

《意見交換の内容》

1グループ

テーマ:高齢になっても安心して過ごせる為の地域づくり

スローガン:高齢者が主人公に！！

【生きがいとなる場所作り(趣味など)】

- 1/週 地域の集会場で趣味の活動(手芸・料理・体操・お華・お茶・歴史・読書など)
- 地域で楽しいイベントがある
- サロンの充実・開催
- 趣味を人と関わりながら続ける
- 高齢者の生きがい向上対策
- 同じ趣味を持つ者がインターネットなどでつながる
- 健康体操・ウォーキングなどの仲間づくり
- 高齢者の集まる機会や会場を作る(イベント)

【役割】

- 家での仕事・役割
- 高齢や自身の役割作り

【場所】

- それぞれ歩いて行ける範囲に人が集まれる場所を確保

【世代間の交流】

- こどもと高齢者が触れ合える会(子供食堂・お食事会)
- 世代間の交流をする場(学校とか)
- 世代間で交流を持つ

【見守り・相談】

- 高齢者宅の見守り
- 日頃の声のかけ合い
- 悩みや不安な気持ちを聞いてもらえる
- 周りが高齢者世帯の見守りをできる環境
- 一人暮らしのお年寄りに声をかけて安否を確認する
- 除雪をする
- いざというときに病名や薬がわかるようにしておく(命のバトン)

【買い物支援・交通】

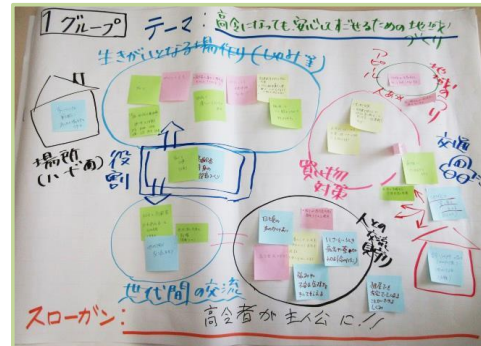
- 自動車を持つ人が他人の買い物をしてあげる。順番制
- お店がないのでお買い物ツアー的な手助けをする
- 交通の便、利用をしやすくする
- 病院に乗り合わせていく

【地域のウリ・人集め】

- 遠い親戚が西浅井に来やすくする
- 作物や生産物を売って、商売をしやすくする

【その他】

- 独居でも在宅で亡くなることのできるしくみを作る
- 地域の資源を(自分から)知る
- 生活を支援する介護施設の整備
- 診療所の医師と仲良くなる(信頼関係)



2グループ

テーマ:高齢者に関すること

スローガン:心も介護もオープンに！！

【住民ネットワーク】

- 高齢者世帯が増える中で、家も心もオープンにできる地域性とながりが大事
- 受診に行かれる時に手伝いをする(車で送るなど)
- 軽度者の支援(住民ネットワーク)
- 定期的な訪問
- ちょっとしたお手伝い(買い物・ゴミ出し)

【声かけ・つながり】

- 家族の認知症状を近所に知らして、協力してもらう
- 近所の高齢者に声をかける、話相手になる
- 顔を見せて声をかける
- 隣近所の高齢者に日頃から声をかける
- 地域のつながり(声かけ、見守り)



【社会参加】

- 婦人会・老人会に積極的に参加(馴染みをつくる)
- 高齢者の方が元気でいてもらえること(役割・行き場)

【相談】

- 安心して介護にあたるよう話を聞く
- 相談役
- 相談できること(人・所) 介護の体験、民生委員、ケアマネ、地域包括
- 地域住民さんに介護について情報を伝える
- 地域で支える仕組み作り⇒知識を持つ

【家族支援】

- 家族を支える体制(医療・介護)
- 【かかりつけ医や専門職につなげる】
- 利用者の家族・周囲にも目を配り、介入につなげる
- 75才以上、地域のかかりつけ医をもってもらう運動

【連携】

- 課題を解決できるよう、会議にあげていく
- 各機関との連携を密にする

【休みが取れる体制(企業努力)(行政指導)】

- 介護による失職の予防⇒介護休暇
- 行政によるポイント制



3グループ

テーマ:高齢者世帯の増加

スローガン:気くばり・目くばり・声かけ

【健康を保つ】

- 生きがいを持つ
- 楽しみを見つける
- 元気にしてもらう
- 健康管理をする
- 健康を保つ(運動)
- 食事をしっかりとる
- 井戸端会議
- 会話をする

【居場所作り】

- 居場所を作る
- サークルやサロン送り迎え
- サロン活動
- 趣味を持つ
- 畑仕事をする
- 働く場所

【地域のつながり】

- 近所との交流・助け合い
- 一人暮らしの人を見かけたら話かける
- 普段からお隣さんと仲良くする
- 独居の方に声掛け(野菜等を持っていき安否確認)
- 積極的な見守り・声掛け(孤立しやすい人たちに見ているよと安心感を持ってもらう)
- 避難訓練
- 買い物をしてくる
- 庭木を切る、始末する
- 親類と仲良くする

【相談場所】

- 相談に行くところを知っておく
- 困った時の相談場所を知る
- 助けてもらう人を知る・作っておく
- 相談窓口の紹介
- 介護・医療の情報提供

【緊急時の連絡】

- 医療機関との連絡がとれる
- 命のバトン
- 医療・事柄・連絡する
- 子供と連絡を取り関係を持つておく



4グループ

テーマ:ここ西浅井で看取りを迎えるために！！

スローガン: ●自分で体力維持健康管理がんばろう。 ●家族や近所と仲良くすごして行こう

【家族】

○家人・身内の理解

【近所】

○近所のお付き合い

○ちょっと助けてくれる人がいてほしい

【介護保険】

○不安を相談できるところ

○介護の充実(手助け)

○やりたいことが体力があるとよい

○在宅医療介護の知識を考えてくれるところ

○介護の生産性の向上

【医療】

○医療の充実(往診してくれる)

○万が一の時にすぐ来てくれる先生がいてほしい

【地域】

○男性の社会参加が少ない

○世代感交流がない

○地域・住民の連携

○まだ自分は行くところではない

○かっこ悪いと思う

○サロンに男性は行かない

○地域の人をよく頑張っている

○未婚を防ぐ

○人と出会う機会がなくなった

○すぐにかけてくれる家族がいてほしい

【制度のはざまを埋める】

○草むしり

○除雪

○通院介助

○買い物支援

○買い物難民を防ぐ

○配食サービス

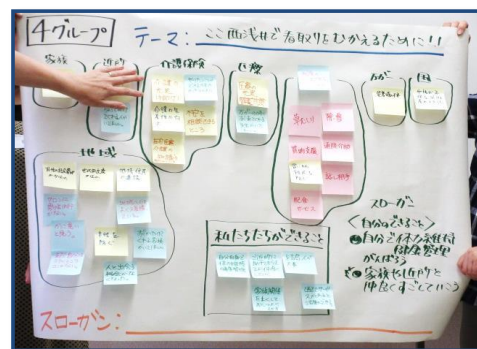
○話し相手

【万が一】

○災害時の不安

【国】

○女性が子供を3人以上埋める様に



【私たちにできること】

○自分自身で体力維持・健康管理

○ご近所に助けてもらえるよう仲良くしていく

○家族関係をよくしておく→よく話す

○結局、人が大事

○送迎サービスがあると活動できる



5グループ

テーマ:つながりの希薄を解消するために

スローガン: 地域の見守り隊になろう！！

【つながりの希薄化】

○住民の年齢差が大きい

○50歳以上の人はずながりがあると思う

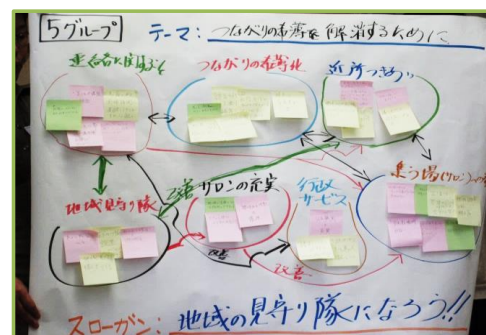
○町民(地域住民)も何かと忙しい

○若い人と高齢者が別々の世帯を持っている

○団塊世代が増えつつもゆとりがない(持てない)

○世代間交流をどうやってしていったらよいのか

○核家族化も要因



【近所付き合い】

- 婦人会などがなくなり、つながりがなくなりそう
- 隣近所の付き合いが少ない
- 道では話すけど、家を訪ねてまでは話に行かない
- 近所に老々介護の家がある。みんな大変なのはわかっていて力になりたいが、何もできず見守っている現状
- ご近所付き合いの難しさ

【集う場(サロンなど)への参加】

- 地域の中での色々な行事もなかなか参加がない
- 男性は老後の過ごし方を知らない(余暇利用)
- サロンの参加者に男性が少ない
- 交流する場所がない
- 字と字が離れていて交流が狭まっていく
- サロンがほぼ全字にある(頻度は1/日)

【サロンの充実】

- 地域で気楽に集える場所ができるとうい
- カフェの様な気楽によれる場所
- 興味ある活動の提供

【連絡に関すること】

- 状態が悪くなるまで我慢している
- 急病の時関係機関へ連絡してもらえるか心配
- 困っていることを誰?どこに相談していいのか
- 高齢者世帯に介護保険知識が伝わりにくい
- 男性介護者の孤立

【地域見守り隊】

- 声かけ隊を作る
- お助け隊の設置(誰がアクションを起こすのか)
- 地域見守り隊を作る
- 困っていることの発信⇔できることの発信



(文責)長浜米原地域医療支援センター