

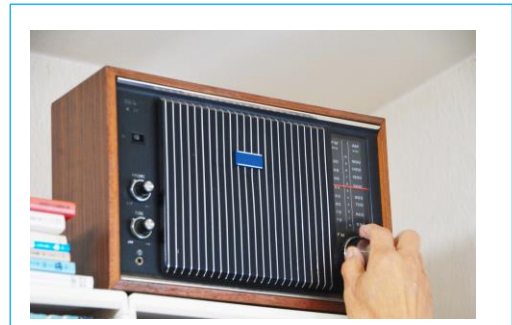
がんばれ！日本！その時 時代は動いた特集！

特集5 人間哲学を世に広め、日本を代表する家電グローバル企業に育てた

“経営の神様” !!

松下幸之助 (1894年~1989年) ● ● 実業家

発明家 松下電器産業創業者 哲学者 松下政経塾設立
PHP 研究所設立 和歌山市名誉市民
門真市名誉市民 早稲田大学名誉博士



① 松下幸之助が、昭和初期に普及させた主な家電として
「弾丸ランプ (自転車用)」「スーパーアイロン」
「乾電池」「二股ソケット」などがある。

② 1957年 日本初の系列電気店ネットワークになる
「ナショナルショップ (現パナソニックショップ)」
を誕生させた。ピーク時には約2万7千店を誇る。

③ 1947年 PHP 研究所を設立。「物心ともに豊かな繁栄によって
真の平和と幸福を実現していきたい」という願いのもと研究、出版・
普及、啓発・実践の3つの分野で活動。

④ 1979年に設立した政治塾「松下政経塾」 政治家、企業経営者、社会起業家、研究者を創出し、39期時点で卒業生291人。国家百年の計を創り、実践し、日本を救い、世界を救い、人々の幸福に尽くすという、松下幸之助の塾是・塾訓のもとに活躍中。



松下幸之助 名言集



- 人間とは偉大な存在 人間は誰もがいわば ダイヤモンドを持っている存在
- いいものを提供しなければ、偉大なる存在である人々、あるいは顧客に申し訳ない。
- とにかく、考えてみることである。工夫してみることである。そしてやってみることである。失敗すればやり直せばいい。

【今月のご長寿くらぶ お役立ちコラム】

日本人の食事摂取基準（2020年）5年ぶり改定！注目ポイント！！

高齢者のフレイル予防!!

※フレイル＝健康な状態から要介護になる中段階

背景にある食事の問題を改善するため、総エネルギー量に占めるたんぱく質由来エネルギー量の割合の下限を

65歳以上では13%から15%に引き上げた。

- ① タンパク質を多めにとる＝筋力量を高め生活習慣病を低下させる。
- ② ビタミンDを取る！＝ビタミンD生成には、食事だけでなく日照が有効！

※タンパク質を取るおすすめな食事方法

ご自身の体重1kgにつき、タンパク質1gを1日3食に分けて食べる。

食材は1食毎に1切れ魚・肉を取るを目安に。そのほか大豆・乳製品を少々！

※ビタミンD生成の日に当たるめやす時間。（関東：つくば市を例）

夏場12分 冬場66分

ビタミンD含有量食材ベスト3

- ① きくらげ ② いわし ③ しらす干し

【今月の介護ニュース】

認知症人口増加とその対策 日経 6/24

認知症

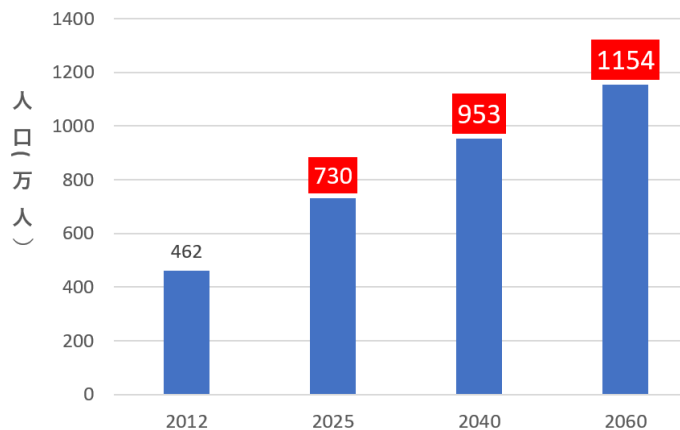
脳の働きが悪くなって障がいが起こり生活に支障が出ている様子。

厚生労働省によると、今後認知症人口は、高齢者人口増加とともに増加傾向にあるとの見方。

一方、認知症の発症予防や進行抑制に効果のある科学的根拠は現段階では示せていない。

※そのような中で、高齢者に、自分史作りで昔の自分を思い出し、他人に知ってもらい、生きがいを持つことで脳の活性化につながるケースもある。介護施設で入居者の気分の安定とコミュニケーション力改善のケアプランとして今後の参考になる。

厚生労働省 認知症人口予想



株式会社 アーバンアーキテック

〒312-0046
茨城県ひたちなか市勝田泉町4-17

電話：029-276-0660
FAX：029-275-5661

首都圏営業所

〒110-0015
東京都台東区東上野3-21-3 若井ビル2階

電話：03-5846-8861
FAX：03-5846-8865

柏営業所

〒277-0023
千葉県柏市中央1-4-17 小宮第三ビル201号室

電話：04-7138-6235
FAX：04-7138-6237