# シルバーライフに輝きを。

～高齢者の福祉を身近にわかりやすく～

# きらり★

vol.68　2024.9

主な内容

▶見守り支える
▶新しい通いの場
▶男性限定シニアヨガ
▶100歳おめでとうございます

編集・発行
健康福祉部 いきいき健康課
☎33-3705

▲写真上段　認知症のシンボルカラー「オレンジ色の花」保健福祉センターにて　写真下段　ケアマネジャー（左）やヘルパーなどの介護職（右）による見守り

## 見守り支える

## 見守りや手助けが必要な人が増えています

近年、少子高齢化や家族形態の変化により、孤立、ひきこもり、生活困窮、８０５０問題、ヤングケアラー、認知症などさまざまな問題を抱えて、見守りや手助けが必要な人が増えています。

### 異変に気付き、必要な支援を

このような状況のなかで、身近な地域の人々との交流や声かけなど日常の見守り活動などを通じて、できる限り早期に高齢者の異変に気付き、必要な支援につなげることが大切です。

そして、だれもが安心、安全に暮らしていける社会づくりを目指すためには、隣近所の皆さんをはじめ地域全体で互いに見守り、支え合って、今あるつながりを切らないことや新たにつながることも心がけていく事が大切です。

### 地域包括支援センターの取り組み

地域包括支援センターでは、地域住民の人だけでなく、コンビニエンスストアやスーパーマーケット、宅配関連業者などの民間事業者からも「心配している高齢者がいる」と相談をいただき、必要な支援につなげています。

## さりげない見守り

あれ、どうしたのかな、とさりげない見守りをしていただくことが大切です。また、声をかけあう見守りは、「気にかけてくれる人がいる」と思う安心感があります。

### 見守りのポイント

- 地域や趣味の集まりに急に参加しなくなった
- 雨や夜になってもずっと洗濯物を干したまま、また天気が続いても洗濯物が干されていない
- 夜間に電灯がついていない、または何日も電灯がついたままになっている
- ゴミ出しの日にゴミが出されていない
- 新聞や郵便物が溜まったままになっている
- 雨戸が閉めっぱなしになっている
- 見慣れない人や車が頻繁に出入りしている

### 声かけ見守りの事例

**①宅配弁当業者の見守り**

いつも玄関まで弁当を取りにきてくれるのに、その日は声かけにも返事がなく、おかしいと思い地域包括支援センターに連絡。職員が訪問すると発語ができない状態で倒れていました。すぐに救急車を呼ぶことができ、無事体調は回復しました。

**②協力して見守り**

ゴミ出しの曜日がわからなくなった高齢者。近隣支援者が収集日に声かけを始めました。今では、ケアマネジャー、ヘルパー、宅配業者、近隣支援者らがそれぞれできる見守りを行なっています。

## 認知症かなと思った時の見守り

9月は認知症の理解を深める「認知症月間」です。認知症の人の見守りに便利な「見守り安心シール」を紹介します。

### 見守り安心シールを知っていますか

認知症などで行方不明になった時に備え、持ち物に二次元コードが掲載されたシールを貼ることで、発見者がコードを読み取るとすぐに介護者の元に連絡が届きます。

利用したい人は、いきいき健康課へ登録届と認知症の人の写真を提出してください。アイロンで貼るシールなど30枚を配布します。

▲見守り安心シール（見本）
（原寸大：2.5ｃｍ×５ｃｍ）

### 見守り安心シールを貼っている人が困っていたら

不安そうにしていたり、行先がわからず困っていたりしている時は、優しく声をかけてください。

①二次元コードをスマートフォンで読み取る
②指示に従い発見場所・状況を入力し、送信
③発見者と家族がメール（伝言板）でやりとり

### 認知症高齢者等見守り安心ネットワークに登録を

認知症の人が行方不明になった時に、警察の捜索だけでなく、協力事業者にも高齢者の特徴を提供し、捜索に協力してもらっています。行方不明の恐れがある場合は、登録をお勧めします。