

とみさかだより

2020年 秋号

高齢者あんしん相談センター富坂 季刊誌

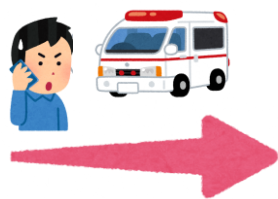
「高齢者見守り相談窓口」を設置しました。

文京区では、令和2年7月より高齢者あんしん相談センターに「高齢者見守り相談窓口」を設置する事業を開始しました。高齢者見守り相談窓口では、「見守り相談員」が地域の高齢者の方について、相談を受けたり、訪問を行い、必要な支援や地域ぐるみの見守り活動につなぐことを目指します。高齢者あんしん相談センター富坂では、富坂分室（小石川2-18-18）に3名の見守り相談員を配置しています。

ご家族やご近所の高齢者の方について「何か変だな」と思った時は、ご連絡・ご相談ください。また75歳以上の方等にも順番に訪問しています。訪問の際には日頃のご様子をお聞かせください。今回は、見守り相談員が、対応した2つの事例をご紹介します。

Aさんは友人のBさんから買い物を頼まれて届けると、Bさんは体調がとても悪そうでした。

翌日も様子を見に行くと、インターフォンや電話にも応答がありません。心配になったAさんは見守り相談窓口連絡しました。



Aさんから連絡を受けた見守り相談員が自宅に訪問しましたが、やはり応答がありません。

その後、119番通報を行い、レスキュー隊が窓から突入し、倒れているBさんを発見しました。

警察署等の関係機関から、Cさんという人が、頻繁に電話相談・通報してくるので訪問してほしいと連絡を受けました。



見守り相談員が訪問しましたが、「困りごとはない」とのことでお会いできていません。しかし家の外観からは何かお悩みがあるのではないかと推察しています。今後につながるように、引き続き訪問していきたいと思えます。



渡辺・中島・小高

事業開始から2カ月が経ちました。皆様のご指導、ご協力のおかげをもちまして、たくさんの方にお会いできています。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

発行元

◆高齢者あんしん相談センター富坂（特別養護老人ホーム 文京白山の郷内）

住所：文京区白山5-16-3 電話：3942-8128

◆高齢者あんしん相談センター富坂分室（礪川地域活動センター3階）

住所：文京区小石川2-18-18 電話：5805-5032

広がってます。見守り・支えあいの輪

国民の3人に一人が65歳以上になる時代がもうすぐやってきます。だからこそ地域の皆さんの支え合いが大切！ということで、今回は源覚寺こんにやくえんまで開催している「介護者の心のやすらぎカフェ」に参加されている方と、浄土宗 香念寺 住職の下村達郎さんにお話を伺いました。

Q 活動を始めたきっかけをおしえてください。

A 浄土宗研究所として、今の時代に何かできることはないかと考えたとき、介護問題にたどり着きました。介護離職、周圀からの孤立、鬱、介護を苦に殺めてしまう・・・等の現実を知り、何かつながりができればこの状況を変えることができるのではないかとこの思いで立ち上げました。2016年から始め、2ヶ月に1度（奇数月）第1週目に開催しています。
（次回11月6日）



Q 活動に参加してみたいかですか？

A 久しぶりに人と話しました。介護を終えたばかりで、自分自身も居なくなったような感じがして、しばらく何も手を付けられずにいました。自分の介護を振り返ってみて、本当にこれで良かったのか？と自問自答する日々でしたが、皆さんの話を聴いて心が晴れました。

Q 今後どのような活動にしたいですか？

A 貴重な介護体験談が、今介護をしている誰かの救いになり、いずれその方が介護を終えた後、誰かに自身の体験談を伝える。そうして皆が皆を支えられるような場を、これからも設けていきたいです。

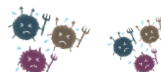


「なるべく頼れる先を持つことが介護の自立」という住職のお言葉が、とても印象的でした。あんしん相談センターの相談員として、「頼れる先」の一つになれるよう日々の相談にしっかりと耳を傾けたいです。



（下河）

インフルエンザを予防しましょう



普通の風邪と違い、インフルエンザはインフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。

38℃以上の発熱や咳、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの全身症状が特徴です。

高齢の方の場合では、肺炎を伴うなど重症化する恐れがあります。早めの受診が大切です！

今年は新型コロナウイルス感染もあり、いつも以上に予防が大事になります。



手洗い・アルコール消毒

指や爪の間も念入りに！



マスクの着用

口・鼻・あごをしっかりと覆いましょう



他には・・・

- ・流行前のワクチン接種
- ・適度な湿度の保持(50~60%)
- ・十分な休養とバランスの取れた食事
- ・人混みへの外出を避ける



活動報告



●7/4 認知症サポーター養成講座

●7/4 シエルブルー

●9/4

こんにやくえんま 介護者のつどい

●9/19

家族交流会



【編集後記】新型コロナの影響で自粛生活が続いています。温泉に入って美味しいもの食べたい、大勢で飲みに行きたい、カラオケで歌いたい・・・妄想して我慢の日々です。（嶋田）

