

地域の「気づき」で 救われたエピソード

集合住宅の一室から、昼夜問わず、
大きな声がして心配です。

▶社協職員と民生委員が訪問すると、本人は聴覚に障害のある中年男性で「最近聴力が衰えて、テレビの音や電話での話し声が大きくなってしまった」「自分でも不安なことが多い」とのことでした。

▶福祉機器などの公的サービスの相談につなぎ、近隣住民にも事情をお伝えしたところ、日頃からご近所同士で本人とあいさつを交わしながら、ゆるやかな見守りをしています。

近所のベランダに
ごみが溜まっている家があります。
臭いもするので心配です。

▶地域包括支援センター職員と民生委員が訪問すると、元気がなく、自宅内はゴミ屋敷状態でした。

▶片付けやサービス等の利用を勧め、はじめは拒否されましたが、訪問を重ねるうちに医療受診やサービス利用につながり、生活の安心が確保されました。

夜になっても近所の高齢者の
おうちの電気がついてなくて心配です。

▶地域包括支援センター職員が訪問したところ、身体の具合が悪く電気料金の支払いが滞っていました。料金の支払いをお手伝いし、受診を勧めましたが、本人は『今は大丈夫。明日行きます』と繰り返します。

▶その後、訪問を繰り返し1週間後、本人の同意が得られ、救急搬送にて入院することが出来ました。状況的にはかなり悪い状態でしたが、一命を取り留められました。

高齢者と息子さんの世帯があり、
生活に困っているようで気になります。

▶社協職員が訪問すると本人は認知症、息子は介護のために仕事に就けず、介護と経済的に困っている状態でした。

▶制度やサービスを利用することで、本人と息子の両方が以前の生活を取りもどしつつあります。

近くのおじいさんの家に
最近、見たことのない男性が
よく出入りしていて心配です。

▶地域包括支援センター職員が訪問したところ高価な布団を何枚も買っている様子がありました。親族と連絡を取り、病院受診につなげると認知症と診断されました。

▶成年後見人をつけ、消費者被害に遭うことを防ぎました。

みんなをまもる
もしものときの

見守り ガイド

堺市 / 社会福祉法人
堺市社会福祉協議会

いま、^わ「見守り」^けが必要な理由

私たちが暮らす^{まち}地域には、高齢者や障害のある方、子育て中の方など様々な方が生活しています。

近年、核家族や地域における人間関係の希薄化などにより、人とのつながりが少ない人は自らSOSを発信することができず、生活課題を抱え込み、孤立死や虐待などの深刻な事態を引き起こす一因となっています。

こうした中、地域のみなさんの見守りが行われることによって、問題が深刻化する前に適切な対応に結びつけることができ、その人らしく地域で暮らすことにつながります。さらには、日々の見守りが広がれば、異変に気づきやすく、誰もが安心して暮らせる^{まち}地域づくりにつながっていきます。

誰もが地域で安心して生活を送ることができるよう、住民同士の支え合いとして見守り活動に取り組みましょう。

いま、
こんな現状が…

1日に3～4件の
児童虐待通告があります

65歳以上の3～4人に1人が
ひとり暮らしです

20人に1人が
障害がある人と
いわれています

65歳以上の約10人に1人、
85歳以上の4人に1人に
認知症の症状があるといわれています

■ 地域の役割と専門職の役割

地域の かかわり

お互いの目配り・幅広く気にかけることなど 地域の見守りを — 専門職の見守りへつなぐ 状況把握／安否確認／危機介入

1

まずは
声かけ・あいさつ
から

…P3へ

2

「声かけ」から広がる
地域のつながり

…P4へ

3

「あれ? おかしいな…」
気づく

…P5へ

4

適切な専門機関へ
つなぐ
〈通報・相談〉

…P6へ

専門職の
かかわり

地域のみなさんと
専門機関との連携が
大切なんです

「見守り」ってなに? どうすれば良いの?



見守りって、
「定期的に家を訪ねなきゃいけないで大変そう!」
「責任も重そうだし、そんなこと自分には出来ない!」
と思いませんか?

例えば…

- ご近所さんと「あいさつ」を交わすこと
- 暮らしの中で「いつもと様子が違う」と気づくこと
- 関わりがなくても普段の様子を「知っている」ということ

…そんなちょっとした一人ひとりの気づきも立派な見守りです。



「見守り」が必要な人って、どんな人?

地域で生活するみなさんです。
特に「地域の中でつながりが薄い人」です。

例えば…

- ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯
- 認知症や寝たきりの家族を一人で介護している人
- 周りに相談相手のいない子育て中の人
- 近隣の人とあまり会話がいない人

…などです。

1. まずは 声かけ・あいさつから

「こんにちは」「お暑いですね」など、
日々のあいさつから声かけをはじめましょう。
「知らない人、から」知ってる人、へ—— あいさつは、つながりの第一歩です。

！ 声かけのポイント

「素敵ですね」「〇〇が大好き
なんですか？」など、あいさつ
に一声添えることがポイント
です。



2. 「声かけ」から広がる 地域のつながり

「ふだん、のくらしを気にかけておくと、変化があったときの「気づき」につながります。
日頃から話しやすい雰囲気、信頼してもらえる関係をつくりながら
身近なことでお互いを気にかけて合う関係づくりを育みましょう。

ご近所さんに広めよう!
声かけあって
地域力アップ!

日頃から知っておきたい ご近所さんのこと

例えば…

- ・健康状態
- ・世帯や家族の状況
- ・生活の様子、外出の状況
(よく出かけるスーパーや
病院 など)

！ 気をつけたこと

「見守り、見守られる関係、が、監視
の関係、や「見張り合う関係、にならな
いように気をつける必要があります。
日常生活の中でさりげなく「お互いが
気にかけて合う関係、を地域でつくりま
しょう。

ご存知ですか?

地域の身近な相談相手「民生委員児童委員」

「民生委員児童委員」は、民生委員法に基づいて厚生労働大臣から委嘱された非常勤の
地方公務員です。地域住民の一員として生活や福祉全般に関する相談に応じたり、
必要に応じて市や関係機関と連携・協力し、困りごとを解決するお手伝いをします。
日々の暮らしの中で困ったり悩んだりした時は、お気軽にご相談ください。

●お住まいの地域の「民生委員児童委員」について知りたいときは、
堺市高齢施策推進課までお問い合わせください(裏表紙の下部参照)。

関わりがほとんどない時や、
関わりを拒否されているときはどうすれば良い?

拒否していることを知っていること、それだけでも十分な見守りです。
声かけに結びつかなくても「気にかけていること、が大切です。

3. 「あれ? おかしいな…」 気づく

高齢者に限らずあらゆる世代において、
本人の生活の様子から、以下の項目に一つでもチェックがついたら
「いつもと様子が違う」サインです。



チェックリスト

- ☐ 顔色が悪く、体調不良がうかがえる
- ☐ 目立って痩せてきた
- ☐ 意気消沈していて無気力になった
- ☐ 生活環境が悪い(部屋が掃除されていない、
衣服が汚れたまま、ごみがあふれている)
- ☐ 近隣や親族、他人と付き合いがない
- ☐ ひとりっきりで親族の介護をしている
- ☐ 介護者の健康状態が悪い
- ☐ 「お金がない」と訴えたり、家賃や公共料金が滞納している
- ☐ 食べるものがない様子だったり、生活が急に質素になった
- ☐ 訪問販売品が必要以上にあったり、
見知らぬ人が出入りしている
- ☐ 家から怒鳴り声や泣き声がする
- ☐ けが・あざが目立つ
- ☐ 物忘れが目立つ
- ☐ 同じことを何度も言ったり聞いたりする
- ☐ ものの名前や記憶が思い出しづらくなった
- ☐ 季節に合わない服装をしている
- ☐ 近隣で姿を見かけていない
- ☐ 新聞や郵便物がたまっている
- ☐ 電気がつけばなし、夜になっても電気がつかない
- ☐ 異臭がする

もしかしてサイン

病気の心配・体調が悪いのかも?

生活のことで支援が必要かも?

介護のことで困っているのかも?

お金に困っているのかも?

消費者被害にあっているのかも?

虐待やDVが潜んでいるのかも?

認知症かも?

◆接し方のポイント◆
叱責や否定をせず、
やさしい対応を心がけましょう。

事故にあっているのかも?

4. 適切な専門機関へ つながる〈通報・相談〉

「もしかして…?」と思ったら、それは何か問題が起きているのかも…。
専門機関へ知らせることで早期発見、早期対応につながります。
誤報かも…と恐れず、まずはご一報ください。



“気になるサイン”に
気づいたときは、
右記の専門機関まで
ご連絡ください。

(必要なサービスや
支援につながります)

高齢者 に関する相談窓口

- 地域包括支援センター
- 基幹型包括支援センター

●市では、日常生活圏域ごとに地域包括支援センターを設置しています。また、各区の社会福祉協議会事務所に基幹型包括支援センターを設置し、高齢者の総合相談・支援を行うとともに、対応が複雑で困難な場合や権利擁護を必要とする場合に、地域包括支援センターと連携して対応しています。

障害のある方 に関する相談窓口

- 区役所地域福祉課、保健センター
- 障害者基幹相談支援センター

●地域福祉課は、身体障害者や知的障害者の方からの相談、保健センターでは、精神障害者や難病患者の方からの相談に応じ、各種福祉制度の受付を行っています。
●障害者基幹相談支援センターでは、障害者福祉などに関する相談に応じ、地域で安心してその人らしい生活が送れるよう、関係機関と連携しながら支援します。

子ども に関する相談窓口

- 区役所子育て支援課
- 子ども相談所

●0歳から18歳未満の子どもとご家庭の様々な相談に応じ、虐待の相談や通告の窓口にもなっています。子育てのこと、心や体の発達の心配、幼稚園や学校生活の悩み、地域での子育てに関する情報など、お気軽にご相談ください。

◎どこに相談すればいいかわからないときは…

(各区の社会福祉協議会事務所へご相談ください。
…地域のあらゆる困りごとを受けとめ、適切な支援につながります。)

