

地域の高齢者を温かく見守りましょう～広げよう 支え合い～

【問合せ】福祉課 高齢福祉係 ☎773・6667
南魚沼市地域包括支援センター ☎773・6675

2月は高齢者見守り強化月間です。天候が悪い冬期間は、高齢者を見守る機会が減少しがちです。日ごろから見守り活動を行うことで、高齢者やその家族の変化に早く気づくことができます。周囲のみなさんの声かけや気くばりで、高齢者もその家族も救われることがあります。身近なところでできる活動を実践して、地域のつながりを築きましょう。



＼＼日ごろからできる見守り3活動／／

あいさつ

近所で声をかけあいましょう

気くばり

地域でさりげなく見守り
ましょう

助け合い

普段と違うことがないか
目配りしましょう

「いつもと違うかも？」はこんなとき

- ・家から家族の怒り声が聞こえる
- ・一人で出かけて戻って来れない様子がある
- ・高齢者が周りの人に会いたがらなくなった
- ・高齢者の身なりが整わなくなったり、お腹が空いているなどと話す
- ・「家にいるのが辛い」など思い詰めた話をする
- ・家の中がひどく寒くなっていたり、ごみが多くたまっているなど、住環境がみだれている
- ・同居の家族がとても疲れた様子がある
- ・家族から「認知症で困っている」などの話が出る

→ **家庭内で高齢者の虐待などの発生や、介護の行き詰まり・家族の負担が大きくなっている可能性**



- ・去年は冬も外に出ていたが、今年は見かけない
- ・毎日カーテンが開いていたが、最近は開いていない
- ・声をかけてもぼんやりして返事がない
- ・サロンやお茶のみに来ていたが、最近参加しない
- ・新聞受けに新聞がいつまでも残っている

→ **体調、気分、認知機能が低下している可能性**



- ・最近見慣れない人が、1人暮らしの高齢者の家に出入りを繰り返している
- ・おかしいメールや電話がたびたびあると話していた

→ **消費者被害の可能性**



いつもと違うと感じたら

「いつもと違う」は、高齢者や家族の「困っている」というサインかもしれません。身近な人の気づきが、解決を一緒に考えるきっかけになります。気軽に近くの地域包括支援センターや民生委員にご相談ください。

相談内容、相談者に関する秘密は守られます。

地域包括支援センター相談窓口

- ・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

地域包括支援センターは、高齢者の健康・介護予防・認知症・介護保険・権利擁護などの相談窓口です。

