LPAの会からのお役立ち情報

認知症にならない為に②

認知症にならない為に②

もし認知症になったら

もし認知症になったらほんとどうしようかと思いますが、その前にもし認知症かもしれないと思ったら、どうしたら良いのでしょう。
1. かかりつけ医から専門医へ繋いでもらう
2.「もの忘れ外来」で調べて、大きな市には拠点病院有
3. 地域包括支援センター（各市町村に有り）に問合せ、分からなければ市役所から繋いでもらう
4. 認知症の電話相談（公社）認知症の人と家族の会 0120－294－456
受付時間 月～金（祝日除く）10時～15時
携帯 050－5358－6578（有料）
他全国の支部でも電話相談有

認知症と診断されたら

1. 自動車の運転は出来ない
2. 銀行に認知症だとわかってしまったら、口座利用不可になります。本人に判断能力がある間に「代理人カード」を作成
3. 不動産を管理、売買出来ない可能性有り
4. 相続手続き（遺産分割協議）が進められない
出来ない事を可能にする為に、成年後見制度を利用する必要があります。

法定後見 第三者である「成年後見人」に財産を管理してもらう（親族後見2割以下）
任意後見 自分で後見人を決められ、公正証書で行う
認知症を発症したら、後見人予定者が家庭裁判所に任意後見監督人の申し立てをし、決まり次第後見が開始される

メリットとして、色々な事が可能になる反面、デメリットとしては本人のお金は本人の為にしか利用出来ず、毎月報酬が本人死亡迄掛かります。後見制度が利用出来る迄に、3～6ヶ月の時間が掛かります。
その他に「家族信託」という制度もあります。判断能力の低下前から信頼出来る人に、財産管理を任せる事が可能です。信託の目的に従って、信託財産の管理・運用・処分が可能です。
デメリットとして、都会では利用が多いですが、地方では専門家が少なく、「成年後見制度を補完して遺言の代わりになる」と言われていますが、初期費用として、50～100万円が必要で信託出来ないものも多くて、利用するには難しい制度です。

認知症になってしまったとしても、緩やかに進行を防ぐ為に、薬を飲む（薬があるのは主にアルツハイマー型認知症）なり、リハビリをするなり、日常生活を大幅に変えないなりして、今を楽しみましょう。

コープな話し

国際協同組合年（ICA）について②

世界の協同組合について

【地球規模の協同組合】
私たちが日頃から利用している農協（JA）や生協などの「協同組合」は世界中に存在します。世界の協同組合の連合組織である「国際協同組合同盟」（ICA）には百カ国の協同組合組織が加盟し、その加盟組織の組合員総数は延べ10億人を超えます。国による制度の違いはありますが、それぞれの協同組合は、協同組合の世界共通のルールである「協同組合のアイデンティティに関するICA声明」にのっとった運営を行っています。現代につながる生協はイギリス、農村・都市部の信用組合（銀行）はドイツ、デンマークの酪農協同組合やフランスの労働者協同組合など、協同組合の多くは、19世紀半ばのヨーロッパで誕生しています。いずれも産業革命が進展し、資本家と労働者という階級格差、都市と農村という地域格差が生まれる中で、一人ひとりは弱い立場の人々が連帯してより良い生活や仕事を求めて協同組合が組織されました。

【各国の特徴】
現在でも協同組合は世界中で人々の生活の向上やより良い仕事、持続可能な社会の実現のために活動しています。スイスでは2つの生協で食品小売の70％を超えるシェアを有しています。ニュージーランドの酪農協同組合は同国の輸出額の25％を占めるほどの影響力があります。スペインのバスク地方は労働者協同組合が地域経済を支えており、協同組合は、工業生産から小売、金融、教育まで運営しています。イタリアや韓国では大規模な生協や農協とならび、地域の課題解決のために小規模な協同組合が活動しており、公共的な事業を行ったり、障がい者や移民、元受刑者など様々な課題を抱えた人々の雇用創出の場にもなっています。また、ドイツでは地域住民が自然エネルギーを利用した電力協同組合を立ち上げてエネルギーの地産地消を行っています。イギリスでは、サポーターが組合員の協同組合形式のサッカーチームや、地域住民が組合員のパブが存在しています。

2025年は国連が定めた国際協同組合年です。世界の協同組合と交流・連携しながら日本の協同組合も持続可能でよりよい世界を築くために貢献することが求められています。

国際協同組合年
協同組合はよりよい世界を築きます

Q&A拡大版

CA貯蔵の「りんご」のニオイが気になるので、原因を教えて欲しい。

「3月頃から販売されるりんごは、基本的にCA貯蔵という貯蔵技術で管理されたりんごです。このCA貯蔵とは、酸素濃度を低くし、りんごの呼吸を抑え冷蔵保存する技術です。この貯蔵冷蔵庫からりんごを出したときに、りんごが通常の呼吸を再開します。その際、低酸素濃度で管理している時に増加したエチルエステルという化合物がりんごから排出されることでニオイ発生の原因になります。ある程度りんごの呼吸がおさまるとニオイはなくなるものとされていますが、このたびお届けしたりんごでご心配をおかけしてしまい、心よりお詫び申し上げます。」

本来であれば、検品の際にできるだけ特有のニオイがあるりんごについて取り除ければよいのですが、CA貯蔵特有のニオイは目視や外見では判断は難しく、完全に防ぐことが困難であるのが現状です。それでも、少しでもご不快な思いをされることのないよう、できる限りの対応を続けて参りたいと思います。何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

「コープあおもり商品企画課

りんごの長期保存技術の話

今回はCA貯蔵の匂いのお話でした。CA貯蔵のCAはControlled Atmosphere（コントロールド　アトモスフィア）の略で「調整された大気」と訳すことができます。りんご以外でも、じゃがいもなどでCA貯蔵が活用されています。りんごのCA貯蔵では、庫内の空気中に21％含まれる酸素を1.8～2.5％に下げ、0.04％含まれる炭酸ガスを1.5～2.5％に上げ、温度0℃、湿度約90％に調整して密閉することでりんごの呼吸を減らし、熟す（腐る）ことを早くするエチレンガスの発生を少なくすることで長期保存を可能にしています。

CA貯蔵の研究は、イギリスで始まり、日本国内では1920年代後半からおこなわれていました。1940年代にはアメリカで実用化されています。日本国内でりんごの貯蔵技術として大きく普及したのは1960年代のことで、商用のために導入されはじめたことがきっかけです。CA貯蔵施設の増加とともに長期保存に向いた品種と栽培方法によって、貯蔵量が増加していきました。

りんごは、品種により収穫時期が早いもの（8月上旬頃）から遅いもの（11月中頃）まであり、冷蔵貯蔵したものを3月くらいまで出荷します。それ以降CA貯蔵のりんごへ切り替わることで、青森県産りんごが周年食べられる様になりました。

近年では、スマートフレッシュという、特殊なエチレンガスを入れた密閉空間の中にりんごを約24時間おいて置き、取り出したあと冷蔵庫などで保存する方法もあります。CA貯蔵と比べると設備投資も少なく、小規模でも導入可能な保存技術です。

他にも、2022年に発表された技術に、実用化はまだ先のようですが、ナノメートル（ミリメートルの1000分1）の粘土（アルミノシリケート）をリンゴに塗り乾燥させることで、とても薄い粘土の膜を作り、りんごの呼吸をおさえることによって、長期間腐敗を抑えるというものがあります。粘土（アルミノシリケート）は食品添加物として認められているものがあることや水で洗い流せるという特性があります。