

# 高齢者 あんしん 見守りネットワーク

## ～高齢者を地域の人々で見守ろう～

市では高齢者のかたが地域で安心して生活ができるようにみんなで見守り支えていくためのネットワークづくりを行っています。

健康福祉課地域包括支援センター ☎(25)1182

**全国的に高齢者が増えて  
います**

日本全体が超高齢社会へ向かっている中で、鳥羽市も例外ではありません。

鳥羽市の人口は平成26年7月末現在で20,515人で、うち65歳以上の高齢者が6,676人となっており、およそ3人に1人が高齢者になります。

今後も高齢化は進み、高齢者世帯や一人暮らし高齢者のかたが増えることが予想されます。

**なぜ、高齢者の見守りが必要なの？**

人間は誰もが年齢を重ねるにしたがい足腰が衰え、体力が落ち、病気にかかりやすくなったりします。もし、病気やけがをした場合に誰かが一緒に住んでいれば発見することができず。しかし、一人暮らしの場合には重篤な病気を患っても病院にかかることができなかつたり、最悪の場合、孤立死をしてしまうことも考えられます。

そこで、地域で高齢者を見守ることで重篤になるこ

とや孤立死などから防ぐことが少しでも可能になります。

**見守りは  
どうやってするの？**

高齢者のかたの見守りは、日々の日常生活や業務の中でさりげなく行うことが基本です。あまり身構えることなく、まずは近所のお年寄りに挨拶や世間話をする

ことから始めてみましょう。(図1)

そして見守り続ける中で、周りにいる高齢者のかたでこのような状況はないでしょうか。(図2)

このような小さな「気付き」が高齢者のかたを困っていることから早く助けることにつながります。気になるかたがいたら、ぜひ地域包括支援センターに連絡してください。

(図1)



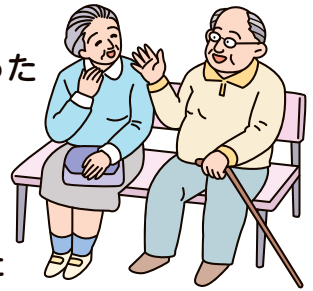
### 高齢者が住んでいる家の様子

- 郵便受けに、新聞や郵便物がたまっている
- 同じ洗濯物が干したままになっている
- 庭の手入れがされず、荒れている
- 家の中から怒鳴り声や悲鳴が聞こえる
- 夜になっても部屋の明かりがつかない
- 見知らぬ人が出入りしている



### 高齢者と顔を合わせたとき

- 今まで挨拶をしていたのに、急にしなくなった
- 地域の集まりや行事に参加しなくなった
- 顔色が悪く、具合が悪そうに見える
- 髪の毛や服装が乱れるようになった
- 身体にアザや傷跡がある
- 同じ話を何度もするようになった



### 鳥羽市の高齢者見守りネットワークの現状

市では、高齢者のかたが住み慣れた地域で安心して生活が続けられるように、地域のみなさんや関係機関が日常業務や普段の暮らしのなかで高齢者を見守り支えていく高齢者あんしん見守りネットワークの事業に取り組んでいます。(図3)協力店は58店あり、店舗の出入り口などわかりやすい場所にステッカーを貼っています。みなさん無理のない程度での見守りを行い、やさしく高齢者を支えています。

### 協力店(員)募集

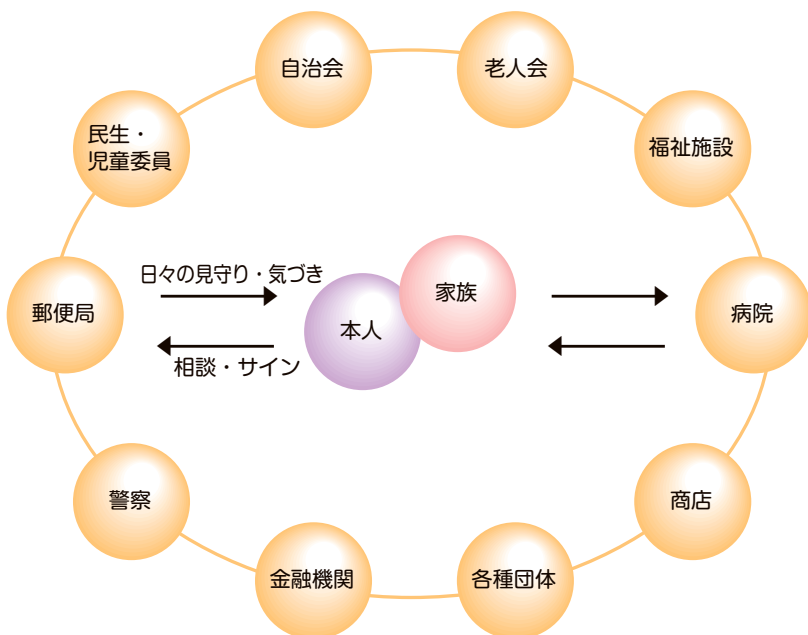


ステッカー見本

高齢者のかたを見守る事業所や協力員を随時募集しています。見守りは支援が必要なかたをサービスなどへつなげる重

(図3)

### 鳥羽市高齢者あんしん見守りネットワーク



**見守りは高齢者同士でも!**  
見守りをしてもらう対象者

要な役割を果たします。少し意識して高齢者の様子を見守り、普段から気にしていることでいつもと違うことや小さな「気付き」になることがあります。協力していただけるかたは地域包括支援センターに連絡してください。

側の高齢者ですが、人口の3人に1人が高齢者という状況です。そこで、高齢者同士での見守りも重要になってきます。地域の老人会などの集まりや、世間話をする場に向くことが、お互いの見守りにつながります。誰かに見守られる環境を作り、自分のことを見守ってくれる人を増やしていきます。