

保存版

# 高齢者 見守りシート


中央  
地区



～いつもと様子が違うと感じたら～


## 皆さんのまわりに気になる高齢者はいませんか??

孤立する高齢者や孤独死が大きな社会問題となっています。

住民のみなさんが、ちょっとした異変に気づき、誰かに相談することで、事故や重症化を防ぐ事に繋がります。問題が「小さな芽 」のうちに発見できるように地域で**高齢者を見守っていきましょう。**



何か異変に気付いた場合は、1人で悩まないで家族や隣人、友人、民生委員さんなど誰かに話をしてみましょう。

 自治会は地域活動の中心的な団体です。高齢者の見守り活動へのご協力とともに、自治会への加入や自治会活動へのご理解、ご協力をお願い致します。

裏面には、高齢者の異変を表すサイン「気づきのポイント」を掲載しました。



## 緊急の時は…

警察署 **754-0110**



救急車 **119**



## 相談窓口



※相談者の秘密は守られます。

相模原市委託の 高齢者の総合相談窓口

【開所時間 8:30～17:00】  
月～土（祝祭日除く）

 **中央地域包括支援センター**

**☎042-730-3886**

相模原市役所 [ 平日 8:30～17:00 ]

 **中央高齢者相談課**

**☎042-769-8349**



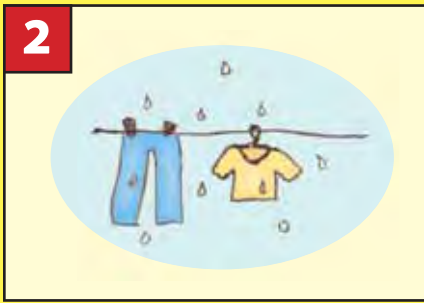
# 高齢者の異変に気付くためのポイント



新聞や郵便物が  
たまってきたまま。



最近元気がな  
い。  
何となく様子  
がおかしい。



数日間洗濯物が  
干したまま



身なりを気に  
しなくなった。  
汚れた衣類を  
着ている。



昼も夜も電気が  
ついたまま。



見慣れない人  
が出入りして  
いる。



日中いつも開け  
てあるカーテン  
や雨戸が閉まっ  
たまま。  
夜になっても電  
気がつかない。



顔や腕に不自  
然なあざがあ  
る。



最近見かけなく  
なった。



大声で怒鳴る  
声が聞こえる。



庭の手入れがさ  
れなくなった。



家の中に同じ  
様な商品や箱  
が幾つもある。