

やすらぎの村

第二十九回 便り



やすらぎの村
☎0721-40-1601
デイサービスセンター
☎0721-40-1350
ホームページは
キタバ薬局

高齢者の閉じこもり



地域の高齢化が進む中で、心配されているのが高齢者の「閉じこもり」です。

（社会的な原因）
家の段差が多く外に出られない、仲間や友人が近くにいないなどの周囲の環境によって外出が消極的になってしまいます。

閉じこもりとは、一日のほとんどを家の中や庭先などで過ごし、週に1回も外出しない状態のことをいいます。閉じこもりのきっかけとなる原因は大きく分けると次の3つに分けられます。

これら3つの原因が相互に関係して、閉じこもりになると考えられています。

（身体的な原因）
転倒による骨折、脳卒中などの後遺症、腰痛や膝痛があつて動きづらなど、からだの機能低下により活動範囲が狭くなります。

閉じこもりがちな生活が長く続くと、筋力や食欲が低下し、認知症やうつにもなりやすいと言われていています。このような原因にあてはまるものが少しでもあれば、ご自分の生活を見直す必要があります。また介護や介助が必要な方が外出するためには、福祉用具の活用や住環境を整備することも必要になってきます。

（心理的な原因）
転倒に対する恐怖心、行動する事への自信のなさや喪失感などから外出する気持ちがなくなります。

やすらぎの村 居宅介護支援事業

「サービス付き高齢者向け住宅」ラフォートくみの木 「デイサービス」デイサービスくみの木



「高齢者になっても住みなれた地域ですっと暮らしたい」という思いをお手伝いし、やすらぎと笑顔が溢れる快適なシニアライフを応援します。

●お問い合わせ

「ラフォートくみの木」TEL072(367)6701

入居者様募集中！



キタバ薬局グループ
富田林市向陽台2-2-15
☎0721(28)6261
(代)

課長 高城 裕史