



# アシストホーム愛犬かわら版

## ～ワンちゃんを飼うメリットとは～



過ごしやすい季節ですね。ワンちゃんとお散歩するコースも、いつもより遠回りする機会が増えてきますね。ワンちゃんも爽やかな風の中、飼い主さんと一緒にお散歩に行けることは、きっと楽しいことだと思います。外でいっぱい走り回って遊ばせてあげるときっと喜びますね。

### ♡高齢者が犬を飼うメリット♡

#### ●高齢 1万人に調査した結果●

日本の高齢者 1万人以上を対象に調査した結果、犬を飼っている人は、飼っていない人に比べて、「介護が必要になるリスク」が半減することがわかりました。

飼い犬と一緒に散歩に出かけたり、飼い主さんとの交流が、高齢者の健康維持に役だつことが調査でわかりました。

例えば、過去に一度も犬を飼ったことがない高齢者が自立喪失の状態になるリスクを「1」とすると、犬を飼っている高齢者のリスクは「0.54」と大幅に低いことがわかりました。

また、過去に犬を飼っていた高齢者についても、リスクが減る傾向があるようです。

アンケートで「定期的に運動をしている」と答えた高齢者のうち、犬を飼っている人ではさらにリスクが低かったようです。

毎日ワンちゃんとお散歩したり、飼い主さん同士の交流のつながりは、社会的、心理的な面からも、高齢者の健康によい影響をおよぼしている可能性があるようです。

「猫」でも同じ調査をしたところ、「犬」を飼うことのリスク効果は見当たらなかったようです。

朝日新聞デジタル記事より一部引用

#### ●アニマルセラピーってご存じですか？●

「アニマルセラピー」とは動物と触れ合うことで、精神的に落ち着いたたり、ストレス緩和の手助けをしてくれます。

動物に触れ合うことは、高齢者で認知症の方にも効果があるようです。例えば、周囲の人や犬への関心を高め、犬と一緒に行動を起こそうとする活動量も増え、日常生活の自立度の低下を予防し、運動量が増えることで、頭も体も活発に動くので、とても良い影響を与えてくれます。

また、動物に触れあうことにより、心身がリラックスでき、表情も豊かになるので、人とのコミュニケーションも円滑になります。

動物に触れあうことは、幸せなホルモン（オキシトシン）が沢山分泌されます。これを「幸せのホルモン」と呼ぶそうです。



# アシストホーム情報

## 転ばぬ先の杖

## 手摺はどこに必要かしら？



今お住まいのご自宅で、「ここに手摺があったら安心だけど……」と思われることはありませんか？

例えば、階段の上り下りの時に「ヒヤッと」したり、トイレや浴室で、立ったり座ったりする時に手摺があったら「もう少し楽なのに～」と思われることはありませんでしょうか。

ケガをする前に必要な場所に手摺を設置してみたいか？

条件によって、手摺設置費用の一部を介護保険や補助金を使うことも可能です。



### 「手摺があったらいいなぁ～」のベスト5をご紹介します！

- 室内の階段……階段の上り下りの時に手摺があると安心
- 門から玄関まで……雨の日など滑るやすい場所なので安心
- トイレや浴室……立つ時、座る時に手摺があると楽で安心
- 玄関の上り下り……玄関は段差があるので手摺があると安心
- 室内の廊下……リビングから他の室内に行く時、室内の少しの段差につまずいても手摺を握っていると安心



弊社には専門知識を持ったスタッフがいますので、お気軽にご相談ください！

リモートによる新築・リフォーム等のご相談も承っております。ご相談ください。

【次亜塩素酸水】無料配布実施中！

連絡先：046-877-1127 ((有)アシストホーム)



アシストホームでは『次亜塩素酸水生成器』を設置しています。事前にご連絡いただき、容器をご持参頂ければお配り致します。

工事代金をカード払いできます！



笑顔づくりを住まいづくりで  
有限会社アシストホーム

建築士・ホームインスペクター

住所：神奈川県三浦郡葉山町一色 499 番地

・増改築相談員

TEL:046-877-1127 (営業時間 9:00~18:00)

・窓、キッチン、エクステリアマイスターのいる店

mail:info@assisthome-wb.jp

建築業許可 神奈川県知事許可(般-29) 第60527号

https://www.assisthome-wb.jp



建築士事務所登録 神奈川県知事登録 第8180号

### 『アシストホーム業務内容』

新築工事、増改築、リフォーム、耐震補強工事、免震工事、雨漏り調査、老朽化診断、防犯設備、介護保険・障害者手帳工事、防音工事、音響工事、太陽光発電工事、エクステリア工事、石材クリーニング、インスペクション、住まいに関する一切の工事

お問い合わせはお気軽にお電話を！ 電話 046-877-1127 ※休業日：日曜、祝日、お盆、年末年始