

# 高齢者のご近所見守りチェックリスト



あなたの周りに
このようなことで
困っている高齢者は
いませんか？

| 生活（暮らし）で困っているかも？ | 家族・介護で困っているかも？ | 認知症で困っているかも？ | 体の具合が悪いかも？ | お金に困っているかも？ |
|---|---|---|---|---|
| ☐ いつも同じ服を着ている<br>☐ 自宅にこもりがちで、誘っても出てこない<br>☐ 電話に出なくなった<br>☐ 定期的な集まりに参加しなくなった<br>☐ 生活環境が悪い | ☐ 一人で介護している<br>☐ 介護者の健康状態が悪い<br>☐ 高齢者が一人暮らし<br>☐ 介護者が朝からお酒を飲む<br>☐ 最近、配偶者をなくされた | ☐ 少しもの忘れが目立つ<br>☐ 会話の中で、同じ話を繰り返す<br>☐ 会話のつじつまが合わない<br>☐ ゴミが捨てられずにためている、分別できないでいる<br>☐ 入浴ができていないようだ | ☐ 自由に外出できない<br>☐ 新たに身体に障害がでてきた<br>☐ 歩きぶりが悪くなった | ☐ いつも同じ服を着ている<br>☐ 以前よりも生活が質素になった<br>☐ 子が働いていない |
| ☐ 家にいるはずなのに、しばらく顔を見ない<br>☐ 衣類が汚れたままになっている<br>☐ 昼間でも雨戸が閉まっている<br>☐ 新聞、郵便物がたまっている | ☐ 高齢者に面会させない<br>☐ 家庭内でのケンカが絶えない<br>☐ 介護者が「介護が大変、つかれた」と言っている<br>☐ 顔や手足に内出血の傷がある | ☐ 同じものを何度も買ってくる<br>☐ 季節に合わない服装、不適切な履物<br>☐ 介護者が介護疲れを訴える<br>☐ 現金、通帳などをなくす、管理できない<br>☐ 幻覚・妄想がある | ☐ 顔色が悪く体調不良がうかがえる<br>☐ ヒゲ、髪、爪が伸びたままになっている<br>☐ 尿臭がひどい<br>☐ 最近目立ってやせてきた<br>☐ 転倒をくり返している | ☐ 必要な介護サービスなどを使っていない<br>☐ 年金があるのに「お金がない」と訴える<br>☐ 家族に通帳や印鑑を盗られたと訴える |
| ☐ 夜になっても、家の明かりがつかない日が続く<br>☐ 異臭がひどく、害虫が発生する<br>☐「死にたい」などと言う | ☐ どなり声、泣き声がする<br>☐ 物の飛び交う音がする<br>☐ 高齢者が「施設に入れてくれ」と言う<br>☐ 家族が暴力を繰り返す | ☐ 道に迷ったり、自宅がわからない<br>☐ 近所の人や店とのトラブルが増えた<br>☐ 振り込め詐欺にあった | ☐ ふらふらになって外を歩いている | ☐ 食べるものがほとんどない<br>☐「金を出せ」「通帳を出せ」と怒鳴り声がする<br>☐ 家賃や公共料金などを滞納している |

緊急度

低

**見守り**

★ご近所で声をかけ合い見守りましょう。
★民生委員・自治会役員と連携を取りましょう。

**相談**

★地域ケアプラザ（包括支援センター）、区社会福祉協議会・区役所などに相談しましょう。

中

**通報**

★区役所・警察・地域ケアプラザ（包括支援センター）などに通報しましょう。
※通報とは：緊急度が高く早急な対応が必要な場合

高

## 「あれ?」「どうしたのかな?」という気付きを大切に!




- 住んでいる人、日頃から関わっている人だからわかることがあります。
- 一人で抱え込まず、より多くの人で見守れるよう考えていきましょう。
- 見守られる側も気持ちよく過ごせる地域を目指しましょう。
- チェック項目で、足りない視点は追加しながら使いましょう。

### 相談先はこちらです

| 名　称 | 所在地 | 電話番号 |
|---|---|---|
| 横浜市豊田地域ケアプラザ（包括支援センター） | 飯島町1368-10 | 045-864-5144 |
| 横浜市笠間地域ケアプラザ（包括支援センター） | 笠間1-1-1 | 045-890-0800 |
| 横浜市小菅ケ谷地域ケアプラザ（包括支援センター） | 小菅ケ谷3-32-12 | 045-896-0471 |
| 横浜市中野地域ケアプラザ（包括支援センター） | 中野町400-2 | 045-896-0711 |
| 横浜市桂台地域ケアプラザ（包括支援センター） | 桂台中4-5 | 045-897-1111 |
| 横浜市野七里地域ケアプラザ（包括支援センター） | 野七里1-2-31 | 045-890-5331 |
| 横浜市本郷台駅前地域ケアプラザ（包括支援センター） | （令和３年度開業予定） | |
| 栄区役所　高齢者支援担当 | 桂町303-19 | 045-894-8415 |
| 栄区社会福祉協議会 | 桂町279-29 | 045-894-8521 |

**このチェックリストの作成者は…**

※このリーフレットをお渡しする方が、自治会名等をご記入ください

# 高齢者の ご近所見守りチェックリスト

私たちの町版



安心できる、町づくりのために
あなたができることがあります!