

## できる限り 住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるために ～高齢者の権利擁護シリーズ④～

【問合せ】南魚沼市地域包括支援センター ☎773・6675  
大和地域包括支援センター ☎788・0106  
塩沢地域包括支援センター ☎782・0252

### 安心して自分らしく暮らし続けるための制度・事業 ～今から老後に備えて考えていきましょう～

「自分のお金を自分で管理できない」「自分ひとりで決めることが不安」と感じた時に、さまざまな手続きや必要な契約などを支援する制度や事業を紹介します。

#### 日常生活自立支援事業

認知症の高齢者や知的障がい・精神障がいがある人などで、日常生活に必要な福祉サービスの利用などを自分で判断することが不安な場合に、必要な支援を行います。地域で安心して暮らせるように、福祉サービスを利用するための契約や利用のお手伝い、日常的なお金の出し入れのお手伝いなどを行います。

相談先：南魚沼市社会福祉協議会 暮らしのサポートセンターみなみ ☎773・6919

#### 任意後見制度

将来、認知症などによって判断能力が低下した場合に備え、あらかじめ自分で選んだ代理人にどのような支援をしてもらうか、事前に決めておく制度です。

手続きを行うところ：長岡公証人合同役場 ☎0258・33・5435

#### 法定後見制度

認知症や障がいによって自分で物事を決めることが難しくなったり、正しい判断が十分にできなくなった場合に、家庭裁判所によって選ばれた成年後見人などが身の回りに配慮しながら、財産の管理や介護サービスなどの契約を行い、本人の権利を守りながら生活を支援・保護する制度です。

必要に応じて、成年後見制度を活用するための費用を助成する制度もあります。

相談先：各地域包括支援センター

※各制度の詳しい内容や利用方法などは、気軽にお問い合わせください

### 制度だけではない！今からできる自分の老後への備え ～ライフデザインノートを活用しませんか～

ライフデザインノートは、住み慣れた地域で暮らし続けていくために、家族の歴史を記し、もしもの時に役立つように準備する「自分史」です。自分らしく、自分の望む人生を生きるには「自分の思いや考えを伝えること」がとても大切で、いざという時に大変役に立ちます。

ライフデザインノートを活用することをはじめ、家族で「これからの生き方・暮らし方・もしもの時」を話し合う機会を持つことを、ぜひおすすめします。

ライフデザインノートの配布：南魚沼市社会福祉協議会 ☎773・6911

これまで、4回にわたって高齢者の権利擁護をテーマに情報をお伝えしてきました。権利擁護は、具体的に目に見えるものではありませんが、「高齢になっても、自分らしく生きる」ために欠かせないことです。自分の権利を守ることは、身近な人の権利を大切にすることにもつながります。誰の権利も守られ、一人ひとりが大切にされて暮らしていける南魚沼を、みんなでつくっていきましょう。