



見守り活動の

い

ろ

は



はじめに

近年、少子高齢化の進行や一人暮らしの増加に加え、雇用形態や生活スタイルの変化などから、家族や地域、会社などでの絆が失われ、周囲から孤立してしまう、つながりのない人々が増えています。

このような社会は「無縁社会」といわれ、様々な問題を引き起こす要因になっています。そして、一人暮らしの高齢者が誰にも看とられず亡くなり、しばらくたってから発見される「孤立死」や、介護や子育てに疲れ虐待にいたるケースなど、孤立した状況ゆえの痛ましい出来事が多く発生しています。

このような状況にたいして、これまでも地域やご近所での見守りや支えあいが行われてきました。それに加え、新聞や宅配、電気・ガス・水道などの民間企業の協力をえながら行う、重層的でゆるやかな見守りのネットワークが注目されています。民間事業者による見守りは、ご近所付き合いのない人や、周りからの手助けを拒んだり、自ら助けてと伝えることができない人など、孤立しがちな人のサインに気づきやすく重要な役割を担っています。

しかしその一方、実際に見守り活動をしている方が、具体的にどのように活動をしてよいかわからないという声が多くきかれます。そこで、このハンドブックでは、地域で見守りに関わる事業者の皆様や地域にお住まいの方々が、普段の業務で、また日常生活の中で役立つ見守り活動の知識や情報を紹介しています。ご参考にしていただけると幸いです。

兵庫県社会福祉協議会では、これらの問題を直視し地域社会のありようを考えるために、平成24年より県内市町社会福祉協議会や社会福祉施設、福祉事業者、NPOなどのボランティア団体、福祉以外の分野の関係機関、企業など幅広い組織・団体とともに、「ストップ・ザ・無縁社会」全県キャンペーンを展開しています。

CONTENTS

はじめに	1
1 見守りとは	2
2 見守りのサイン	3・4
3 異変に気づいたときの対応 事例1	5
事例2	6
4 ひろげよう つながり 支えあい	7
5 見守りQ&A	8
6 兵庫県地域見守りネットワーク応援協定とは	9
7 協定締結団体一覧	10

見守りって何？何をしたらいいの？

見守りとは、何も特別なことではありません。

たとえば

道でご近所さんとすれ違ったとき

「こんにちは」と挨拶をします。

荷物の配達に来た人が 玄関先で挨拶します。

二言三言、会話をします。

実は これだけで「見守り」なのです。

何気ない挨拶や会話の中で

「あれ？いつもと様子が違うな」

「大丈夫かな？」

と思うことはありませんか？



この 相手を気にかけて、心配する気持ち
そこから見守りがはじまります。

「気になるな」と思ったら、できるだけ目を配るようにしてみましょう。

声をかける、誰かが困っていたらできる範囲で世話を焼くことも「見守り」です。

また、見守りは見張りや監視ではありません。心配するあまりプライバシーへの配慮を忘れることのないように、さりげなく行いましょう。

 POINT

- ✓ **考えてみよう!**もし、あなただったら 誰に、どんなふうに、見守られたいですか？
急な出来事で周りの手助けが必要な状況になる可能性は、誰にでもあります。
そんなとき、突然知らない人が来て「お元気ですか？困りごとはないですか？」といわれたらどうでしょう？不安になりませんか？
ふだんから関わりのある、顔見知りの方から、自然に気をかけられると安心でき嬉しいものではないでしょうか。

あなたのまわりにこんな「人・こと」ありませんか

新聞・郵便・宅配便など

- 郵便入れに、新聞や郵便物がたまっている
- 宅配便の不在伝票、乳酸菌飲料などがたまっている

屋内の電灯・カーテン

- 日中、雨戸やカーテンが開いていない
- 日が暮れても電灯がついていない
- 日中でも電灯がつきっぱなし

ゴミ

- ゴミ出しのときに会わなくなった
- ゴミが家や家の敷地にあふれている

洗濯物

- 昼も夜も干しっぱなし
- 天気がよいのに何日も干していない



顔をみかけない

- しばらく顔をみかけない
- 近所の集まりに参加しなくなった
- 病院・診療所で会わない

電気・水道メーター

- 電気や水道メーターがまわっていない

服装

- 同じ服を毎日着ている
- 季節に合っていない
- ひどく汚れている

身体

- 顔色が悪い
- 急に痩せた 急に太った
- 不自然な傷やあざがある
- 体臭 尿臭がきつい

話しぶり

- 話のつじつまが合わない
- 「死にたい」などを口にする
- 近隣と口論が増えた

配管・室外機の音

- 聞こえていたエアコンの室外機の音、テレビの音、水の流れる音がきこえなくなった

利用店舗・機関で

- 同じものを大量に購入している
- お金の支払いを間違えることが多い
- 通帳や財布がないと頻繁に言う
- 市町や銀行の窓口で手続きができない



見守る相手は
あなたが気にかかる人
暮らしづらさを抱えた人

見守りのサインの中には「たまたま留守が続いた」「体調を崩していた」など、結果的に異変がない場合もありますが、ちょっとしたサインに気づき見逃さないことが、命を救うことにつながります。

通り(道路)で

- 道に迷っている
- 意外な場所で見かける

ちょっと気になる家

- ひとりで子育てをしているお母さんお父さん
- ひとりで認知症の親を介護している
- 夫婦ともに認知症
- 老老介護

- 見慣れない業者が頻繁に入り出している
- 新しい品物が次々増えている
- 子供が長時間締め出され泣いている 頻繁に激しい泣き声が聞こえる

明らかな異変

- 人が倒れている
- 意識がおかしい、もうろうとしている
- 異臭がしてあきらかに様子がおかしい
- 扉は開いているのに何度呼んでも応答がない
- 激しい叫び声や怒鳴る声がきこえる

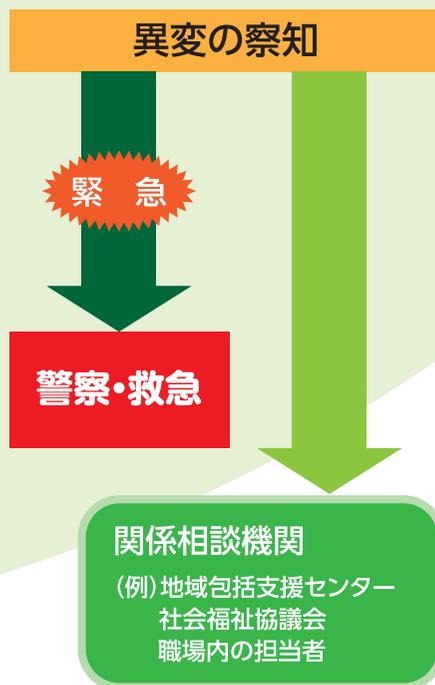
異変に気づいたらどうしたらいいのですか？

「あれ？様子がおかしい」と気づいたら、緊急時は迷わず**警察**や**救急**へ通報しましょう。

また、緊急ではないけれど「何か気になる」と思ったときは、役場や社会福祉協議会などの関係相談機関や民生委員・児童委員などに連絡し、相談をしてみましょう。

業務に従事している場合は、関係者に連絡するか、職場内のルールにのっとった対応をしましょう。

いずれにしても、ひとりで抱え込むことのないように対応することが大切です。



例えばこんな見守りイメージ



事例

1

ご近所さんが異変を発見したケース

「朝の犬の散歩途中、いつも前を通るひとり暮らしのAさん宅。ちょうど庭掃除をしているAさんと世間話をする事が多かったのですが、その日は珍しく窓もカーテンも閉まったままでした。気になったので再度お昼に訪ねてみたところ、インターホンに返事がなく、新聞が郵便受けに残ったまま。心配になったので自治会長さん



に連絡をしてきてもらいました。自治会長さんによると、最近町内の集まりに参加していないので心配していたとのことでした。

玄関のドアをたたき、大声で名前を呼ぶと中から声がありました。ドアを開けるとAさんが倒れていました。意識ははっきりしており、転んで動けないとのことでしたので、119番に通報し入院となりましたが、大事には至らずほっとしました。」



POINT

その1

一人暮らしのAさんを日頃から気にかけていること

その2

ひょっとして…と 思い過ぎかもしれないが 気になったことを自治会長にすぐ連絡したこと

事例

2

事業者が異変を発見したケース 見守りのネットワークを活かして

伊丹市高齢者地域見守り協定*事業の実践 ～新聞配達事業所からの通報～

「新聞が溜まっていたので、連絡を入れたところ、『しんどくて動けないので、新聞を取り込めていない』と話された。気になるので、様子を見に行ってみよう』と新聞配達事業所から伊丹市社会福祉協議会へ通報が入りました。

社会福祉協議会から改めて本人に連絡をいれたところ、「3日前から何を食べても吐いてしまい、水しか飲めていない」と息もきれぎれに返答されたため、急いで自宅へ駆けつけました。自宅に到着すると、なんとかご本人が玄関まで這って出てくることのできたため、119番通報をし、救急搬送となり事なきを得ました。

退院後は、担当エリアの民生委員・児童委員と介護支援センター職員と一緒に本人宅を訪問し、定期的に訪問することになりました。事業所の通報がきっかけで、安否確認のみならず、地域での見守り活動につながりました。

(引)用：「伊丹市社会福祉協議会第6次発展計画」平成27年3月)



POINT

その1

新聞が溜まっていないか気をつけて確認しており、溜まっていたことで連絡をいれたこと

その2

本人の様子を協定の窓口である社会福祉協議会につなげたこと

※市内の様々な事業者と連携した見守り活動のネットワークを目的としたもの。伊丹市社会福祉協議会が事務局をもっている。県内の半数以上の市町が同様の協定を締結している。

地域での見守り活動や見守りネットワークのしくみが整うことで、異変を察知しやすくなり、深刻な事故の防止などに役立ちます。また見守る側の意識が高まり、見守りのサインに気づきやすくなります。

しかし、異変を発見できたとしても、地域の中で暮らす人同士が、つながりがないままであれば、人々の孤立した状況や孤立感はいつまでもなくなりません。目指したいのは、孤立する人をつくらぬ地域。

そのためには、地域の中でお互いにつながり、話し合い、協力したりしながら、互いに信頼し支えあう体制をつくっていくことが必要です。誰もがちょっと困ったとき、「助けて」とSOSを言える「お互いさま」で支えあえる地域をつくりましょう！

広がる見守り活動

たとえば見守られる立場だった人が、元気になり、今度は見守り活動のグループに入るなど、支え、支えられる関係ができるといいですね。



小地域での助け合い

見守りのサインに気づき、いち早く対応できるのは、ふだんの暮らしで顔が見える関係だからこそ。「隣保・近隣」「自治会・町内会」などの小地域で見守り活動ができるといいですね。

地域で皆が集まる場所

お年寄り、障害を抱えた方、子育て中のお父さんお母さんなど、地域と一緒に交流できる場所、また困りごとや気になる人について、気軽に話し合える場所が増えるといいですね。

専門職との連携

地域で話し合い、解決が難しいことは、社会福祉協議会や地域包括支援センターなどの職員、ケアマネジャーといった専門職をどんどん巻き込みましょう。



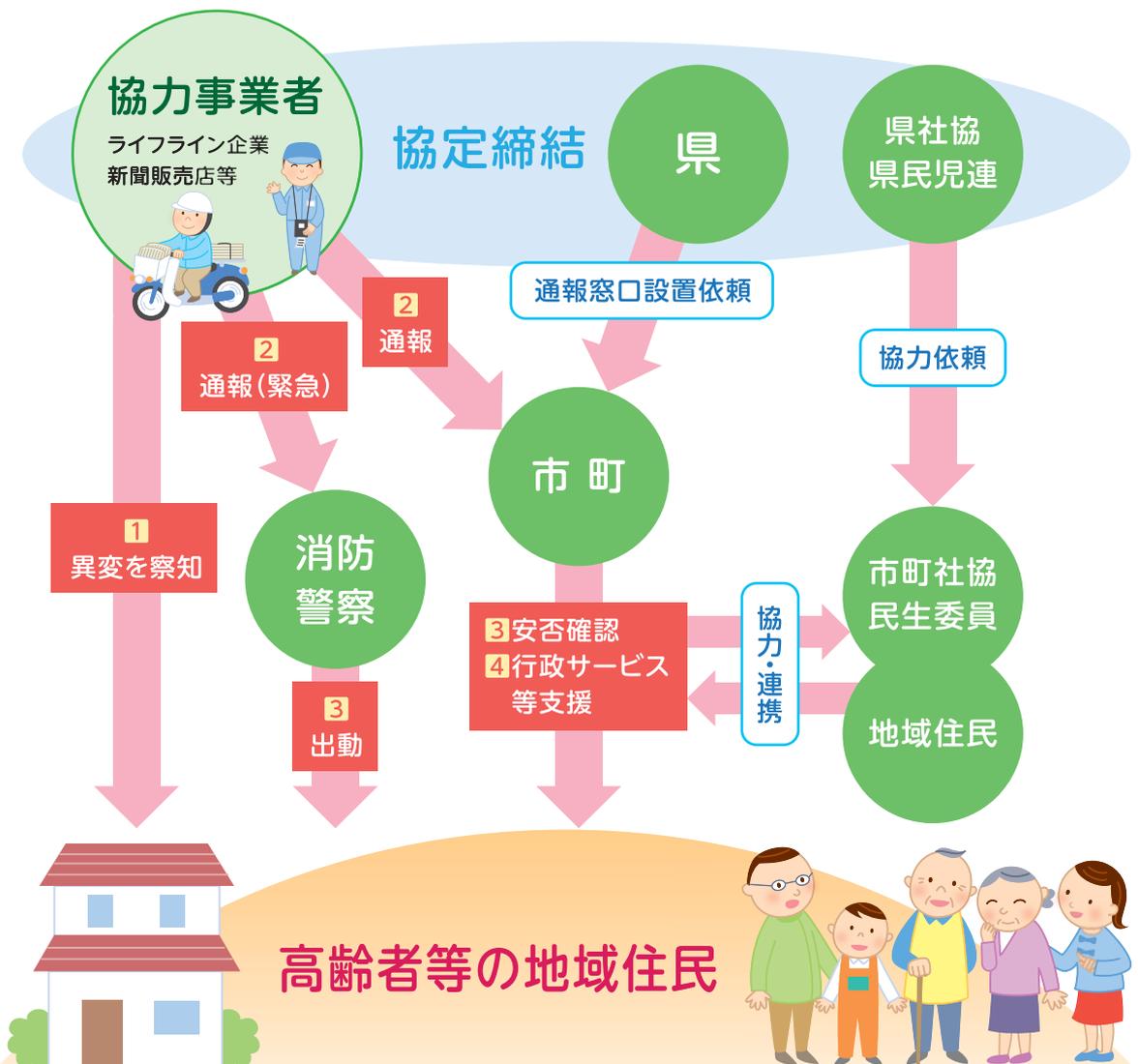
「兵庫県地域見守りネットワーク応援協定」とは

一人暮らし高齢者世帯などの孤独死が社会問題となる中、誰もが安心して住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、兵庫県では、民間事業者の協力を得て、市町が取り組む見守り活動を応援することを目的に、平成25年8月に「兵庫県地域見守りネットワーク応援協定」を締結しました。

協定締結団体

協定締結団体は、協力事業者それぞれと、兵庫県、兵庫県社会福祉協議会及び兵庫県民生委員児童委員連合会です。

協力事業者は、県内において広域的なエリアで事業を展開し、各家庭の訪問等によって、異変を発見する可能性のある民間事業者等に参画していただき、見守り活動や市町域の事業所に周知をしていただきます。



協定締結団体

兵庫県、兵庫県社会福祉協議会、 兵庫県民生委員児童委員連合会、以下29団体

1	大阪ガス株式会社リビング事業部 兵庫リビング営業部	15	一般社団法人兵庫県LPガス協会
		16	一般社団法人兵庫県宅地建物取引業協会
2	関西電力株式会社神戸支店	17	淡路ヤクルト販売株式会社
3	生活協同組合コープこうべ	18	近畿中央ヤクルト販売株式会社
4	佐川急便株式会社	19	神戸ヤクルト販売株式会社
5	公益社団法人日本新聞販売協会近畿地区本部	20	姫路ヤクルト販売株式会社
6	近畿圏第二部連合朝日会	21	兵庫ヤクルト販売株式会社
7	神戸新聞神戸市専売会	22	ヤマト運輸株式会社兵庫主管支店
8	兵庫県神戸新聞合売会	23	布亀株式会社
9	兵庫県神戸新聞専売会	24	播州信用金庫
10	阪神産経会	25	淡路信用金庫
11	兵庫産経会	26	株式会社日本ネットワークサービス
12	神戸阪神毎日会	27	株式会社みなと銀行
13	兵庫県毎日会	28	株式会社セブン-イレブン・ジャパン
14	兵庫県読売防犯協力会	29	ヤマト運輸株式会社姫路主管支店

(平成27年12月31日現在)

見守り活動のいろは (平成28年3月発行)

社会福祉法人 兵庫県社会福祉協議会

〒651-0062 神戸市中央区坂口通2-1-1 兵庫県福祉センター内

TEL 078-242-4634 URL <http://www.hyogo-wel.or.jp/>

参考資料

- 兵庫県社会福祉協議会「見守り活動サポートブック」(平成25年3月発行)
- 熊本県「熊本見守り応援隊の手引き」(平成24年3月発行)
- 北海道砂川市「高齢者見守り活動の手引き」(平成25年10月発行)
- 伊丹市社会福祉協議会「平成26年度事業報告」

など

