

チェックリスト該当者訪問事業

令和3年度 広域連合が実施した「高齢者生活アンケート（日常生活圏域ニーズ調査）」のアンケート結果から運動機能低下や転倒リスクがある方、栄養低下や閉じこもり傾向が見受けられた方に対して、令和4年7月中旬頃から自宅を訪問します。

人生100年時代、この50年間の間に平均寿命は約15年伸びて男性は約81歳、女性は約87歳となりました（平成30年厚労省より）。『これからも元気で居られるように』介護予防などの参考になればと資料を自宅ポストに投函、もしくは訪問して生活の様子や体調を伺ってお話をさせていただきます。何か困りごとなど、気軽に相談してください。



運動・栄養・社会参加（役割）は一つでもかけると元気が維持できないと言われています。

健康寿命については普段の生活、すなわち自分の努力で伸ばすことができます。そして何歳になっても伸ばすことが出来ると言われています。いくつになっても自分らしく暮らしていくためにも運動・栄養・社会参加を心がけましょう。