

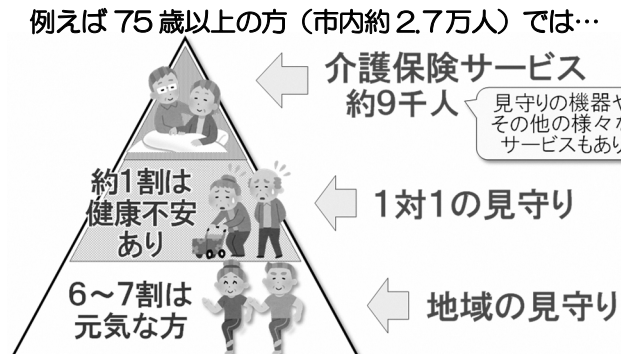
情報提供 ～見守りの方法や活動のヒント

交流に入る前に日野市高齢福祉課から以下の3つの情報提供を行いました。

ふれあい見守り推進員の活動について

ふれあい見守り推進員さんの「特定の高齢者を見守る（1対1の見守り）」「地域を見守る」活動の対象イメージは右図の通りです。

普段の生活の中での小さな気付きからまだ元気という方の緩やかな変化や気になる方を見つけることが目標です。
地域の方だから気付けることがあります！



ふれあい見守り推進員の仲間について

推進員の皆さんと一緒にネットワークを支える人や機関として、「包括、民生委員」「協力事業所」「公共公益機関等」「ふれあいサロン」を紹介しました。

様々な仲間が、それぞれの場所や立場で見守りを行っています。
わざわざ“〇〇しなければ”とひとりで頑張り過ぎるのではなく、何かの**ついでに**できることを持ち寄って**みんなで**無理なく活動が続けられるようにしましょう！

具体的な活動のやり方について

動画（右のQRコードから視聴できます）を使って「あれっと思うことがあった場合の対応」をおさらいした後、実際にあった以下の活動例を紹介しました。



日頃から気にかけていた方
→よろける姿や、ちょっと元気がない様子を見て包括に連絡しました
⇒介護保険サービスの利用につながりました！

ご近所でたまに立ち話をする方
→話をしているとアレっと思うことが増えたので包括に相談しました
⇒市内のお医者さんを紹介して治療を受けることになりました！

外から様子を気にしていたお宅
→ポストに新聞がたまっていたので心配になり包括に連絡しました
⇒包括が本人へ連絡したところご家族のところで一時的に暮らしていることが分かりました！

帰宅後すぐ慌てて出かける近所の方
→話しかけると「カギがない」
捜索に協力する旨を伝えながら、手元を探してみるよう声をかけました
⇒ポケットからカギが見つかりました！（探し歩かなくて済んで良かった）

地域包括支援センターでは、「誰から連絡があった」とは言わずに気になる方のお宅を訪問して状況を把握し、介護保険の説明や医療の相談等を行うことができます！

日野市高齢福祉課在宅支援係(高齢者見守り支援ネットワーク担当)

電話：042-514-8496（直通）／ FAX：042-583-4198

E-mail：kourei_zaitaku@city.hino.lg.jp

日野市高齢者見守り支援ネットワーク

ニュースレター 第42号 2024年新春号①



地域をまたいだ

ふれあい見守り推進員 交流会を開催しました！



ふれあい見守り推進員の方々に以下のような機会を提供することを目指して、“地域をまたいだ”交流会を開催しました。

- “みまもりかるた”の体験等を通じてふれあい見守り推進員の役割や見守り方法を楽しく・分かりやすく伝える
- 他の地域のふれあい見守り推進員と交流や情報交換ができる

交流会に参加した50名超の推進員さんからは高評価をいただくことができました。「みまもりかるた」って何？」と思った方、「最近、活動に悩んでいる」という方も、是非以下の内容をご覧ください。

交流会の開催概要

12月13日（水）、21日（木）に以下の内容で開催しました。

①情報提供	②交流タイム（前半）	③交流タイム（後半）
冒頭で、交流会の趣旨説明とふれあい見守り推進員の活動に役立つ情報提供を行いました	町田市からお呼びしたゲストの方の進行で、“みまもりかるた”の体験等を行いました	包括の職員の方々の進行で、参加者同士がそれぞれの地域や活動に関する情報交換を行いました

👉 詳細は背面参照

👉 詳細は内面の見開きを参照

交流タイムの内容

参加者の方から特に好評だった“みまもりかるた”の内容を中心に、当日の様子をご紹介します。

今回のゲストは…

町田市の高齢者支援センター（＝地域包括支援センター）から保坂さんと小貫さんの2人にゲストに来ていただきました。
このうち保坂さんは、かるたの分かりやすく親しみやすい絵柄（下図参照）を描かれた方で、“みまもりかるた”の生みの親の一人です。



“みまもりかるた”

一般的なかるたと同じように、机の上に並べられた絵札の中から、読み上げられた読み札と対になるものを他の人よりも早く取り、一番多く絵札を取った人が“勝ち”となります。



みまもって
いい関係

見守りの役立つ場面やポイントを表す内容になっています。

各札にはそれぞれ以下のような解説がついています。

- ・高齢になると、心身や環境の変化によって人との関わりが減り、孤立してしまう方も少なくありません。ご近所の方とちょっとした挨拶や声を掛け合うことが大事な見守りになります。
- ・郵便ポストが一杯になっていたらちょっと心配ですね。高齢者の場合は、体調不良で玄関口まで取りに来られないこと、また郵便物を見ることを忘れてしまっていることも考えられます。



りんじんの
安否を確認
ポスト見る

絵札をよく見ると同じ人物が登場するものがあります。これらを探して、隠されたストーリー／共通するテーマを見つけるという楽しみ方もできるようになっています。

“みまもりかるた”の体験と参加者同士の交流

馴染みのある“かるた”という形式で、楽しみながら見守りについて学べることを実感しました！



初対面という方も少なくありませんでしたが“かるた”で打ち解けることができたため、その後の情報交換も大変盛り上がりました！



各テーブルで一番多く絵札を取った方には、賞品としてかるた一式を贈呈しました！



町田市の見守り活動の紹介

- ・一人暮らしの高齢者が過去20年間で4倍に増加している
 - ・今後、認知症の方が増えることが予想される
 - ・コロナ禍で心身が弱ったり家から出なくなったりする方＝見守りが必要な方が増えている
- ⇒だから地域全体での見守り・支え合いが大切！！

このような問題意識のもと、以下のような様々な取組が行われています。

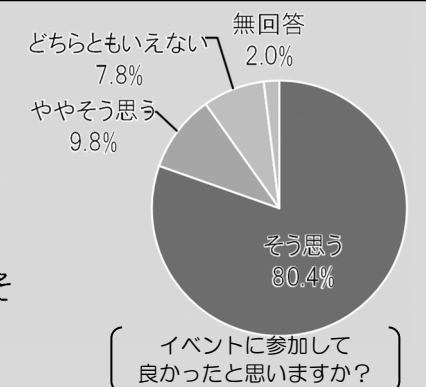
- ・事業者との連携（見守りネットワークまちだ）
- ・町内会・自治会・老人クラブ等との連携（高齢者見守り支援ネットワーク）
- ・個人のボランティアとの連携（あんしん連絡員・あんしん協力員）
- ・あんしんキーホルダー（外出先で倒れた等の場合に緊急連絡を行いやすくなる仕組み）等々

そんな町田市で、地域の方が高齢者を見守る際のポイントを楽しみながら知っていただけるように、2020年に作成したのが“みまもりかるた”です。

参加者の声

▼交流会の評価

- ・普段の連絡会には「あまり参加していない」という方や「初めて参加した」という方にも多く参加いただきました
- ・約9割の方がイベントに参加して良かった（「そう思う」「ややそう思う」と回答しています）



▼来て良かったと思うプログラム

- ・“みまもりかるた”が特に好評で、“みまもりかるた”がとても良かった」「かるたが欲しい（地域でやりたい）」というコメントがありました
- ・ゲストから聞いた町田市の取組の紹介も好評でした
- ・アンケートの自由回答欄では、「お会いできたことが何より」「参加者という話せて良かった」「他地域の方の見守りの工夫が聞けて良かった」など参加者同士の交流について触れるコメントも多くありました

「かるたが欲しい」という声に
応えるため、貸出用の“みま
もりかるた”を用意しました！
“かるた”をやりたい方は 高
齢福祉課までご一報ください！

今後の地区連絡会等の内容として
「仲間や包括とゆっくり話がで
きる」ことを求める声が多かっ
たことを踏まえて、今後もこう
した機会を増やしていきたい
と考えています！