

## 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～

地域包括支援センター ☎(25)1182

鳥羽市の高齢者数を  
知っていますか？

市の人口は平成28年7月末  
現在で19,729人です。

そのうち65歳以上の高齢者が  
6,899人となっており、  
およそ3人に1人が高齢者と  
なっています。

なぜ、見守りが必要なの？

人間は誰もが年齢を重ね  
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。もし、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  
篤な病気を患つても病院に  
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  
守り支え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？

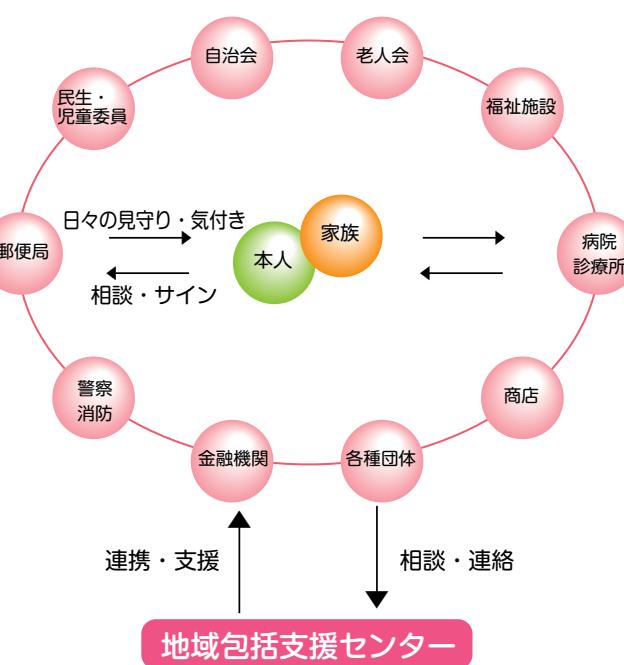
見守りは、日々の日常生活  
や業務の中でさりげなく行う  
ことが基本です。あまり身構  
えることなく、まずは近所の  
お年寄りに挨拶や世間話を



- 最近、急にやせた（または太った）
- 一方的に自分の事ばかり話す
- 昼間でも雨戸がしまっている
- 見慣れない人が出入りしたり、見かけない車が止まっている
- 本人に妄想的な訴えが見られる
- 同じ服をずっと着ている
- 家の中や周りが不衛生である
- 十分に食事を摂っていないようだ
- 同じことを何度も聞かれる
- 急に話をしなくなった



#### 鳥羽市高齢者あんしん見守りネットワーク



すること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、地  
域包括支援センターに連絡し  
てください。

#### 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生活  
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。

りを行い、やさしく高齢者を  
支えています。

#### 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

をサービスなどへつなげる重  
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

見守りは自分たちでもできます  
ください。

市の人口の3人に1人が高  
齢者という状況です。若い人  
が高齢者を見守るだけでは限  
界があります。そこで、高齢  
者同士での見守りも重要な  
な状況です。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くましょ  
う。