

孤立死を防ぐ 見守りポイント



- 新聞受けや郵便物入れに、新聞や地域情報紙が数日分たまっている
 - カーテンや雨戸が閉まったまま、または開いたままになっている
 - 洗濯物が、数日間干したまま取り込まれていない
 - 室内の明かりが点灯、または消灯したままの状態が続いている
 - 家屋内外の様子が以前と大きく違う
 - 家の前が除雪されておらず、玄関に出入りした足跡がない
 - 隣人などから「最近姿を見掛けない」などの話を耳にした
 - 極端に以前より痩せている、着衣に汚れがあるなど、本人の状態が不自然
- ※旅行などで長期間家を空けるときは、新聞を止めたり、近隣の方にその旨を伝えましょう。

少しでもおかしいと思ったら
下記までご連絡ください

介護119番 ☎25・9119

地域包括支援センター 市内11圏域の高齢者の相談窓口

- 中央(6の4)..... ☎23・6022
- 豊岡(豊岡3の3)..... ☎35・2275
- 東旭川・千代田(東旭川北1の6)..... ☎36・5577
- 東光(東光5の2)..... ☎76・6020
- 新旭川・永山南(永山2の5)..... ☎40・3003
- 永山(永山3の19)..... ☎40・2323
- 末広・東鷹栖(東鷹栖4の3)..... ☎76・5065
- 春光・春光台(春光5の4)..... ☎54・1165
- 北星・旭星(川端町6の10)..... ☎46・6500
- 神居・江丹別(神居2の10)..... ☎76・5511
- 神楽・西神楽(緑が丘東3の1)..... ☎66・5351

地域を回って 異変に気付く 「見守り隊」



新聞販売店 道新なかた
配達課
小原宏康さん

たまった新聞を見逃さない
配達業など一部の民間事業者と市は、異変に気付いた際に通報する協定を結んでいます。私たちも締結当初から、購読者限定の独自サービス「見守り隊」を展開しています。新聞がたまっていることを配達員が確認すると、事前に登録してある緊急連絡先に電話する仕組みです。見守り隊に未登録の購読者の自宅でも、違和感があれば関係機関に連絡することがあります。これにより年間10件ほど、地域包括支援センターや長寿社会課に確認をお願いしています。警察に動いてもらうような事態も年に1〜2件あります。

ある配達員は、ドアが開いているのに気付く、家の中で倒れている高齢者の搬送につながりました。また、新聞がたまっていたので札幌の息子さんに連絡したところ、本人が体調を崩していたことが分かり、感謝されたこともあります。こうした見守りは、遠方にいる親族の安心にもつながります。

一昔前なら、近隣同士で状況を把握できることが多かったでしょうが、最近では地域との交流がない高齢者が増えていと感じています。その点、担当地域を毎日隔々まで回っている配達員は、わずかな変化に気付く心強い存在です。

見守りをしている100人以上の配達員には、「注意を払って仕事の質を上げよう」「見守りを付加価値にしよう」と伝えています。

緊急通報システム ホットライン119

1人暮らしの高齢者等を対象に、火災や急病の緊急時に、消防へ自動通報する装置の設置を推進しています。

【詳細】市民安心課☎21・4119



「ふれあいサロン」に 参加しませんか

地域住民が運営するサロンで、「不安や孤立感を解消し、閉じこもりを防ぐこと」を目的に、レクリエーションや季節行事などを行っています。

※地域により、実施の有無や内容は異なります。

【詳細】旭川市社会福祉協議会 ☎23・0742

小さくても 「つながり」 持って暮らす



北星・旭星
地域包括支援センター
社会福祉士
矢三 尚さん

地域包括支援センターは、高齢者の総合的な相談窓口です。高齢者関連の情報が集まっているため、関係機関と連携し、安否確認や具体的な対応につなげています。

かつて私は、認知症だった80代の独居男性のドアが開いているのを発見し、警察と確認したところ、既に亡くなっていたという経験をしました。また、70代女性の例では、部屋の明かりが点灯したままの状態に異変を感じ、消防や長寿社会課と対応しましたが、死後かなりの月日が経過した状態で発見されました。お2人とも近くに親族はおらず、地域との関わりも一切ありませんでした。

一方で、命が助かった例もあります。かつて町内会役員だった男性について、近隣の方から「最近姿を見ない」と相談があり、消防や長寿社会課と確認。脳梗塞で倒れて数日がたっていました。命を取り留めることができました。

見守りに携わるのは町内会や社会福祉協議会、民生委員、福祉専門職など幅広いですが、担い手不足に悩んでいる上、関係者のみの見守りには限界があります。地域包括支援センターが「鳥の目」とすると、地域の皆さんは「アリの目」。一人一人の目があつて、心強い見守りができます。孤立死を完全には防げなくても、できるだけ



さなつながりを多くの人に大切にしてほしいと思います。

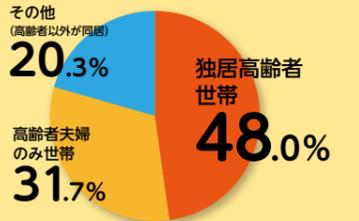
死後に発見された高齢者

早期発見で助かった例も

高齢化や地域の絆の希薄化が叫ばれる中、誰にも看取られない「孤立死」が身近な問題になっていきます。市内の高齢者世帯のうち、独居の割合は48%にも上ります。一人一人が地域住民の異変を察知して相談することが、高齢者の孤立死の予防につながります。

【詳細】長寿社会課☎25・6457

市内の高齢者(65歳以上)世帯構成



※令和元年9月30日現在 80,706世帯
(出典：旭川市住民基本台帳)



け早い発見につながる関係はつくれると思います。

1本の電話、1枚の回覧板で

社会との関わりは「健康」の1つの要素です。老人クラブや町内会、福祉施設の職員、親族など、どこかでつながりを持ってほしいです。例えば遠方に高齢の親族がいるなら、小まめに連絡する。また、回覧板を渡すことで、お隣の異変に気付けるかもしれません。