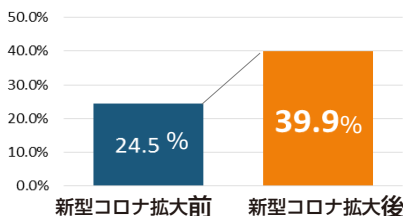


恵庭いきいきプロジェクト 始動中!!

恵庭市は、介護予防事業の効果を検証するため、北海道文教大学と共同研究「恵庭いきいきプロジェクト」を進めています。その一環として、令和2年7～8月に65～90歳の2,008名の市民の方を対象に、いきいき百歳体操の効果や、新型コロナウイルスの影響に関するアンケート調査を行いました。そこで、結果の一部をご紹介します。

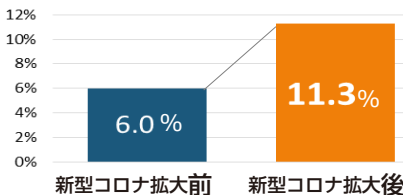
新型コロナウイルス感染拡大による高齢者の心身への影響

★フレイル（加齢によって心身が弱った状態）の割合



フレイルの方が
約 **1.6倍**
に増加！

★うつ状態の方の割合



うつ状態の方が
約 **1.9倍**
に増加！

「ちょっと疲れやすくなった」はフレイルのサイン。早めに対処することで、悪化を防ぐことができます。恵庭市では、保健師・管理栄養士が個別相談を随時受け付けていますので、お気軽に下記までお電話ください。



**まだまだ解析・調査は進みます。
今後の結果にご期待ください！**

シニア向けポータルサイト「ウェルネススペースえにわ」

シニア層のあなたにピッタリ合うかも！？ <http://wellness-e.jp/>

恵庭市役所介護福祉課 ☎ 0123-33-3131 (内線 1209)

