

認知症「2025年に700万人」

シニアの人々にとって「認知症」は他人事ではありません。
2012年時点で認知症の患者は462万人でした。

10年後、団塊の世代が75歳以上になる2025年には、認知症患者は700万人になり
65歳以上の5人に1人が該当すると厚生労働省は推計しています。

健康長寿の人々の共通項は

- ① プラス思考(前向きな考え方・生活)
- ② 太っていない
- ③ 糖尿病・高血圧がない
- ④ 適度に運動をしている
- ⑤ 時々、酒をのむがタバコはのまない

と言われます。

認知症にならないよう、日々の生活に気をつけましょう。