

「健康で心豊かに長生きをしましょう。」(47)

平成 28 年 8 月 30 日

村山 章

超高齢社会となった我が国は、年々膨張する医療費をどう抑えるかが大きな課題です。厚生労働省をはじめさまざまな団体が、「+10（プラス・テン）から始めよう！」とか、「いつでもどこでも+10」などと、今より 10 分多く毎日、体を動かす習慣を勧めています。体を動かして生活習慣病を予防し、少しでも健康寿命を延ばして、ロコモティブシンドローム（略称：ロコモ=運動器症候群）を減らそうとしています。この「ロコモ」とは、筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、もしくは複数に障害が起こって、立ったり歩いたりする機能が低下した状態を示します。

新しい癌免疫治療薬「オプジーボ」が保険診療で一部の癌に使えるようになったという記事が、先日の読売新聞に掲載されていました。ただ、優れた延命効果を示すものの治癒を得ることは難しいとありました。1 年間使うと約 3500 万円と極めて値段が高くなるため、「高額療養費制度」により患者の負担額は月に数万～数十万に抑えられ、残りは税金や保険料で支払われるとのこと。ただ、75 歳の肺がん患者に年間 3500 万円をかけて 76 歳に延命する行為をどう考えるかという問題が残ります。難しい判断ですね。世界的に、癌検診は 70 歳をほぼ上限として実施されているようですが、我が国では年齢上限がないとも記されていました。

年間医療費の約 40 兆円のうち、約 36%が 75 歳以上の医療費というデータもあります。高齢になれば癌だけではなく、さまざまな合併症も伴います。認知症の患者さんもドンドン増えます。癌イコール死だった頃には、癌を神様からのプレゼントと言う方もおられました。尊厳死の観点も含め、本当に難しい問題ですが、死をどう受け入れるかという考え方にも関わってきますね。

指先を使い、体を動かすこの貸タオル業が少しでも健康で長生きすることに役立てばと思います。笑顔を大切に共に挑戦していきましょう。