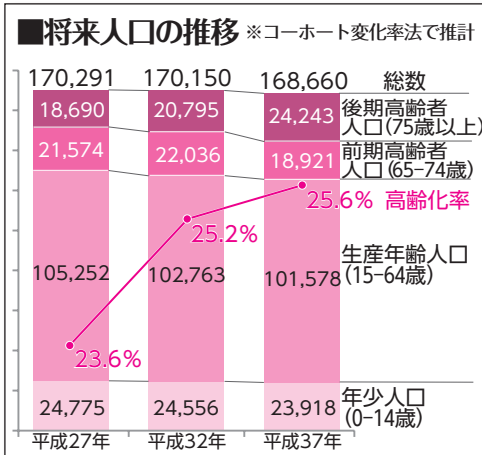


市民記者が行く！広報サポーターレポート



広報サポーター
沖田和子さん(寺津町)

超高齢社会を支えるために何が
きるかー市民目線で考え実践する

高齢化が急速に進む社会情勢において、地域住民参加型の支援活動が円滑・効果的に行われるよう、実践的な知識と行動体制を習得する「高齢者生活支援サポーター養成講座」が3回にわたり開催されました。
受講者の皆さんに参加の動機をお伺いすると「将来の両親の

ために参考にしたい」「自分自身のために役立てたい」「地域のためにできることを習得したい」とのことでした。

第1回は、背景となる超高齢社会の現状と介護の現場、高齢者を支えるボランティアについて学びました。高齢化率の上昇をはじめ、介護給付費の増大や認知症高齢者人口の増加など超高齢社会は待ったなしです。運動を通じて介護予防を行う「こころばい教室」など、仲間と一緒に継続できることの事例が紹介されました。ボランティアとは「みんなで助け合うことができる

■地域包括支援センターの役割

- 総合相談
 - ▶地域の高齢者が安心・安全に暮らすため、介護のことだけでなく、保健・福祉・医療やその他生活に関するさまざまな相談に乗ります。
- 権利擁護
 - ▶悪質な訪問販売を防ぐため成年後見制度の利用を促進する活動を行います。
 - ▶高齢者虐待の発見と対応を行政と相談しながら行います。
- 包括的・継続的ケアマネジメント
 - ▶高齢者が安心して暮らしていけるように、さまざまな機関との連携を十分に図るためのネットワークづくりを行います。
 - ▶支援困難な高齢者への支援方法について、ケアマネージャーなどに指導・助言を行います。
- 介護予防ケアマネジメント
 - ▶介護保険の対象とはならないが、将来に備えて介護予防のための教室などを効果的に利用するための計画を、ご本人やご家族と相談しながら作成します。
- 介護予防支援
 - ▶要支援1・2の高齢者を対象に、介護保険サービスの利用のための計画を、ご本人やご家族と相談しながら作成します。
- その他の事業
 - ▶地域の実情を分析し、その地域に必要なと思われるサービスを西尾市に提案し、実施しています。

る人・助かる人になる。そのため、できることから一歩ずつ」との考えが大切であると感じました。

第2回は、地域包括支援センター、傾聴などについて学びました。地域包括支援センターとは、高齢者が住み慣れた地域で、生き生きと生活していくための支援を行う拠点となる所です。高齢者を孤立させないためには、傾聴（話をすること・話を聴くこと）が重要で「うん、うん」「なるほど」などオーバーに相づちを打つと良いとのことでした。

第3回は、高齢者の支援について市民にできることを学びました。他市の例で、元気な高齢

者が支援の必要な高齢者を支える「お助けマン制度」。ボランティア活動が自らの介護予防につながる事が分かりました。また、地域コミュニティが大切であり、周りの高齢者のために市民ができることをもっと考える必要があると感じました。

この講座に参加して、少子高齢化社会を支えるために何ができるかを、もっと身近に考えなければいけないと痛感しました。生活支援サポーターが市民に知れ渡り、どんどん活躍してくれることを期待します。

広報サポーターは、公募により選ばれた市民記者です。これからも市民の目線で、市内各地のイベントなどを取材していただきます。