



ガーデンくん



スクエアちゃん

発行：スクエアガーデン地域包括支援センター
所在地：岡崎市羽根町中田 34
TEL：57-1133 FAX：57-0133
URL：taihoukai.or.jp/houkatsu/



地域の高齢者の見守り活動をご存知ですか？

地域の人たちに支えられている高齢者の見守り活動。今回は、地域福祉の相談窓口であり、生活困難者の支援や関係機関との連携などを行う「民生委員」と、業務を通じて必要な通報をしたり、相談窓口の紹介などを行う「岡崎市高齢者見守り支援事業所」のみなさんに、それぞれボランティアでの活動について経験や思いなども聞いてきました。

「何年か前に学区内で孤立死があり、どの民生委員もそういう事態は防ぎたいと思っています。高齢者の状態の変化などは、早期発見が大切。羽根学区では普段の見守りを強化しようと、総代さんと協力しながら活動をしています。例えば、対象



市川 博さん
羽根学区民生委員

者がお住まいの両隣の方に、何かあったら民生委員に声かけしてもらえるように依頼するなどの対策をしています。また民生委員、総代、福祉委員の三者で『ふれあい訪問』なども実施していますよ」

「患者さんに年配の方が多くて、施術後に家に帰れるのか心配になったことが『高齢者見守り支援事業所』に登録したきっかけです。



鍋田尚宏 先生
なべた接骨院院長

問診や施術中の様子から、生活や健康が気になる患者さんもいるんです。そんな時は、例えば配食や郵便局の見守りなどのサービスを、ご本人だけでなくご家族に案内することもあります。公共や民間のさまざまなサービスを知ってもらって、年齢を重ねても生活しやすくなる手段として活用してもらいたいです」

小玉 晃さん
城南学区民生委員



「今は近所付き合いが希薄で、情報が入りづらいことに難しさを感じます。そこで城南学区では回覧板の受け渡しやペットボトル当番など、ご近所と顔を合わせる時の関係性づくりに努めています。

以前、動物が原因の異臭騒ぎがあったんですが、おかしいと思って誰も何も言わない。『おかしいな』と思ったら、総代さんでもいいし、民生委員でもいいから相談してほしい。とにかく声をあげてもらいたいですね」

「高齢者の見守りと言っても、普段の生活の見守りまでは手が足りないのが現状です。城南学区の民生委員では、対象者について確認をしていますし、また、直接本人を訪問して声掛けをして、安否確認を行っています。今は地域包括支援センターがあるので、高齢者の相談事をキャッチしたら包括に連絡して支援に入ってもらったり、支援方法についてアドバイスをもらったりして助かっています。これからも連携を深めていきたいですね」



市川 幸子さん
城南学区民生委員

「この辺りは高齢者が多いですね。やっぱり一人暮らしは心配。仕事上、毎日家に配達に行くので新聞が溜まっていたら関係機関に連絡



井本美代子さん
中日新聞 上和田専売店

しますし、それをスタッフ全員が意識しています。過去に玄関で倒れていた人を発見して民生委員さんに連絡したこともあります。『高齢者見守り支援事業所』のほかに中日新聞独自の見守りサービスも行っていたり、体調の悪そうな人の心配をして様子を見に行ったりと、今後も気にかけていきたいと思います」

「理解すること」でやさしくなれる

認知症サポーター養成講座／児童編

地域包括支援センターは「認知症の方やその家族が暮らしやすい地域をつくる」活動にも力を入れています。ほかにも高齢者や福祉に関する講座を行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

今秋、羽根小学校と城南小学校で認知症サポーター養成講座を行い、計171名の認知症サポーターが誕生しました。教材には認知症の基本的なことを説明するテキストと、小学生の主人公と認知症の祖母との心のつながりを描いた絵本『ばあばは、だいじょうぶ』を使用。児童たちは約1時間の講座を熱心に、協力的に、興味を持って聞いてくれました。絵本の読み聞かせの時には、目を潤ませている子もいて「周りの人にやさしく接していくこと」の大切さを学び合えた貴重な時間でした！

●羽根小学校 5年1・2・3組 (9/14 [土])



三世代授業参観の時間に開催。認知症という題材に、興味を持って耳を傾けてくれた両親や祖父母に見守られながら授業を行いました。

「驚かせない、急がせない、自尊心を傷つけない」という、認知症の人への対応の心得である3つの「ない」の話など、真剣な眼差しで聞いてくれました。児童からは「やさしく声かけをしてあげたい」「小さい子たちにも正しいかわり方を教えたい」「家族も本人も大変そうだけど、みんな頑張っていたね」などの感想が聞かれました。

●城南小学校 5年1・2組 (10/7 [月])



総合学習の時間に開催。児童同士が声を掛け合うなど、“話しやすく聞きやすい”授業の雰囲気づくりをしていることが印象的でした。

人間の記憶のメカニズムの話では、記憶の容量を説明するためのイソギンチャクのイラストに興味津々！目を輝かせながら話を聞いてくれました。児童からは「自分のおばあちゃんに、もっとやさしくしようと思った」「お年寄りだけじゃなくて、友達や家族が困っていたら助けてあげたいと思った」などの感想が聞かれました。

“もしも”を考えたことがありますか？

アドバンス・ケア・プランニング

10/21 (土) の城南学区福祉委員会主催の研修会にて、アドバンス・ケア・プランニング (愛称：人生会議) の出前講座を行いました。

人生会議は、もしもの時に備えて大切なことや望んでいること、どのような医療やケアを望んでいるかなどについて考えたり、信頼する人たちと話し合ったりする手順のことです。

研修会では、終活ノートへの記入を实践してもらい、思いや希望などを整理しました。参加者からは「今日をきっかけに家族で話し合ってみたい」「若い方にも必要なこと」などの声があがっていました。

全ての方が人生会議をしなくてはならないというわけではありません。個人が主体的に考えて進めるものであり、正しい理解が大切です。次の日程で講演会が開催されますので、ぜひ足をお運びください！

「人生会議

～決めなくてもいい いっぱい話をしよう～

日時：11/28(木)
13:30～15:30

場所：岡崎市福祉会館 6階ホール
問合：岡崎市長寿課(☎23-6774)



終活ノート



高齢者にインフルエンザ 予防接種は、なぜ必要？

ねえ、スクエアちゃん。お年寄りはインフルエンザ予防接種をした方がいいの？



高齢になると免疫力が衰えてインフルエンザにかかりやすくなるの。予防接種は病気にかかりにくくしてくれるし、重症化のリスクも低くなるから大切なのよ。

予防接種の料金って高くないの？



岡崎市は65歳以上の方に助成制度があるの。対象者には10月中旬頃お手紙が届くわ。制度を上手く使ってね！

編集後記 庭のつぶやき

食欲の秋ですね。少しずつスーパーに秋の味覚が並びはじめました。

特に目を引くのが果物！なし、ぶどう、りんご etc. ついつい手が伸びてしましますが、食べた後の体重計が恐怖です(T-T)。地域の皆さんには「体重が増えると膝に負担がかかります！」とお話していますが…。今年も、包括3人娘(おこがましい?)で岡崎シティマラソン完走を目指します！食欲の秋に負けない体重管理も頑張ります！