

# 高齢者あんしん見守りネットワーク

～地域で見守り支えていこう～

健康福祉課地域包括支援センター ☎ (25)1182

鳥羽市の人口は令和3年10月末現在で17,672人です。そのうち65歳以上の高齢者が7,008人で、高齢化率は39.6%となっています。鳥羽市民のおよそ5人に2人は高齢者という状況です。

## 見守りは必要なの??

人間は誰もが年齢を重ねるにしたがい、足腰が衰えたり、体力が落ちたり、病気にかかりやすくなったりします。病気やけがをした場合に誰か一緒に住んでいれば発見することができますが、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、孤独死となることも考えられます。また、地域での関係が薄くなっていると、倒れていたとしても気付かれぬ場合もあります。そこで、このように病気が重篤になったり、孤独死になったりする事態を少しでも防ぐために、地域で高齢者のかたを見守り支えることが必要となります。

## 見守りはどうやってするの??

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、まずは近所の高齢者のかたにあいさつや世間話をするところから始めてみましょう。そのなかで、ちょっとした気付きが出てきます。このような小さな「気付き」が高齢者のかたを早く助けることにつながります。

### ～小さな気付き～

#### 外観からの気付き

- ◇毎日同じ洗濯物が干したままになっている
- ◇家に閉じこもって、ほとんど外に出てこない
- ◇郵便受けに新聞や郵便物がたまっている
- ◇庭が荒れている

#### 対面での気付き

- ◇今まであいさつしていたのにしなくなった
- ◇話がかみあわなくなった、同じ話を何回もするようになった
- ◇身体にあざがある、あざがあるが話しながらない

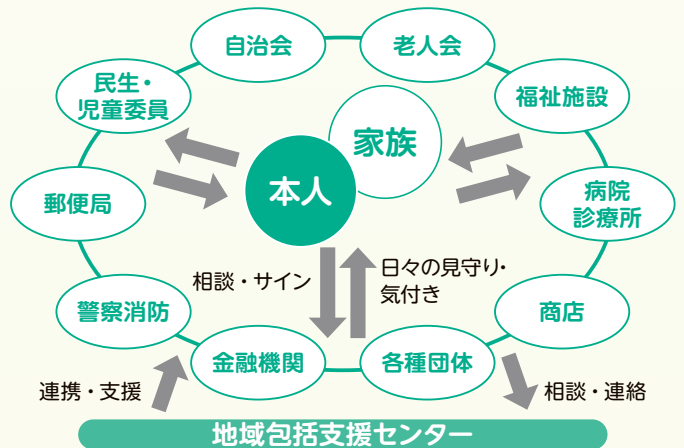
#### よく見掛ける場所などでの気付き

- ◇長い間、顔を見かけない
- ◇町内会やサロンの集まりに急に来なくなった

## 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。

### 鳥羽市高齢者あんしん見守りネットワーク



協力店は96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。



協力店ステッカー

## 見守りは自分たちでもできます!!

地域の老人会や友人との集まりなど、世間話をする場に出向くことが、お互いを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しょう。



### 協力店(員)募集中!

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等へつなげる重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。ご協力いただけるかたは、地域包括支援センターにご連絡ください。