

## 見守りシールを知っていますか？

町では、紀宝町 SOS ネットワーク登録者とその家族に、右の写真のとおり「見守りシール」を配布しています。

困っている様子の人を見かけたら、まずは声をかけましょう。次の流れに沿って対応することで、身元の確認や早期保護につながります。

▶詳しくは、紀宝町地域包括支援センター（☎ 3 3 - 0 1 7 5）までお問い合わせください。



③ そばで見守る

連絡後、安全な場所で本人に付き添い、警察や家族などの到着を待ちましょう。



② 二次元コードを読み取り、連絡

見守りシールの二次元コードを読み取り、警察など、表示された連絡先に登録番号をお伝えください。



① やさしく声をかける

正面からゆっくり声をかけ、衣服や持ち物に、見守りシールがないか確認します。



### 事前登録で行方不明者を早期に発見 紀宝町 SOS ネットワークシステム

このシステムは、認知症高齢者などが行方不明になったとき、役場や警察、地域の関係団体が連携して捜索し、早期発見・保護につなげる仕組みです。本人の情報や連絡先を事前登録することで、スムーズに情報共有できます。

▶登録方法など詳しくは、紀宝町地域包括支援センター（☎ 3 3 - 0 1 7 5）まで。

「ちょっと気になる」を相談してみませんか

## 認知症のこと、一人で悩まずご相談ください

認知症について、「最近、もの忘れが増えた」「家族の様子が少し気になる」など、不安や困りごとはありませんか。本人や家族だけで悩みを抱え込まず、気になることがあれば、まずはお気軽にご相談ください。

| 相談窓口              | 受付時間                        | 電話番号                          |
|-------------------|-----------------------------|-------------------------------|
| 紀宝町地域包括支援センター     | 8:30～17:15（平日）              | 0735-33-0175                  |
| 紀宝町社会福祉協議会        | 8:30～17:15（平日）              | 0735-32-0957                  |
| 熊野病院 認知症疾患医療センター  | 8:30～17:00（平日）              | 0597-88-1123                  |
| 三重県認知症コールセンター     | 10:00～18:00（月～土）<br>※水曜日を除く | 059-235-4165                  |
| 三重県若年性認知症サポートセンター | 10:00～17:00（平日）             | 059-382-8490<br>090-5459-0960 |

# 03 ともに支えあえる地域に

## 地域で支えあうための4つのポイント

### 正しく理解する

認知症サポーター養成講座などで症状や接し方を学びましょう。



### 本人の思いを尊重する

できることに目を向け、本人の意思や気持ちを尊重しましょう。

本人らしい暮らし

### 見守り、声をかける

困っている様子があれば、急がせず、安心できるよう、穏やかに声をかけましょう。



### 一人で抱えず、相談する

本人や家族だけで抱え込まず、かかりつけ医などに相談しましょう。

認知症を特別なものと  
して捉えるのではなく、  
地域の中で当たり前の存  
在として身近に感じられ  
る環境づくりが大切です。  
高齢者やその介護者だけで  
なく、子どもや子育て世  
代、中高年など、すべて  
の世代が認知症について  
知り、考えることが必要  
です。

認知症になると、本人  
やその家族と地域との関  
係がこれまでとは変わっ  
てしまうことへの不安を  
感じる場合があります。  
だからこそ、地域全体で  
本人や家族を包み込むよ  
うに支え、「認知症になっ  
ても、これまで築いてき  
たつながりや信頼関係は  
変わらない」と思える安  
心感をつくることが重要  
です。

町で取り組んでいる見  
守りシールや SOS ネット  
ワークも、地域のつなが  
りを活かし、安心して暮  
らすことができる支え合  
いのしくみの一つです。

認知症の方に出会った  
とき、特別な対応を考  
える前に、まず「こんに  
ちは」と

## 認知症になっても、 安心して暮らせる町へ

挨拶をしたり、笑顔で  
声をかけたり、おじぎを  
したりすることから始  
めてみてください。認  
知症の程度にかかわら  
ず、こうした思いやりは  
相手に伝わります。そ  
の人は「認知症の方」  
ではなく、名前を持つ  
一人の紀宝町民です。  
これまで地域を支え、  
暮らしをつくってきた  
人として、敬意を持  
って接することが大切  
です。

不安や疑問を感じた  
ときには、本人や家  
族だけでなく、かかり  
つけ医や地域包括支  
援センターなどに相  
談してください。医  
療や介護の専門職  
だけでなく、地域の  
さまざまな人がつな  
がることで、不安や  
孤独感を和らげ、住  
み慣れた地域で自分  
らしく暮らし続ける  
ことができます。

認知症は、一部の専  
門家だけが関わるも  
のではなく、だれも  
が関わる可能性があ  
る身近な病気です。  
元気のうちから見守  
りや支援の仕

### 相野谷診療所

もりもと しんのすけ  
森本 真之助 医師

### Comment

紀宝町医として相野谷診療所で勤務しています。地域医療連携を推進し「やさしい医療」が受けられるまちづくりを目指しています。

