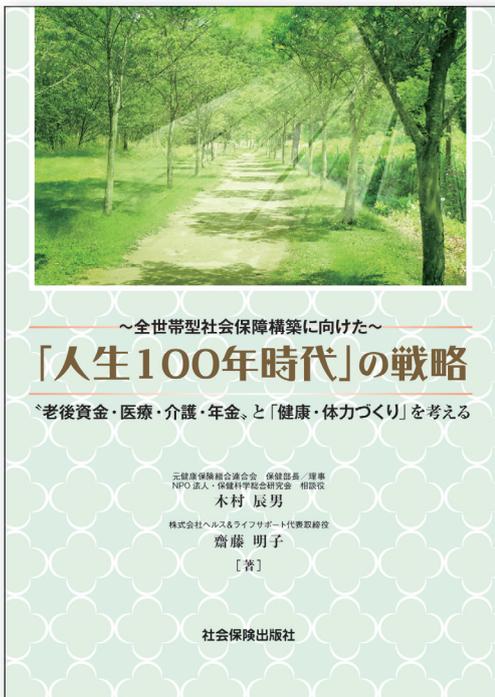


～全世帯型社会保障構築に向けた～

「人生100年時代」の戦略

「老後資金・医療・介護・年金」と「健康・体力づくり」を考える



97271

■A5判／305頁

■著 木村辰男

(元健康保険組合連合会 保健部長／理事 NPO法人・保健科学総合研究会 相談役)

齋藤明子

(株式会社ヘルス&ライフサポート代表取締役)

■発行／キムラ企画・株式会社ヘルス&ライフサポート

■発売／社会保険出版社

定価 本体 **2,000円**+税・送料別

【はじめに 抜粋】

この小冊子は、学術論文でもなければ教科書でもありません。長寿社会の“長い生き方、や社会保障制度の要ともいわれる医療・介護・年金の現状と動向を“おさらい、しながら、「上手な医者のかかり方」や長寿社会に備えた「健康と体力づくりへの対応」について、その勘所を解説してみたものです。

主な内容

第一章 「人生100年時代」と政府の「社会保障改革」への提言

第二章 長寿社会を直撃するリスク「今さら」は禁「今から」を謳歌へ

第一節 高齢者激増時代に「老後レス時代」がやってくる

第二節 少子化対策「希望出生率1.8」の実現は？

第三章 「老後資金」の確保とかけつちの国民皆保険制度を知る

第一節 老後の長期化と「老後資金」

第二節 老後の長期化と医療保障制度の概要と現状

第三節 老後の長期化と高齢者医療制度の概要と現状

第四節 老後の長期化と介護保険制度の概要と現状

第五節 老後の長期化と年金制度の概要と現状

第四章 老いた医療保険 膨らむ医療費と保険診療の仕組み

第一節 老いる医療保険 高負担時代と「高医療費」の実体

第二節 かしこい「医療消費者」と医療費節減への対応等が課題

第三節 保険診療（医療費）の仕組みと「上手な医療とのかかり方」とは

第五章 人生100年時代に備えた「健康と体力づくり」への対応

第一節 上手な医者のかかり方で「かしこい医療消費者」になろう！

第二節 健康づくりの歴史と氾濫する「健康医療情報」への対応

第三節 100歳元気を旨とするための「健康達人」への心得

第四節 認知症への対応



82037

医療保険制度の仕組みから学ぶ かしこい“患者学”のすすめ

■A4判／24頁カラー

■監修 木村辰男

(元健康保険組合連合会 保健部長／理事
NPO法人・保健科学総合研究会 相談役)

定価 **240円** (税抜)



22022

まず2kg減らすための 運動習慣

■A4判／12頁カラー

■監修 齋藤明子

(株式会社ヘルス&ライフサポート代表取締役
NPO法人・保健科学総合研究会 理事・保健師)

定価 **80円** (税抜)

※120kcal 程度のくらい？シリーズ、6種類（外食編・身体活動編など）も販売中です。



株式会社 **社会保険出版社**



2020
健康経営優良法人
Health and productivity

FAX注文票

注文票に必要事項をご記入のうえ、
右記FAX番号までお申し込みください。

FAX. 本 社 03(3291)9847
大阪支局 06(6245)0805
九州支局 092(413)7417

| | | | | | | |
|--------|-------|-----------------|---------------------------|----------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| お申し込み日 | 年 月 日 | いずれかに○を付けてください。 | <input type="radio"/> ご注文 | <input type="radio"/> お見積り | <input type="radio"/> 見本ご請求 | ※見本は原則1部となります (無償・書籍は除く)。 |
|--------|-------|-----------------|---------------------------|----------------------------|-----------------------------|------------------------------|

| コード | 書名 | 定価(税抜) | お申し込み数 |
|-------|---------------------------------|--------|--------|
| 97271 | 「人生100年時代」の戦略 | 2,000円 | 冊 |
| 82037 | 医療保険制度の仕組みから学ぶ かしこい“患者学”のすすめ | 240円 | 部 |
| 22022 | まず2kg減らすための運動習慣 | 80円 | 部 |

| | | | | |
|--------|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 貴名 | | | | |
| ご担当課 | | ご担当者名 | | |
| 電話番号 | () | FAX番号 | () | |
| ご住所 | 〒□□□-□□□□ | | | |
| ご希望の納期 | 年 月 日 | <input type="radio"/> まで | <input type="radio"/> 指定 | <input type="radio"/> 以降 |
| 備考 | ※貴独自様式の書類(請書・請求書・支出命令書など)がある場合は、お手数ですが弊社へ郵送をお願いいたします。 | | | |



「プライバシーポリシー
(個人情報保護方針)」
および「個人情報の利用
目的」につきましては、
弊社ホームページをご
参照ください。

お客さまからお預かりした個人情報の取り扱いについて

個人情報保護管理者：業務管理本部責任者
利用目的：商品の発送、請求書送付、商品のアフターサービスの提供
第三者への提供：ございません
業務委託：商品を発送するため業務委託を行う場合がございます
個人情報に関する問合せ：個人情報の開示、訂正、利用停止、消去等を請求
されるお客様は、弊社までご連絡ください。必要書類を送付いたします
※個人情報をいただけない場合は、お取り引きできない場合がございます

上記の個人情報の取り扱いについて同意します。



株式会社 社会保険出版社

http://www.shaho-net.co.jp 社会保険出版社 検索

本 社 東京都千代田区神田猿樂町1-5-18 千代田ビル 〒101-0064
Tel.03-3291-9841(代) Fax.03-3291-9847
大阪支局 大阪市中央区博労町4-7-5 本町TSビル 〒541-0059
Tel.06-6245-0806 Fax.06-6245-0805
九州支局 福岡市博多区博多駅前3-27-24 博多タナカビル 〒812-0011
Tel.092-413-7407 Fax.092-413-7417