



「もしもの時」のために 高齢者が今できること

近年は猛暑や豪雨など今までにない天候がみられたり、高齢者を狙った特殊詐欺や強盗事件なども、新聞・テレビで見聞きし、今後の生活に不安を抱いている方は少なくないと思います。町は北海道医療大学（研究代表者 工藤^{よしこ}禎子 准教授）と共同で「高

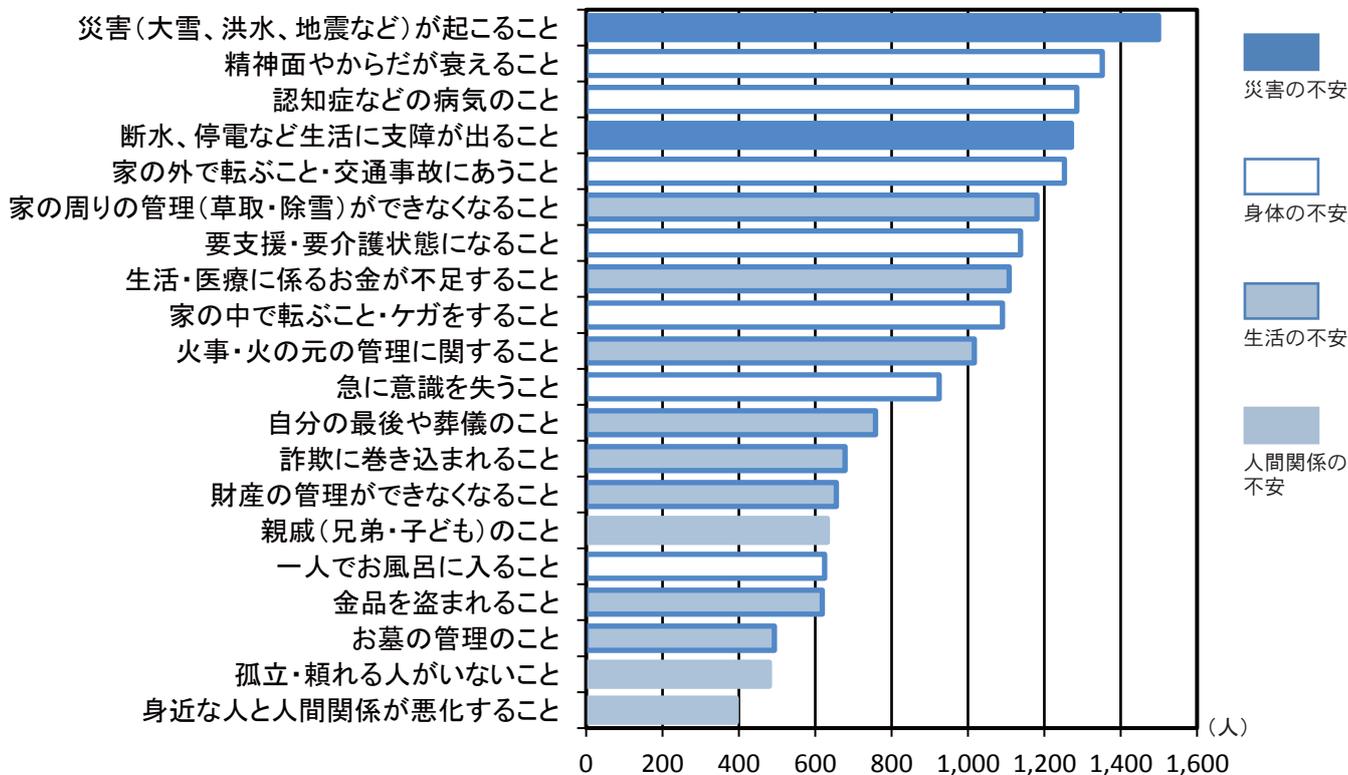
齢者のもしもの時に関する調査」を平成28年に実施しました。

高齢者は何を心配し、どんなことに不安を抱えているのかを調査結果から考え、住み慣れた地域で安心・安全に暮らせるためにどうしたらよいか考えてみましょう。

高齢者の「もしもの時」に関する調査の概要 (町・北海道医療大学共同事業)

実施時期	平成28年8月	世帯別人数	単 独 世 帯	363人
調査対象件数	4,995件（町内65歳以上全数）		高齢者夫婦世帯	1,066人
有効回答数	2,566件		その他世帯	1,055人
			未 回 答	82人

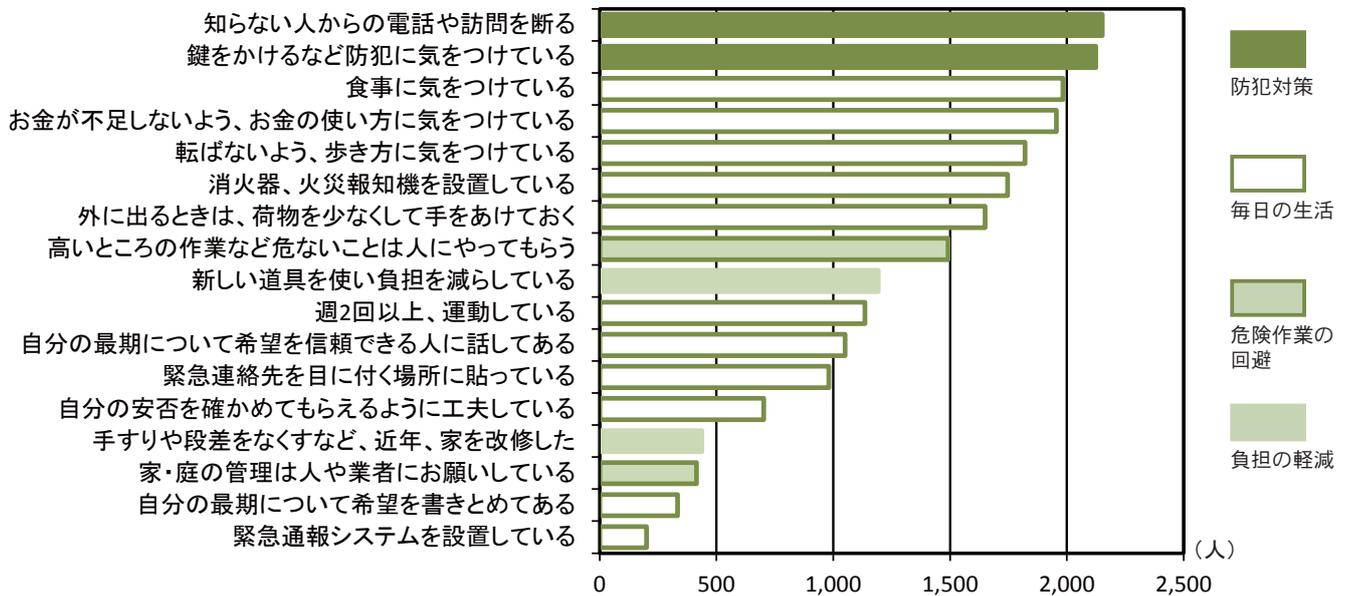
■あなたはどのようなことが心配ですか？【複数回答】



工藤先生の
一言コメント

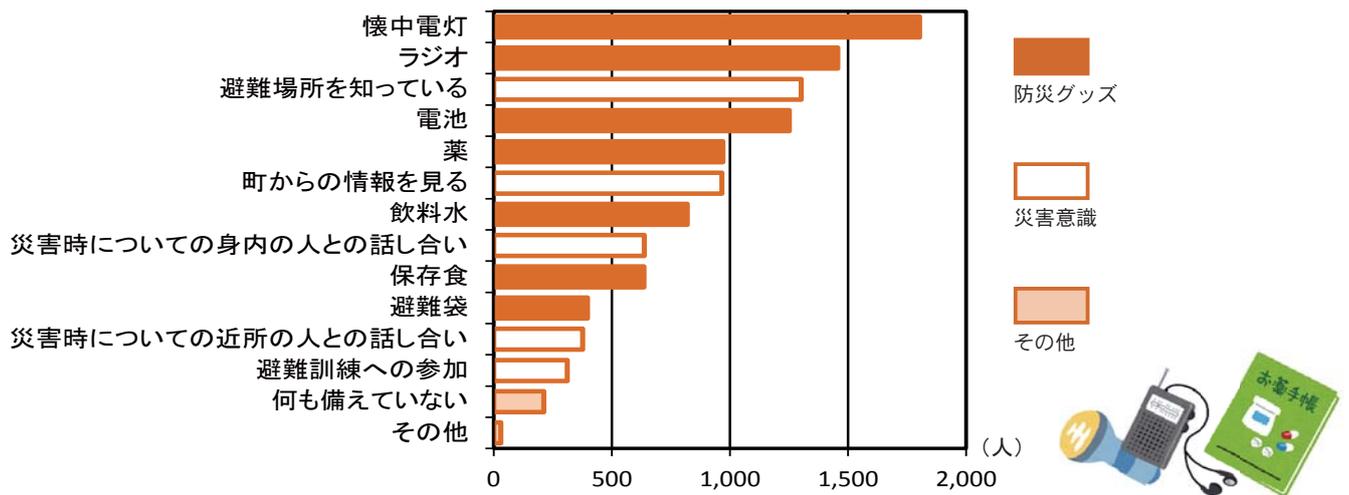
第1位は災害、第4位も断水や停電などの生活の支障、第2位以降は心身の衰えに関するものでした。孤立や人間関係の心配は少ないという結果でした。

■自分の安全を守るために行っていることは何ですか？【複数回答】



「知らない人からの電話や訪問を断る」「施錠」などの防犯対策で、回答者の9割が実践していました。健康管理としての食事や、転倒予防も多くの人が実践しています。急に倒れた時の対応を想定している人は少なくこれからの課題といえます。

■災害時のために備えているのは何ですか？【複数回答】

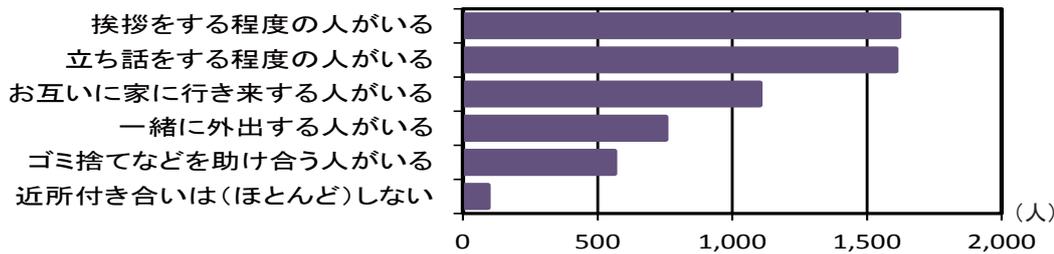


懐中電灯、ラジオなど、物の備えを7割くらいの人が行っています。災害時のことを家族と話し合っている人もいますが、近所の人と話し合っている人は2割未満と少なく、避難訓練の参加も少ないことが課題です。避難時には防災グッズのほかに「お薬手帳」を忘れずに持ちましょう。



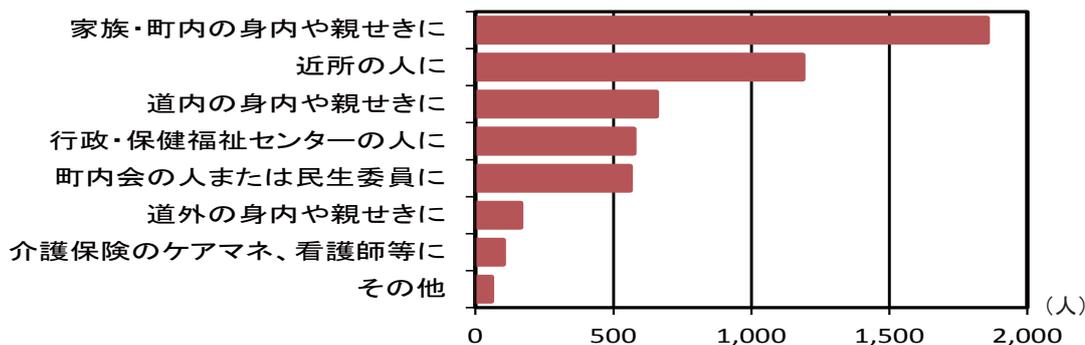
「もしもの時」のために
高齢者が今できること

■近所付き合いはどの程度できていますか？【複数回答】



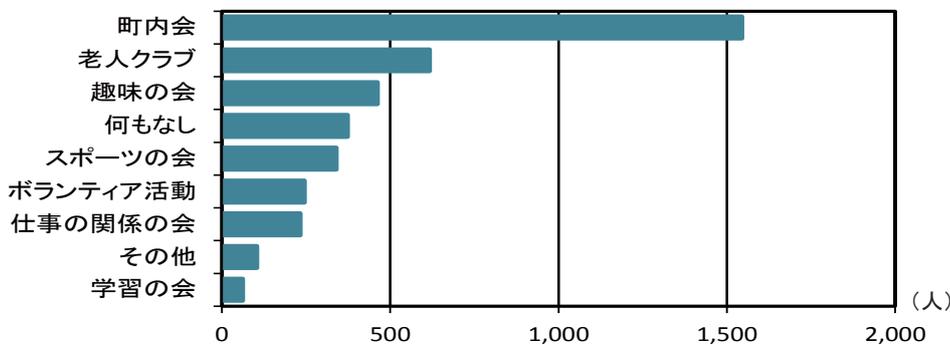
近所との挨拶、立ち話は、全体の6割の人が日常的に行っていますが、実際の助け合い（ゴミ捨てなど）は、約2割と少ない割合です。ご近所付き合いはほとんどしない人も約1割みられます。

■地震・大雨・大雪など災害時に助けを求める相手は誰ですか？【複数回答】



家族に助けを求める人が多いです。第2位の近所の人にも頼りにされていることがわかります。

■現在どんな組織に加入していますか？【複数回答】



日頃のご近所付き合いが
非常時の助け合いの基本



第1位は町内会、約6割の人が加入しています。第2位以下は、老人クラブや、趣味の会、スポーツなど、それぞれの好きなことに合わせて加入しています。「何ものなし」が約2割です。もしもの時のために、近くの人との助け合いを見直してみませんか？

【調査結果のまとめ】

多くの高齢者は今後の生活において、災害や心身の衰えに不安を抱えていることが、明らかになりました。

消火器の設置や懐中電灯・ラジオ・電池といった災害時に使用するものを備えること、避難所の確認など災害への意識を持っていることもわかりました。健康面では「食事に気を付ける」「転ば

ないように歩き方に気を付ける」などいつまでも健康で生活できるように対策をとっているという結果がでました。

自分で自分を守ること（自助）が基本ですが、地域で安心・安全に生活を送るために自助・互助・共助・公助を改めて意識し、地域で助け合える環境を整えましょう。

自助・共助・互助・公助ってどういうこと？

【自助】：個人・家族

- ・自分のできることは自分ですること
- ・自ら健康維持や増進に心がけること
- ・自ら相談やサービスを受けること
- ・など自分が主体となり自ら考えること

【互助】：隣近所

- ・ご近所同士の助け合い
 - ・サークル活動、ボランティア活動
- など身近な人間関係の中での自発的な相互扶助のこと

【共助】：地域

- ・社会保険制度や介護保険制度に基づく福祉サービス
 - ・町内会活動
- など地域、関係団体、行政等の協働による組織的な相互扶助のこと

【公助】：行政等

- ・公的サービスの提供
 - ・人権擁護、虐待対策
 - ・関係機関との横断的な連携
- など「自助」「互助」「共助」では対応が難しい状況への行政等の公的な支援のこと

【第3期当別町地域福祉計画から引用】

**自助・互助・共助・公助の取り組みで
誰もが安心して暮らせる地域社会をつくりましょう！**

【お問合せ】

福祉部介護課介護支援係

☎ 23 - 3029