

(2) まずは“異変への気付き”から

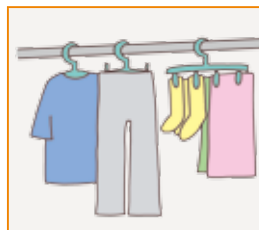
前頁の見守り活動の流れにもあるように、地域の皆さんの異変への気付きが見守りの第一歩となります。そこで、以下に、気付きのポイントの例を紹介します。もちろん、この項目以外にも、様々な異変のサインがあります。

異変への気付きのポイント例

外観からの気付き



昼間でも電気がついたらままだまっている。



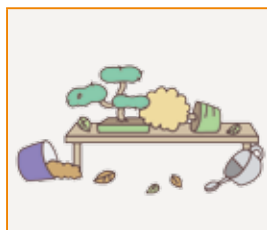
何日も同じ洗濯物が干したままになっている。



郵便受けに新聞や郵便物がたまっている。



異臭がする。



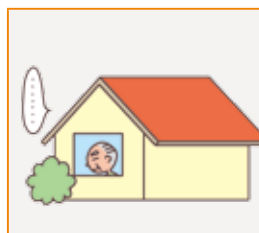
庭が荒れている。



家の中から怒鳴り声がする、悲鳴が聞こえる。



最近知らない人が出入りしている。



家に閉じこもって、ほとんど外に出てこない。

対面での気付き



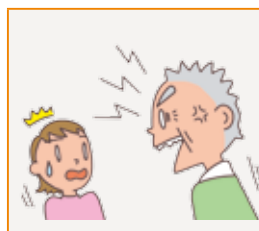
顔色が悪く、具合が悪そうに見える、急に痩せてきたような気がする。



今まで挨拶していたのにしなくなった。



話がかみあわなくなった、同じ話を何回もするようになった。



暴言を吐くなど、性格が変わった。



よく見掛ける場所等での気付き



地域住民の皆さんが日常生活の中で緩やかに行う見守りのほかにも、新聞販売店や宅配業者、商店などの民間事業者が日常業務の中で行う見守り、老人クラブや住民ボランティアなどの地域団体が行う見守りなど、様々な方々が見守り活動に参加しています。地域では、こうした多様な活動の中の気付きによって、見守りが行われています。

(3) 異変に気付いた際の相談先は？

地域の皆さんが異変に気付いた際の相談先には、「**地域包括支援センター**」と「**高齢者見守り相談窓口**」があり（4ページ参照）、地域の見守り専門機関として、どんなささいなことでも、相談に応じてくれます。例えば、前頁の「異変への気付きのポイント例」にある項目に1つでもチェックが付いたら、相談することで、早期発見、早期対応につながります。

異変に気付いた際、意識の障害やけいれんがあったり、大量の出血があるなどの場合には、ためらわず 119 番通報しましょう。自宅内で倒れている可能性が高いのに施錠されており、家の中に入れない場合は、警察へ通報し、対応を依頼しましょう。

