

# 住み慣れた地域で安心して暮らすには？



## ワークⅠ どう思いますか？

- 隣のおじいさんはよく散歩に出ていたのに、最近は外で会うことがなくなりました。おじいさんはどうされたと思いますか？

-----

-----

-----

## ワークⅡ 考えてみましょう！

- 年をとってからあなたはどのような暮らしがしたいですか？
- また、高齢者の悩みにはどのようなものがあるでしょうか？

-----

-----

-----

## ワークⅢ 語り合えよう できること！

- 高齢者が安心して暮らすために、地域でできていること、さらにできることは何だと思えますか？

-----

-----

-----

### 高齢者に関わる問題

資料①

何か悩みがあるのかしら？

介護が必要になった？

家から出られない

高齢になっても働きやすい職場にしたいけど、何ができるかな。

まさか、虐待!!

まさか、孤独死？

病気がしら？

入院、身体機能低下、ねたきり？

家族はいたっけ？

認知症 老人性うつ？



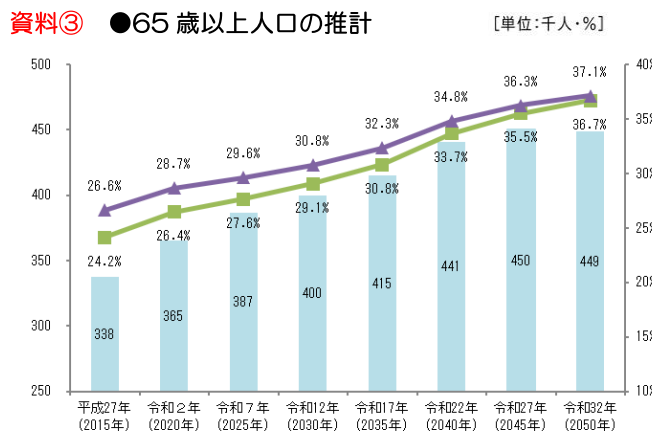
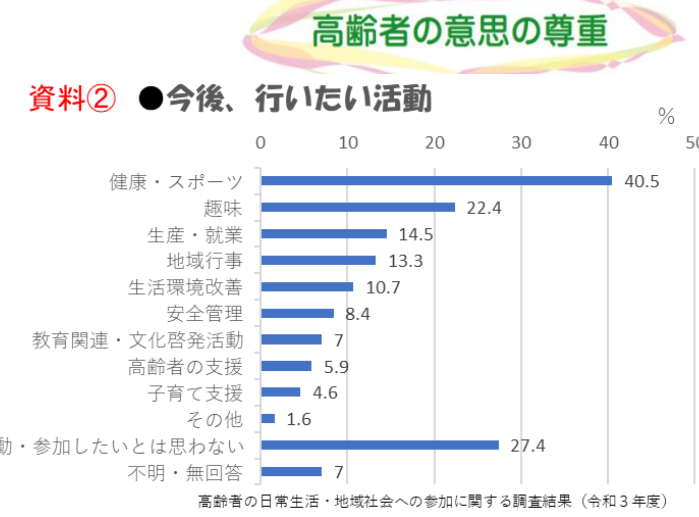
★一歩進んで★

### 虐待から守るために

虐待には、たたくななどの身体的虐待、食事を与えないといった介護・世話の放棄・放任、言葉などによる心理的虐待、わいせつな行為を強要するといった性的虐待、年金などを取りあげるといった経済的虐待があります。

家族や高齢者が直接相談に来ることができない場合もあります。

虐待を受けたと思われる高齢者を発見した場合には、市町の窓口（地域包括支援センターなど）へ通報してください。



YouTube 法務省チャンネル  
人権啓発ビデオ  
「虐待防止シリーズ」高齢者虐待

令和2年時点では、約3.8人に1人が高齢者(65歳以上)ですが、令和22年(2040年)には、約3人に1人が高齢者になると見込まれています。

### 語り合しましょう!

一歩、行動に移してみませんか?

- カフェやサロンの設置
- 配食サービス 外出支援
- 介護者の集い
- 見守り活動 防災マップ作成
- サークル活動 ボランティアセンター設置
- 地域の子どもたちと交流 (掃除、キャンプ、餅つき)
- 介護予防の教室 ラジオ体操の実施
- ゴミ出しの手伝い

地域で、高齢者とその家族が孤立しないよう普段から声を掛け合しましょう。  
また、近所の高齢者の変化に気づいたら地域包括支援センターや社会福祉協議会などに相談しましょう!