

もう一步踏み込んだ見守り活動にチャレンジ

見守りといえば、足元の要援護者の安否を確認するだけでもいいのですが、思いきって、もう一步踏み込んだ活動に取り組んでみませんか。ここに10の課題を提示してあります。まずは出来そうなもの1つにチャレンジしてみてください。

(1) 引きこもりの人がいる。民生委員などの訪問にもドアを開けない。しかし、その人だって、誰かは見込んでいるはず。

[課題①] この人が見込んでいる人を探してみよう。2人見つけられれば大成功。

[課題②] そのうちの1人と接触して、その人を通して当人と連絡が取れるか？

(2) 一人暮らしだと何らかの困りごとを抱えているはず。

[課題①] 本人が抱えている困り事を探せ。

[課題②] その困り事を解決してあげられるか？

(3) 「気になる人」を見つけたが、自分は面識がない。

[課題①] その人の隣人に見守りを願う。

[課題②] 異変に気づいたら、すぐ連絡してもらおう。

(4) 一人暮らしの高齢者宅に、子ども(息子や娘)がときどき来ている。

[課題①] 隣家に寄って、普段の見守りのお礼を一言するように働きかける。

[課題②] その子どもと一緒にご近所を訪問してあげる。

(5) 一人暮らし高齢者に、見守られの7原則を実践するよう働きかける。

[課題①] 7原則のいずれかをすでに実践していることを本人に気づかせてあげる。

[課題②] 次に本人が取り組めそうな課題も見つけてあげる。

(6) 高齢者が自宅を開いて、隣人を受け入れることができれば、素晴らしい。

[課題①] 隣人を招いて井戸端会議をひらいたらどうかと、本人に働きかける。

[課題②] 参加者たちにホスト役の見守りをしてもらえるよう、こちらから協力を求める。

(7) 一人暮らしの人同士は足元で見守り合っている。

[課題①] ご近所の一人暮らしの人同士で助け合っている事例を探そう。

[課題②]大抵は女性同士だが、その輪に一人暮らしの男性も受け入れてもらうよう働きかける。

(8)一人暮らしの人で、自分も近くの一人暮らし高齢者の見守りをしている人もいる。

[課題①]まずその人を探し出そう。そして誰の見守りをしているか調べよう。

[課題②]見守り活動をするグループにも仲間入りさせる。

(9)引きこもりの一人暮らし高齢者がいて、健康面で気になることがある。

[課題①]思い切って、こじあけてみよう。

[課題②]それが無理なら、その家をこじあけられる人を探そう（世話焼きさんや、本人が見込んだ人など）。

(10)町内単位よりも、ご近所単位の方が見守り合い・助け合いはしやすい。

[課題①]町内単位の見守りグループを、ご近所単位に変えてみたらどうか。集合住宅なら、各フロアで助け合いをしてもらう。まずその実態を調べてみよう。

[課題②]ご近所内で見守りで気づいたニーズに取り組む(困り事の解決など)。

〈注〉5の「見守られの7原則」とは、見守られる側が心掛けるべき、以下の7点。

- ① 外に出て、人と出会う機会を作る。
- ② 決まった場所へ行く。
- ③ 人を家に招く。
- ④ 自分の生活・行動を知ってもらう。
- ⑤ 病気や体調の変化も周りに伝える。
- ⑥ 常に倒れた時のことを意識して行動する。
- ⑦ 見守ってくれる人との関係を大事にする。