

助成制度  
活用のススメ



## 耐震リフォーム減税 リフォームをグッと身近にする減税支援制度

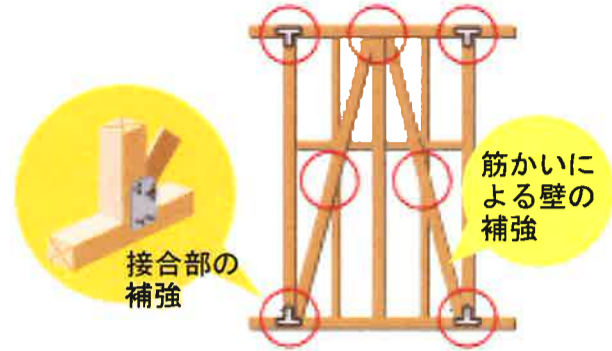
- ◆特長
 

昭和56年5月31日以前に建てられた住宅は「旧耐震基準」で建てられたものが多く、阪神・淡路大震災で倒壊した家の多くがこの旧耐震基準のものであったと言われていました。省エネ、バリアフリーに先駆けて平成18年度からスタートしたこの耐震リフォーム減税も、適用期間を5年延長し、平成25年までとなりました。
- ◆改修時期
 

平成18年4月1日～平成25年12月31日
- ◆控除期間
 

1年・・・工事を行った年分のみを適用。
- ◆控除率
 

10% 控除対象限度額200万円
- ◆適用条件
  - ①耐震改修工事を行った人が居住する住宅であること。
  - ②一定の区域内（詳しくは住んでいる市区町村に問い合わせ）における改修工事であること。
  - ③昭和56年5月31日以前の耐震基準で建てられた住宅であること。
  - ④現行の耐震基準に適合した耐震改修であること。
  - ⑤建築士などが作成した「住宅耐震改修証明書」などの必要書類を添付して確定申告を行うこと。



### 暮らしの歳時記

神無月

この月に日本中の神様が、出雲の国（島根県）に集まり会議を開き、他の国には神様がいなくなってしまうことから「神無月」と呼ばれてきました。神様の集まる出雲の国では「神在月（かみありづき）」と呼ばれています。



寒露：10月8日 秋分から数えて15日目頃

秋の長雨が終わり、本格的な秋の始まりになります。この頃になると五穀の収穫もたけなわで、農家では繁忙を極めます。露が冷たい空気と接し、霜に変わる直前で、紅葉が濃くなり、燕などの夏鳥と雁などの冬鳥が交代される時期でもあります。

この頃は、大気の状態が安定して空気が澄んだ秋晴れの日が多くなります。夜には月も美しく輝いて見えます。寒露の頃になったら、空を見上げてみてはいかがでしょう。これまでと違った、秋の清々しさと趣を感じる空に出会えるはずです。

霜降：10月23日 寒露から数えて15日目頃

秋が一段と深まり、朝霜が見られる頃。朝晩の冷え込みが厳しくなり、日が短くなったことを実感できます。初霜の知らせが聞かれるのも大体この頃で、山は紅葉で彩られます。コートや暖房器具の準備など、この頃から冬支度を始めます。読書や編み物をしたりして、秋の夜長を楽しむのもいいですね。



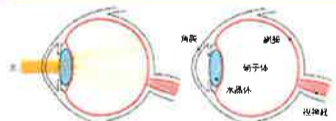
### 健康生活

あなたにも起きる  
加齢による目の老化

## 知っておきたい！目の老化と対策

正しく知って、早めの対処

### 加齢に伴う 水晶体のにごりが原因 白内障



水晶体が白くにごると光が散乱して、かすんで見えるようになります。目の構造のなかでも、水晶体はレンズの役割をする重要な部分です。

白内障は、目のレンズにあたる水晶体が白くにごる病気です。水晶体は透明なたんぱく質でできていますが、様々な理由でにごってくるのです。その理由でもっとも多いのは、加齢による老化です。

誰にでも起こりうる白内障ですが、発症が早かったり、進行しやすいケースには、他の要因が関係している場合があります。ひとつは紫外線。ふだんから帽子をかぶったり、サングラスをかけたりしている人は、白内障になりにくいという海外の報告例もあります。

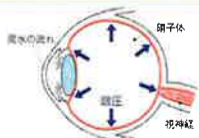
もうひとつの大きな要因はタバコです。アメリカの調査では、喫煙者の方が白内障になる確立が高いという結果が出ているそうです。

その他の目の病気をもっていたり、糖尿病の場合も水晶体のにごりが進みやすくなります。さらに男性より女性に発症しやすいといわれ、特に女性ホルモンが減る更年期以降に増えやすいそうです。



白内障になると、視野全体に黄白色のフィルターがかかったように見えます

### 視神経に障害が起きて 失明の危険性も 緑内障



眼圧が高くなることで視神経が圧迫されて障害がおきます。

緑内障は、視神経に障害が起きて視野が欠けていく病気です。加齢とともに増え、そのままにしておくと失明の危険があります。日本では失明する原因の上位を占めている病気です。ほとんどの場合は自覚症状がないまま、ゆっくりと時間をかけて進行していきます。そのため初期には気づかない人が多く、発見が遅れがちです。

緑内障の代表的な症状は、視野が狭くなったり、一部が欠けていくことですが、視神経の障害が起きてから症状が現われるまでに、5年～10年ぐらいかかります。また視野の欠損も10年、20年という単位でゆるやかに進行していきます。

緑内障になって、傷ついた視神経は元に戻すことはできません。緑内障の治療では、病気の進行を食い止め、現在の視力や視野をできるだけ保つことが目標になります。具体的には、眼圧を下げる点眼薬などを利用します。



### 近年急増する失明の恐れがある病気 かれいおうまくへんせい 加齢黄斑変性

近年、患者が急増している病気です。網膜の真ん中にある黄斑という部分に異常が起こり、中心部が見えにくくなったり、物がゆがんで見えたりします。症状が進行すると失明の恐れもあるのですが、まず片方の目に起こることが多く、健康な目が補って初期には気づきにくいのです。

### 進行する前に適切な処置で対応を！ もうまくれっこう もうまくはくり 網膜裂孔・網膜剥離

網膜裂孔は、網膜に孔があいたり、裂け目ができる状態です。さらに進行すると、網膜はがれてしまう網膜剥離になります。これらの症状は20代と50代以降に起こりやすいのですが、若い人の場合、もともと網膜に異常があって起こることが多いのです。一方、中高年になってからは加齢によるおとろえで起こります。

### 症状が突然現われ場合は要注意！ ひぶんしょう 飛蚊症

飛蚊症は、小さな黒い虫や糸くずが飛んでいるように見える症状です。眼鏡を動かすと一緒についてくるように見えます。50歳頃から症状が現われることが多いのですが、通常の飛蚊症は老化に伴う生理的な現象で、あまり心配はいりません。目の硝子体が老化し、網膜に影が映っているのです。

