できるのも大きなメリットだ。私だけでなく、漢方薬治療をしている医師の多くが感じていることだが、急性期に漢方薬治療をすることで、ほとんどコロナ後遺症を認めない。当院にはコロナ後遺症の患者も来るが、ほぼ全例が他院で解熱鎮痛剤のみ処方されていた患者だ。重症化予防だけでなく、コロナ後遺症を予防する観点からも急性期の漢方薬治療は重要なアプローチ方法だと考えている。