見守りの流れ

普段から買い物などの日常生活の行動の中に無理なく見守り活動を取り入れ、お互いに見守り、見守られる関係を築きましょう。

見守る

見守りの第一歩はさりげなく気に掛け合い、顔の見える関係性を築くこと。

気付く

夜になっても
明かりがつかない…

新聞や郵便物が
溜まっている…

相談・連絡

気になることがあった場合は、右記の相談先にご連絡ください。

支援機関　行政サービス　地域での見守り

▶▶▶連絡を受けた地域包括支援センターなどでは、安否確認や現状把握を行うほか、必要により介護保険や各種福祉サービスが適切に提供されるよう支援します。

ゆるやかにつながり お互い様で 見守る

少子高齢化や核家族化、近隣関係の希薄化などを背景に、高齢になっても住み慣れた地域で安全・安心に暮らし続けるため、地域全体で見守り合う環境づくりが求められています。皆さんの見守り活動、温かな気付きを地域の中に広げ、安心して生活できる塩尻市を目指しましょう。

問 地域共生推進課高齢支援係　☎0263㊿0280　内線2127

相談先一覧

見守り活動の中で、何か異変に気付いたら、お住まいの地区を担当している地域包括支援センターなどへご相談ください。

相談窓口		連絡先
大門 塩尻東 北小野	**中央地域包括支援センター** 住所：大門六番町４番６号 （市保健福祉センター内）	☎0263㊿0280 内線2131
	ふれあいセンター東部 住所：峰原173番地１	☎0263㊼2931
高出 広丘 吉田 片丘	**北部地域包括支援センター** 住所：広丘野村2223番地（特別養護老人ホームこまくさ野村渋池内）	☎0263㊽3314
	ふれあいセンター広丘 住所：広丘堅石2150番地１	☎0263㊿5070
洗馬 宗賀 楢川	**西部地域包括支援センター** 住所：宗賀1298番地514（すがのの郷内）	☎0263㊽9005
	ふれあいセンター洗馬 住所：洗馬2713番地１	☎0263㊿5337
緊急時	**塩尻警察署**	☎0263㊿0110
	松本広域消防局	☎119

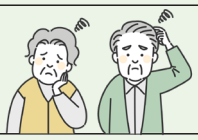
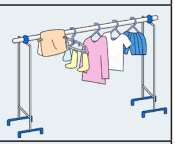
私たちも見守っています

市では、地域の見守り活動に賛同いただいた事業者と協定を締結しています。協定事業者が、通常の業務を通じて異変を察知した場合、必要に応じてその状況などを必要な機関へ連絡をするものです。
※協定事業所の詳細は、市ホームページでご覧ください。

協定事業所はこのステッカーが目印です。

地域の高齢者
見守りチェックリスト

高齢になっても住み慣れた地域で安心した暮らしを続けることができるように、地域の皆さんが、日々の生活で「いつもと違う」「心配なことがある」と感じる人がいた場合、専門機関などに相談を勧めたり、連絡をしたりするなどのご協力をお願いします。

見守りの段階の目安	チェック	内容
見守る ご近所などの地域で見守りましょう。		高齢者が一人暮らしをしている
		いつもあいさつしていた人がしなくなった
		歩きぶりが悪くなった
		地域の集まりに顔を出さなくなった
相談を勧める 関係機関などへの相談を促しましょう。		顔色が悪く体調が悪いことがうかがえる また、最近特に痩せてきた様子
		生活の悩みを周囲に話している 
		ごみ出しをしなくなった
		いつも同じ服や季節に合わない服を着ている
		深夜に出歩いたり、道に迷ったりする
		怪しい業者が高齢者宅に出入りしている
連絡 地域包括支援センターなどに連絡しましょう。		新聞や郵便物が溜まっている
		暗くなっても明かりがつかない （または、昼間でも明かりがつきっぱなし）
		洗濯物が何日も干したままになっている 
		窓が開いたままになっている
		家の中から怒鳴り声がする

※上記のチェックリストはあくまでも目安となりますので、気になることなどがありましたら、ご相談ください。