

75歳以上ひとり暮らし世帯への訪問について

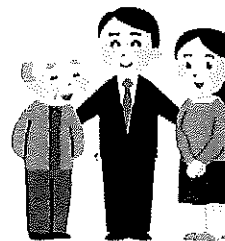
昨年6月～12月にかけて、令和6年5月1日時点における75歳以上でひとり暮らしをされている介護保険サービスを利用されていない、施設入所・入院をされていない、117世帯の訪問を実施いたしました。

今年度訪問させていただいた方は、令和3年度、令和5年度の対象者とおおむね重複していましたが、お元気に生活されている方が多かったです。

このまま、元気にお過ごしいただけることを願っておりますが、もし医療・介護・福祉などの困ったことがあった際には、遠慮せずにご相談ください！！

今回の訪問の際に、『楽しみを持っていらっしゃるか』をお伺いいたしました。一例をご紹介します！！
楽しみを持って生活することは、健康増進に効果的で、認知症予防や体力、筋力の維持・向上やうつ病の予防にもつながると言われています。

家庭菜園、畑仕事、
読書、塗り絵、新聞を読む、好きなテレビ番組を見る
友人・隣近所の人とお茶飲み、
陶芸教室、サロン、とようら大学に参加する
仕事を続ける
動物のお世話、晩酌など



地域包括支援センター（☎83-3845）

広報とようら ー令和7年3月号ー