



「高齢になっても住み慣れた町で過ごしたい」
高齢者の生活を応援しよう！

高齢者の皆さんが住み慣れた地域でいきいきと生活できるように、地域全体での見守りや助け合いが必要です。

地域の商店さんは、高齢者の生活の味方。お店を活用している高齢者のちょっとした変化に気づいたら、そっと声をかけてあげると、高齢者も心強いです。

☆地域の商店さんが
高齢者の異変に気づくポイント☆

- 最近店に来なくなった、または日に何度も買いに来るようになった
- 最近配達依頼が来なくなった、または日に何度も配達依頼が来るようになった
- 毎日同じものを大量に買っていく
- 支払いに小銭を出さない
- 会話につじつまが合わないことがある
- 季節に合わない服を着ていたり服が汚れてたりしている
- いつもより元気がない 覇気がない など

常連のおばあちゃん、最近見かけないね。どうしたんやろ？

さっきのおじいちゃん、1人暮らしなのに、今日もお刺身いっぱい買っていったよ。

あれ？いつもと違う？
 高齢者のちょっとした変化に気づいたときは・・・
 ⇒ 地域包括支援センターまでご連絡ください

高齢者の生活を応援！

協力商店さんを募集します！！

高齢者へのさりげない声かけやちょっとした支援をご協力していただける地域の商店さん！！
 ぜひご連絡ください。

地域包括支援センター職員がご説明にお伺いします！

連絡先：湯浅町地域包括支援センター ☎64-1120



介護予防教室のお知らせ

歌って笑って楽しい健康づくり
リミットレ

「いつでもどこでもできる簡身体操」

いつでも元気いっぱいりみみ先生と一緒に笑って楽しく体を動かしましょう。

日時 9月29日(火) 10時～
場所 湯浅町総合センター 2階集会室
講師 くわばら りみみ 氏

(歌って笑って楽しい健康づくり研究所)

参加費 無料

申し込み 湯浅町地域包括支援センター

☎64-1120

*体を動かしますので、動きやすい服装でお越しください。