

「地域で支えあう見守りネットワーク」(講演内容から)

高齢になると、病気の不安や詐欺・犯罪にまきこまれる危険などが増えてきます。また、家に閉じこもりがちになって、地域から孤立する方もでてきます。孤立死を防ぐためには地域のネットワークづくりが大変重要になります。

※講演スライドより



閉じこもりには2つのタイプがあり、割合は半々くらいです。
タイプ1……………身体的閉じこもり
タイプ2……………心理的閉じこもり

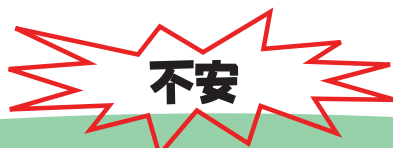
閉じこもっていると、体力が低下したり、認知症など要介護のリスクを増やすことになります。



地域では転倒予防体操や料理教室などを行っています。しかし、閉じこもった人を連れ出すことはプライバシー保護の壁や、心身が弱っているなどの理由で現実的に困難なので行政と連携したり、介護保険（デイサービス）を活用しましょう。

孤立予防には重層的なネットワークづくりが効果的です

自主グループ



一次予防：日常型・・・「欠席がち」「元気ない」

ご近所
・町会

二次予防：見守り型・・・洗濯物、屋内の電灯等

公的機関
・企業

三次予防：緊急通報型・・・SOSコール、電気・水道メーター