



はじめに

多くの高齢者は、可能な限り住み慣れたこの稚内で生活し続け、人生最後のときまで自分らしく生きることを望んでいます。

介護は必要でなくても、ひとり暮らしの高齢者や健康に不安のある高齢者が、安心して生活し続けるための情報として、平成21年度に「高齢者くらしのお助け便利帳」を発行し、これまで第二版まで発行しています。

この度、高齢者の方が地域の中で活動的に暮らし続けていくために、高齢者の通いの場に関する情報を加え、第三版を発行することといたしました。

稚内で暮らす方々の生活の助けとなる冊子になりますと幸いです。

令和3年3月

稚内市地域包括支援センター
(長寿あんしん課内)

