



2018年02月号

さくら

発行：偕行会透析医療事業部 さくら編集委員会

「健康寿命をのばしましょう」

偕行会グループ 副会長・(医社)偕翔会 理事長

堀川 和裕

何年か前から「健康寿命」という言葉をよく耳にするようになりました。介護を必要としないで生活できる寿命のことで、日本では平均寿命と健康寿命との間には10年ほどの差があると言われていています。つまり、現在のところでは、平均をすると人生の終盤に10年くらいの介護を必要としているということになります。



もし、ある人の寿命と健康寿命が一致すれば、

その人は一生涯介護を必要としなくて済みます。できればそうありがたいですよ。また、すでに介護をお受けになっている方でも、できるだけ少ない介護でご自分の生活ができるといいですよ。

