

高齢者の孤独や孤立が取り沙汰されますが、その解決のカギも「心の栄養」にある気がします。働くこともボランティア活動も、友人と芸術やスポーツを楽しみ、何気ない会話をすることも、豊かな人生を育む栄養です。今号の特集をきっかけに一歩踏み出してみませんか。

