

特集

あなたの身近な存在、民生委員・高齢者 支援センター 困りごとはありませんか？

シニアライフには、医療や介護に関する困りごとが付きもの。「役場や病院に相談するまでは……。」といった小さな不安や悩みでも、気軽に相談できる民生委員と高齢者支援センターという存在を、ぜひ知っておきましょう。
●問い合わせ 役場高齢者支援係 ☎ 201-4321



見守り最前線 民生委員・高齢者支援センター

高齢者や障がい者などが、住み慣れた地域で安心・安全に暮らしていくため、さまざまな機関で行う見守り活動。これは、平常時と災害時の見守りを地域ぐるみで考え、行動する「見守りネットワーク」として広まっています。

その「見守りネットワーク」の一翼を担っているのは、民生委員と高齢者支援センター。両者とも、近所の人たちや役場などからの依頼により、見守りのための訪問を行っているという意味では、見守り活動の最前線にいます。

どのような活動をしているか 知りましょう

民生委員は、みなさんの身近な地域で活動するボランティアで、社会福祉を中心とした住民の相談に応じたり、その人らしい生活が送れるような支援をしたりしています。また、地域内で見守り訪問を行い、役場や社会福祉協議会、県の福祉事務所と互いに連絡を取り合い、必要に応じて行政サービスにつなげることもあります。

高齢者支援センターは、町の3カ所に置かれています。見守り訪問のほか、必要に応じて町の高齢者福祉サービスにつなげたり、介護保険の代行申請を行ったりしています。年中無休24時間体制で無

支援を希望する人は、町のあんしん情報名簿に登録しましょう。氏名・住所・電話番号・緊急連絡先・かかりつけ医などの情報を役場に提供することで、万が一の際に支援を受けやすくなります。緊急時には、あんしん情報名簿をもとに必要に応じて警察や消防、見守り活動を行う団体に情報の提供を行い、活動につながります。

民生委員と高齢者支援センターは、訪問する際に役場からの依頼であんしん情報名簿の登録や情報の更新をお願いしています。費用はかかりませんので、日常生活に

料電話相談も受け付けています。

●こんなことで困ってませんか？
▽身体が不自由だが世話をしてくれる人がいない
▽家族の介護に不安がある
▽1人暮らしの親が心配なので定期的な訪問してほしい
何かあった際に頼れるのが民生委員と高齢者支援センターです。小さな悩みでも、困ったことがあれば気軽に相談してください。

あなたの身近な存在です
小さな悩みでも相談を
高齢者のみの世帯で暮らす人や身寄りがない人であれば、持病などがなくても誰にも相談できず不安なことを抱えていることもあるでしょう。身体に不安を抱える人は、なおさらだと思います。何かあったときにどこに連絡をすればよいか、誰に頼つたらよいか、がすぐに思いつかない人は、まずは民生委員・高齢者支援センターに相談してみましょう。家族や近所の人に言いにくいことでも、想いを打ち明けることで不安の解消につながることもあります。

民生委員・高齢者支援センターはあなたの身近な存在だということをぜひ知っておきましょう。

万が一に備えて
「あんしん情報名簿」に登録を
平常時の見守り・災害時の支援が必要で、地域や関係機関による

不安がある人はぜひ登録してください。
※条件など詳しくは役場高齢者支援係に問い合わせてください。
「あんしん情報名簿」に登録を行わない人でも
民生委員が見守り訪問するとき、その民生委員と高齢者支援センターの連絡先を書いたチラシを配っています。チラシの裏面には緊急連絡先を書けるようになってるので、あんしん情報名簿の登録を行わない人は冷蔵庫などに貼り、万が一に備えておきましょう。

問い合わせ・担当地区

北部高齢者支援センター

猪熊一丁目6-40 わくわくデイサービス内 ☎202-8990

猪熊、樋口東、樋口、おかの台、高松、梅ノ木団地、古賀二丁目

中部高齢者支援センター

頃末北四丁目2-30 うちわ内科クリニック横 ☎201-1314

古賀一丁目・三丁目、高尾、頃末北、頃末南、中央、杵、緑ヶ丘、美吉野、鯉口、立屋敷、下二東一丁目・二丁目、下二西

南部高齢者・障がい者支援センター

吉田南二丁目9-1 福祉松快園内 ☎201-8826

伊左座、下二東三丁目、二東、二西、吉田東、吉田西、吉田南、吉田団地、宮尾台

※住んでいる地区の民生委員がわからない人は、役場生活支援係 ☎ 201-4321 に問い合わせてください。



interview

見守りは、地域一体で。

民生委員と高齢者支援センターがより身近な存在であることを知ってもらうために、最前線で見守り活動を行っている2人を招き、普段の活動や見守りに対する考えを話してもらいました。

水巻町民生委員・児童委員協議会会長
飯野 ふじ子 さん (写真：左)

水巻町中部高齢者支援センター
元岡 あけみ さん (写真：右)

活動内容

飯野 民生委員になって今年で12年目、去年の12月から民生委員・児童委員協議会の会長を務めています。私の担当地区では、もう1人の民生委員と一緒に、月1度地区の1人暮らし高齢者などを訪問しています。

元岡 高齢者支援センターができた当時から勤めています。総合相談で介護保険や町の福祉サービスの説明をするほか、依頼や情報提供によって高齢者の生活全般の実態把握をしたり、代行申請などをしたりしています。

司会 2人で連携して動くこともありますか。

飯野 相談を受けて一緒に同行してもらうことがあります。医療や介護の専門知識が必要なものもありますので、そういったケースの場合はとても頼りにしていますよ。介護保険の申請が必要な場合やケアマネジャーさんとの調整が必要な場合もありますからね。そういった意味では高齢者支援センターと一緒に、より支援しやすいです。

元岡 ほとんど一体で動いていますよ。民生委員さんと連携して動く場合は、把握した情報を常に報告し情報共有しあっています。住民により身近な民生委員さんが間に入ることで、本人の安心感につながり、想いを上手に引き出してくれていると思います。「この方は、本当は何に困っているのかな」ということをお互いに擦り合わせることで、支援の糸口が見えてくるんですよ。

司会 見守り活動以外でも何か一緒にしていることはありませんか。

元岡 地区ごとに高齢者支援センター担当の民生委員さんがいるんです。その方たちと高齢者支援センターの交流会を年に2回開催しています。北部・中部・南部、どの高齢者支援センターでも行っていて、講師を招いて講演をしたり、参加者同士の座談会で活動に関して困っていることを共有したりしています。

地域のひととの交流

飯野 「〇〇さんに電話したとき、様子がおかしかったんよね」ということをお友達と連絡してくれて、すぐに訪問したことがあります。「ああ、何か変だな」と思ったので、私も同行して病院に行くと、即入院でした。定期的な訪問のおかげで地域の一体感や信頼感ができているなど、このとき思いました。1人暮らしで家族と離れて暮らしている人は、私の方が距離的に近いから、頼られることも多いです。

訪問時の様子

元岡 以前、民生委員さんを通じて地区の行事に参加したことがきっかけで、その地区に住む方たちや区の役員さんからよく声を掛けてもらうようになりました。見守りが必要な方の情報提供もしてくれまして、歩いているときに「寄ってって！」と言われて、お茶を飲みにお邪魔することもあります(笑)。

行事でいろいろな人と交流できる機会ができるようになったことは、私としても地域に溶け込んでいるのかなと思います。

飯野 第一に個人情報の取り扱いに配慮すること。そして、押し付けにならないような言葉遣い



を心掛けています。

元岡 私は地元の人ではないので初めて会う人には安心感をもってもらうように接しています。

司会 飯野さんは初めて訪問する際に気を付けていることはありますか。

飯野 新しく引越してきた人などに初めて訪問するときは、率先して自己紹介と自分が住んでいるところを話しています。

元岡 自分がどこに所属して、どういう理由で来たかをしっかりと言うのは大事ですね。

中部高齢者支援センターの担当地区は、全体的に高齢化が進んでいるんですよ。でも、訪問したときはだいたい歓迎してくれます。高齢化社会で地域それぞれの支援があったり、町の福祉サービスが充実してるよねというのをよく聞くので、町全体で安心感が根付いているんじゃないでしょうか。そういう意

味では私たちも活動しやすくなりました。

見守りの課題

飯野 認知症の人が増えている中で、高齢者が閉じこもりがちにならないように地区のお祭りやサロンに誘うんですけど、なかなかいいお返事をいただけなくて。1対1では話せるけど、外との交流となると一歩が踏み出せない。無理強いができないことが課題です。

元岡 私は、あんしん情報名簿で「ご家族の緊急連絡先などの情報を提供することによって登録をしない方がいるということ」が課題だと思っています。緊急連絡先を把握することで、何かあった際に迅速に動いてその方の生命を守ることができると見守られているという安心感から本人やご家族の孤独や負担を軽減できると思うんです。



そういった情報を提供することをためらうかもしれないけど、本人の生命を守ることや孤独の軽減という目的をまず第一に考えてほしいと思います。

司会 実際に登録していただけたことがあったことも。

飯野 同居しているご家族から「まだ登録しなくていいよ」と言われて登録できなかったことがありました。でも、ご家族が昼間外に出られていて本人が1人のときに何かあった場合は、役場も私たちも、誰もご家族に連絡できないんです。『まだ、家族がいるから』などとバリアを張らずに、一度よく考えていただき、ぜひあんしん情報名簿に登録していただきたいです。

これからのこと

飯野 私の地区では「黄色いハンカチ運動」に取り組んでいるんです。この取り組みのいいところは、地域が一丸となって実施することで、「今日はあの人の家、ハンカチが出てるな」と地域全体に安心感が広がってホッコリできることだと思っています。この取り組みが他の地区にも広まったらいいなと思っています。

元岡 全ての人が、困ったときにいつでも遠慮なく「助けて」と言えるようになってほしいです

高齢者の声①

89歳・80歳 2人世帯



高齢者夫婦世帯で周囲に知り合いがおらず、民生委員さんしか頼る人がいなかったんです。配偶者の物忘れが進み不安に思ってたところに、高齢者支援センターの人が介護保険申請の相談に乗ってくれました。2人ともいつも気に掛けてくれて、とてもありがたいです。

高齢者の声②

92歳 1人世帯



しばらく脳梗塞で入院して、最近退院して家に戻りました。離れて暮らしていた子どもが定期的に家に来てくれますが、いないときは1人で心配です。そういったこともあって民生委員さんが定期的に訪問してくれるのはありがたいですし、いつも頼りにしています。

