

—誰もが安心して暮らせる地域づくりをめざして—

地域で支え合う見守りをはじめませんか？

# 見守り支援 自治会・町内会の手引き



発行・編集 新潟市西区自治協議会  
(事務局 新潟市西区地域課)

# 発行にあたって

日本の社会は、世界に類例を見ないほどの「超少子高齢化社会」に当面しております。そして核家族化の進行等とも相まって、一人暮らしや高齢者夫婦のみの世帯も急増しております。また、都市化等に伴い、いわゆる「隣は何をする人ぞ」といった人間関係の希薄化も、大きな社会問題として指摘されております。

こうしたなかで「孤独死、孤立死」といった痛ましい事態も発生しております。東日本大震災もあり、改めて人と人との「絆」の大切さが叫ばれております。西区自治協議会ではこうした事態を踏まえ、平成24年8月に、「孤独死ゼロ作戦」に取り組んでこられた先駆者である、千葉県松戸市の自治会長中沢卓実氏の講演会を開催いたしました。さらにその講演要旨を当協議会広報紙第3号（平成24年10月1日発行）に掲載したところです。

この度、「地域ぐるみで支え合うこと」の重要性を改めて認識し、自治会・町内会における「見守り支援」のきっかけづくり・参考になればと願い、この小冊子を発行いたしました。資料をご提供いただいた方々に心から感謝申し上げますとともに、自治会・町内会でご活用いただければ幸いに存じます。

平成25年3月 西区自治協議会

## 目 次

発行にあたって	1
緑ヶ丘自治会をモデル地区として取り組んだ「安心生活創造事業」	2
地域でさりげない見守りがなぜ必要なのでしょうか？	3
地域の見守りを自治会・町内会からまず始めてみませんか？	4
~~~~~ 参 考 資 料 集 ~~~~~	
自治会・町内会でできることをチェックしてみましょう！	①
見守り活動「緊急時対応マニュアル」	②
見守りメモ（自治会・町内会用）	③
緊急連絡先カード	④
西区自治会・町内会 関係連絡先一覧	⑤

# 緑ヶ丘自治会をモデル地区として取り組んだ 「安心生活創造事業」

2010年の西区の高齢化率は、23.03%となっており、推計では、2035年に37.01%となります。また、西区でも「孤独死、孤立死」が発生しています。

このような状況の中、厚生労働省の「安心生活創造事業」（平成21年～23年度）が、西区の緑ヶ丘自治会（坂井輪中学校区）をモデル地区として、地域の関係機関の連携のもとに取り組まれました。これは、地域から孤立する可能性がある人をもれなく支援する体制を構築することで、誰もが住み慣れた場所で安心して暮らせるための地域づくりを行うものです。この結果、地域の中で意識が高まり、新たな見守り、支え合いの動きが生まれてきており、モデル事業としての期間が終わった現在も、地域で継続して取り組まれています。

緑ヶ丘自治会における「安心生活創造事業」を参考にしながら、西区全域の自治会・町内会に、支え合いの地域づくりが広がることを願っています。

## 主な取り組み

### 《高齢・障がい者のみ世帯を対象としたごみ出し支援》

- ・ コミ協、障がい者授産施設と連携

### 《高齢者世帯を対象とした子どもによる古紙回収》

- ・ 高齢者と子どもの交流をはかるため、子どもが高齢者世帯を訪問して古紙回収

### 《買物支援》

- ・ 宅配：スーパーによる買物商品お届け方式
- ・ 移動支援：タクシー乗り合わせ方式
- ・ 買物代行：買物代行方式（電話で登録店に注文）

### 《地域支え合いマップ作成による見守り》

- ・ 自治会の班ごと（1班60～120世帯）に作成
- ・ 地域住民や民生委員等が参加し、地域の現状や住民のつながりを地図に記す  
→地域課題の共有、必要な支え合いの仕組み作りのきっかけ

☆ この地域では、これまで民生委員が友愛訪問（見守り希望者に対する定期的な訪問）を行っていましたが、マップ作成を機に自治会住民が行うようになりました。

### 《住民による「見守り」を啓発するチラシ、ステッカーを配布》

- ・ コミ協管内の全世帯にチラシを、自治会の全世帯にステッカーを配布

### 自治会の概要（H23.11現在）

◇世帯数	873世帯
◇人口	2,383人
◇高齢者数	550人
◇高齢化率	23.1%
◇高齢者のみ世帯	82世帯
うち独居高齢者	65人

## 地域でさりげない見守りがなぜ必要なのでしょう？

### 1. 地域のなかで、このようなことはありませんか？

地域ではちょっとした気づかいで安心や安全が保てます。以下のような状況を見過ごさず、声をかけてみるなどして、気にかけてみましょう。

- ① 町内や隣人と交流がなく、閉じこもりがちな高齢者がいる
- ② 新聞、郵便物がたまっている
- ③ 洗濯物が干しっぱなし
- ④ カーテンが閉じたままになっている
- ⑤ 回覧板がそのままになっている
- ⑥ 電灯がついたままになっている
- ⑦ ごみ出しができない高齢者がいる
- ⑧ 買い物ができない高齢者がいる
- ⑨ 玄関先の雪かきができない高齢者がいる

### 2. 孤独死を防ぐ

西区自治協議会主催講演会「西区ささえ合い講演会～『見守り支援』を進めるために～」で、講師の中沢卓実氏（千葉県松戸市常盤平団地自治会長）は、「『孤独死ゼロ作戦』から学ぶ地域の取り組み」と題し、孤独死には「共通の生活パターン」があると述べています。

以下の生活パターンを把握し、さりげない見守りを行うことが、孤独死を防ぐことにつながります。

- ① あいさつをしない
- ② 友だちがいない
- ③ 身寄りと連絡を取らない
- ④ 地域の催しに参加しない
- ⑤ 人は人、自分は自分と考えている
- ⑥ ごみ出しができない
- ⑦ 料理ができない
- ⑧ アルコールをやめない

### 3. 地域はみんなの支え合いが基本

誰もが住み慣れた地域で安心して生活できる地域づくりにするためには、地域のみんなで努力し協力することが重要です。

### 4. さりげない見守りや支援の大切さ

- ① 「なぜ必要なのか？」「いらぬおせっかい」と思っている人もいます。さりげない見守りや支援を行うことの大切さや必要性を地域で話し合ってみましょう。
- ② 緑ヶ丘自治会の「安心生活創造事業」（2ページ参照）の一環で行われた、一人世帯二エース調査でも、日常の支援（買い物、通院、ごみ出し、ちょっとした手伝い）や見守り支援（健康上の不安のため）が必要という結果が出ています。

## 地域の見守りを自治会・町内会からまず始めてみませんか？

### 1. 身近な人に声をかけて話し合いができる体制をつくってみましょう

- 民生委員、自治会・町内会役員、その他地域団体役員、ボランティア活動参加者
- 地域の世話やきさん

### 2. 地域で見守りが必要な人を把握してみましょう

- 見守りが必要な人がどこにいるのかがわかる地図を作りましょう。

### 3. 地域の交流の機会や場を確保しましょう

普段からの人間関係をつくる場、行事などの交流の場、人材を見つける場や、地域課題の発見・相談・仕組みづくりの場として活用できます。

- 地域の茶の間
- いきいきサロン事業
- ふれあいティールーム

### 4. 地域の事業所等と連携しましょう

日々の見守りには、地域の事業所等との連携が大切です。

近くのスーパー、商店等は日々の見守りに役立ってくれます。

- 近所のスーパー・商店、新聞販売店、介護事業所、ヤクルト、郵便事業者
- 学校、保育園など

### 5. 区役所、区社会福祉協議会、地域包括支援センターと連携しましょう

- 見守りネットワーク体制の相談窓口は区役所健康福祉課
- 友愛訪問事業の相談窓口は社会福祉協議会
- 高齢者の生活支援の相談窓口は地域包括支援センター

### 6. 緊急時の対応を知っておきましょう

- ① 緊急時はあわてる可能性があります。あわてないために対応を知っておきましょう。
- ② 「見守り活動『緊急時対応マニュアル』」を参考にしましょう（参考資料集②ページ参照）。
- ③ 「見守りメモ」を作ってみましょう（参考資料集③ページ参照）。

# 参考資料集

このページ以降は、実際に自治会・町内会がさりげない見守りに取り組むときに参考とするための資料集です。  
(これらを使用しなければいけないという決まりはありません。  
あくまでも素材提供です。)

① 自治会・町内会でできることをチェックしてみましょう!

② 見守り活動「緊急時対応マニュアル」

③ 見守りメモ（自治会・町内会用）

※自治会・町内会が見守りを行うときに、見守り状況などを記入するための様式です。各自治会・町内会でそのままコピーして使用しても構いませんし、使い勝手が良いように変更していただいて構いません。

④ 緊急連絡先カード

※見守りが必要だと思われる方に、各自治会・町内会でコピーして個々に配布して使用いただけます。使い勝手が良いように変更していただいて構いません。

このカードは、見守りが必要だと思われる方ご自身から記入してもらい、自宅の冷蔵庫など、人目につきやすい場所に掲示してもらいます。何か異変が生じたときに、家に立入った第三者が、関係者へ連絡するときに役立ちます。

⑤ 西区自治会・町内会 関係連絡先一覧

# 自治会・町内会でできることを チェック☑していきましょう!

見守りは、日頃からのつながりが大事!!  
地域の現状をチェックして、これから  
の取り組みに活かしましょう!!

## 地域のコミュニティづくり

- ご近所どうして、あいさつ・声かけをしている。
- ご近所どうして、お茶会をするなどして、日頃から情報を共有している。
- 交流行事をしている。
- 地域内に、誰もがいつでも集まれる場所がある。
- 他の活動グループと協力している。

## 見守りの体制づくり

- 高齢者世帯などへの定期的な訪問ができています。
- 悩みを話し合える体制ができています。
- 異変があったときに、どこに連絡すればよいか把握している。

# 見守り活動「緊急時対応マニュアル」

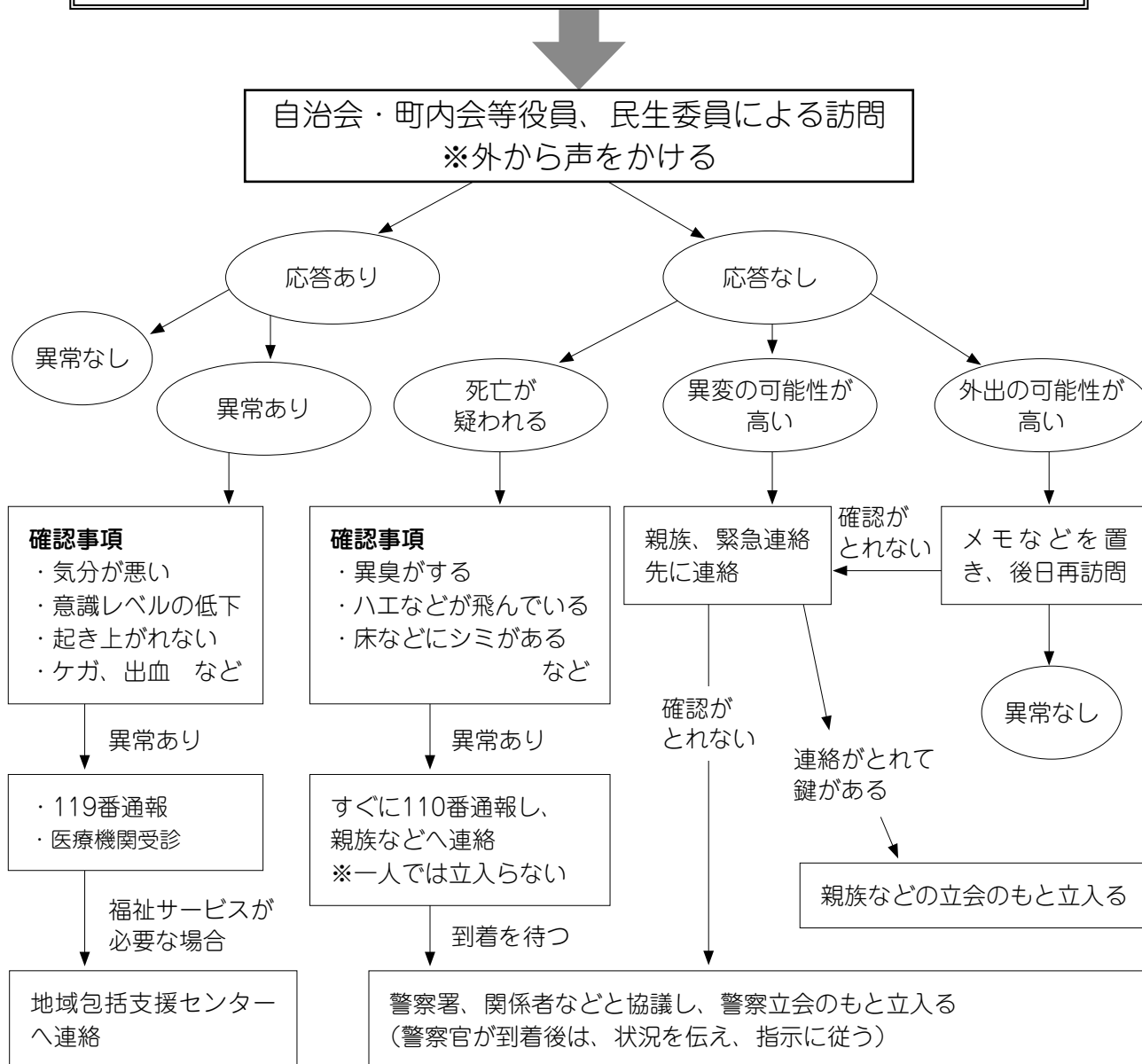
このマニュアルは、自治会などが行う緊急時の行動について、図式化したものです。

**確認事項**  
(自宅の様子)

- 郵便物、新聞がたまっている。
- 電気がつけっぱなし、あるいは夜になっても消えたままである。
- 洗濯物が干しっぱなしになっている。
- 日中でも雨戸やカーテンが閉まりっぱなしになっている。
- 異臭がする。
- 家の中や周りにいろいろな物が置きっぱなしになっている。

(本人の様子)

- 最近、電話や訪問に応答がない。
- 最近、元気がない。様子がなんとなくおかしい。
- 必要な福祉サービスを利用していないようだ。
- 定期的な外出先がない。近隣との交流がないようだ。





# 見守りメモ

西区自治会・町内会用

本人	氏名	性別	生年月日		同居家族
		男・女	M.T.S	年 月 日	有 ・ 無
	住所		電話番号		かかりつけ病院・医院
	新潟市西区		自宅 025- -		
		携帯電話 - -	025- -		

緊急連絡先	氏名	続柄	住所	電話番号
	①			
	②			
	③			

年月日	見守り状況	担当者

## プライバシーへの配慮

地域のささえ合いの仕組みづくりで大切なことです。

下記のポイントを参考にしてみてください。

- |               |                           |
|---------------|---------------------------|
| ①本人に利用目的を明示する | ④データを安全に管理する              |
| ②本人から情報を取得する  | ⑤第三者への提供は本人の同意を得てから行う     |
| ③必要な情報のみを取得する | ⑥本人からの情報修正や利用停止などの申し出に応じる |

このカードは、ご家庭の電話の前や冷蔵庫などに貼ってください

# 緊急連絡先カード

## ◇ わたしの基本情報

(ふりがな)	男 ・ 女	生 年 月 日	血液型
氏 名		年 月 日	型
(ふりがな)	男 ・ 女	生 年 月 日	血液型
氏 名		年 月 日	型
住 所		電 話 番 号	
〒 新潟市西区		自宅	
		携帯 電話	

## ◇ 緊急時の連絡先

連絡順	氏 名	続 柄	住 所	電 話 番 号
1				
2				
3				

## ◇ かかりつけの病院

受診者名	病 院 名	電 話 番 号

☆ 何かあったら、まずはお住まいの地域包括支援センターへ

小新・小針	☎025-201-1351	坂 井 輪	☎025-269-1611
黒 埼	☎025-377-1522	赤 塚	☎025-264-3377
関屋・白新	☎025-231-5659		

# 西区自治会・町内会 関係連絡先一覧

西 区 役 所 (代表)	☎025-268-1000
新潟西警察署 (代表)	☎025-260-0110
西 消 防 署 (代表)	☎025-262-2119

- 介護保険について知りたい
- 高齢者の様子がおかしい（急に元気がなくなった人がいる、虐待が疑われるようだ、など）

西区役所健康福祉課高齢介護係 ☎025-264-7330

新潟市地域包括支援センター（お住まいのセンターへ）

小 新 ・ 小 針	☎025-201-1351
坂 井 輪	☎025-269-1611
黒 崎	☎025-377-1522
赤 塚	☎025-264-3377
関 屋 ・ 白 新	☎025-231-5659

- 民生委員を知りたい
- 災害時要援護について知りたい

西区役所健康福祉課地域福祉係 ☎025-264-7315

- 避難所を探す

西区役所総務課安心安全係 ☎025-264-7120

- 日常生活の困りごと（福祉サービスの利用手続きや金銭管理を手伝ってほしい、家事援助や外出の手助けなどがほしい【年会費・謝礼金がかかります】など）
- 地域の茶の間を探す（おしゃべりするところ、仲間を見つけたい、など）
- ボランティアのこと（話し相手がほしい、除雪などボランティアの協力がほしい、など）

西区社会福祉協議会 ☎025-211-1630

