



安平町地域包括支援センターの野村です。今回は、高齢の方の緊急時の備えや見守りについてご紹介します。

今、なぜ緊急時の備えや見守りが必要なのか

高齢化、一人暮らし高齢化世帯の増加は安平町においても進んでおり、高齢化率は約37%、一人暮らし高齢者世帯は約900世帯（全世帯の22%）となっています。

さらに、新型コロナウイルス感染症の流行により地域のイベントやサロン活動がないことや感染予防のために外に出ない、人と会わない生活の方が増えています。

地域包括支援センターの活動でも「一人暮らしなので体調を崩した時どうしよう」と本人からの相談や、家族や周囲の方から「郵便物がたまっています」「昼間なのに電気がついてます」などと相談をお受けして対応することもあります。

急な体調不良はいつ起こるかわかりません。元気なうちから備えておくことが大切です。

安平町で利用できるサービスの紹介

・公的なサービス

緊急通報システム	電話機の横に取り付けた緊急通報装置やペンダントのボタンを押すことで、24時間看護師・相談員が対応。緊急度に応じて救急車の出動要請をしたり協力員に連絡をします。	
救急医療情報キット	持病や緊急連絡先を書いた用紙を容器に入れて冷蔵庫に保管することで、救急車を呼んだ時に救急隊員が活用することができます。	
鍵の預かりサービス	鍵を施設に設置した金庫で預かり、急病等で倒れた時や安否不明の時に社協や役場、介護サービス事業所の職員が鍵で玄関を開けます。	

・民間のサービスなど

新聞、食料品や弁当、乳製品の宅配	定期的に自宅に人が来るため、異変を配達の手や周囲に気づいてもらいやすくなります。
電話やメール	「朝起きたらメールをする」「毎日夕方に電話をする」など決めて行います。遠方の家族や友人とでも行えることがメリットです。
スマートフォンや見守りグッズ	起床や就寝を家族のスマートフォンに知らせる、冷蔵庫を開けると家族に通知するなど、様々な機能を持つアプリやグッズがあります。

家庭状況や身体状況に合ったサービスを相談できますので、ご希望の方は安平町地域包括支援センターまでご相談ください。また、別の町に高齢のご家族がいる方などは、お住まいの地域の地域包括支援センターへご相談をおすすめします。