「地域を共に創り、支え合うまち」を目指して

～住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるために～

㊐長寿課　☎22-1361
地域包括支援センター　☎22-1466

【写真】週に１回「いきいき百歳体操」を続けながら、お茶のみや季節の行事を楽しんでいるふれあいサロン「あさひお茶のみ会」の皆さん。地域の中で気軽に参加できる通いの場を参加者全員でつくっています

高齢者が住み慣れた地域で、自分らしく、安心して暮らし続けるためには、本人の意思が尊重され、必要に応じて介護保険サービスなどの公的サービスや、それ以外の多様なサービスにより、日常生活へのきめ細かな支援や見守りを行うことが必要です。しかし、虐待をはじめとして高齢者の尊厳がおびやかされたり、認知症などの病気によってSOSを発することができず、必要な援助が行き届かなかったりしている現状も見受けられます。このような状況を早期に発見し適切な支援につなぐためには、行政だけでは限界があり、地域の力が必要です。

高齢者が地域で安心して暮らし続けるために、地域ぐるみで高齢者やその家族を見守り、気にかけ合い、支え合える地域づくりにご協力をお願いします。

◆さまざまな支援策もあります！

高齢者虐待の発生原因は、「介護疲れ、ストレス」が多くみられます。ひとりで抱え込まず、地域包括支援センターへの相談や必要に合わせて介護サービス・福祉制度を活用しましょう。

また、判断能力の十分でない方の権利を守るため、家庭裁判所によって選任された成年後見人などが本人を法律的に支援する制度である「成年後見制度」があります。さらに、判断能力が十分にある人が、将来認知症などの不安に備えてサポートしてもらう代理人（任意後見人）をあらかじめ選んでおく「任意後見制度」もあります。

詳しくは、地域包括支援センターへご相談いただくか、厚生労働省のホームページをご確認ください。

▲厚生労働省ホームページ

◆みんなで防ごう！　高齢者虐待

高齢者虐待は、高齢者の尊厳を傷つけ、生命や健康、生活が損なわれる行為であり、どのような事情であれ絶対にあってはならない行為です。しかし、高齢者虐待は周囲には見えにくく、また、家庭内の問題で他者が口を出しにくいということもあります。

高齢者虐待を防ぐには、いかに虐待を早期に発見するかが「カギ」となります。「気になる高齢者を発見した」「高齢者虐待かもしれない」と思ったら匿名で構いません。迷わず、長寿課または地域包括支援センターへご連絡ください。高齢者虐待防止にご協力をお願いします。

地域を支えてくれるボランティアさんにInterview

【オレンジカフェボランティア】

▲「オレンジカフェ」ボランティアの皆さん。認知症の方もそうでない方も誰でも自由に参加できる交流の場で活躍しています

【認知症家族のつどい】

▲「認知症家族のつどい」ボランティア。認知症や介護の悩みを相談・情報交換できる場で活躍しています

Q1　取り組みのきっかけや理由などを教えてください。

A1　ボランティア仲間から誘われて参加したことがきっかけです。年を重ねるにつれて、人と話をすること、話を聞くことが大切だと思いました。

A1　家族の介護経験をきっかけに認知症を学びたいと思い、「認知症の人と家族の会」に入会し、世話人として活動していました。住民の方から「認知症家族のつどい」を開催してほしいと要望があり、平成17年に開催することができ、今に至ります。

Q2　活動していて感じていることは何ですか？

A2　オレンジカフェに参加された方々が、年齢も病気も関係なく一緒に楽しみ、いろいろなことに取り組んで笑顔になってもらえることがうれしいです。初めて参加される方は誰でも不安だとは思いますが、その不安が解消するよう心掛けています。

A2　認知症のことや介護のことで悩んで参加された方が、帰るころには少しでも笑顔になっていただけると続けていて良かったと思います。地域包括支援センターも一緒に取り組んでいるので、その場で介護サービスのことなどを聞けることが利点だと思います。

Q3　これからこうなると良いなと思うことを教えてください。

A3　コロナ禍前のように、参加者の皆さんと一緒に飲み物を飲んでホッとできるひとときを過ごせるようになればと思います。

また、「誰かとお話したい」「お楽しみイベントのときだけでも参加したい」と思っている方にも気軽に参加できるようなオレンジカフェでありたいと思います。

A3　本人と家族が一緒に参加し、本人同士で話ができるような会や認知症のこと、介護のことで悩んでいる方がどなたでも参加できるような会を、地域包括支援センターと一緒に目指していければと思います。