

## 「高齢者の孤立化防止」講演内容

中沢会長の推奨する「孤独死ゼロ作戦」から、見守りのヒントを学ぶことが出来ました。

### 死は生のカガミ —— 死生観を学ぶ

孤独死は生活習慣（の結果）

- あいさつしない
  - 集まりに出ない
  - 料理・ゴミだし・掃除をしない
- ） ないないづくしを改めよう

### あいさつ上手が人をつなぐ —— あいさつに始まりあいさつに終わる

- 「あいさつ」は人間の初歩
- 「向こう三軒両隣」の精神を大切に
- おすそわけのできる人間関係をつくる
- （たとえ返事が無くても）何度でも自分から声をかけよう



### 住民の力が最重要 —— 住民は地域の主役！

- 地域の活動は行政主導では行えない
- 家庭訪問に勝るものなし 信頼関係を築こう
- 地域を支える3本柱（町会の活動・社協の活動・民生委員さんの活動）



参加した皆さんからの笑いも起こり、ユーモアの中にも役立つポイント満載のお話を伺うことが出来ました！