見守り活動の手引き

～地域でともに進める見守り活動～

じぶんの町を良くするしくみ。
赤い羽根共同募金

誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり

社会福祉法人　前橋市社会福祉協議会

見守りって何をすればいいの？

　特別なことは必要ありません。あなたの周りの見守りが必要な人に目を配るだけでいいのです。そしてできたら、次のステップをすこし意識してみましょう。

ステップ1

声かけ

●声をかける
●あいさつをする

▶

ステップ2

つながる

●顔の見える関係
●話し相手になる
●いつも気にかける
●ちょっとした手助け

▶

ステップ3

気づく

● 異変に気づく
● ちょっと変だなと思ったら…

▶

ステップ4

つなげる

● 適切なところへ相談・通報

警察？救急？
地域包括支援センター？
社会福祉協議会？

見守りが必要な人ってどんな人？

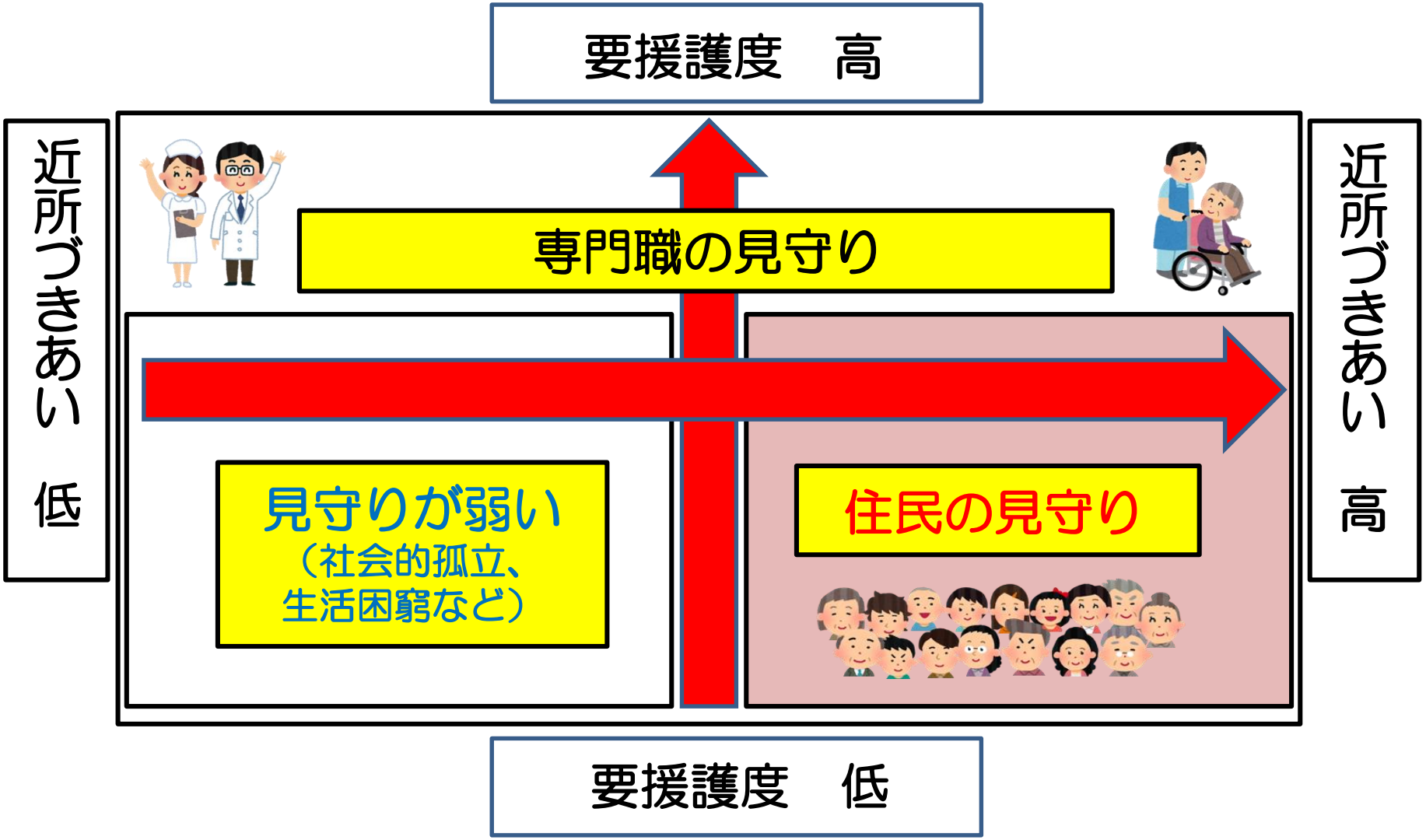
一言でいうと、「地域のなかで孤立しがちな人」です。

例えば、ひとり暮らしの高齢者や、高齢者のみの世帯、認知症や寝たきりの親を一人で介護している人、周りに相談相手のいない子育て中のお母さん…などなど。

あいさつだって立派な見守り♡
まずはここから始めましょう。

笑顔でね♪

向こう三軒両隣の関係づくり



見守りがもたらす効果

○ みんなの意識が高まることで、孤立・孤独が予防でき、異変に気づきやすくなります。

○ 悪質な業者も入りにくくなり、防犯効果は高まります。

○ 地域のきずなが強くなり、災害時における住民同士の助け合いも円滑に！

⇒誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくりにつながります！

「だれか」のために始めたことが
「自分」や「みんな」のためになる

見守り活動の分類例

①地域全体での見守り

日常の中でのさりげない目配りや声かけをとおして、子どもの登下校の安全の確保、事件・事故防止や犯罪の防止など、住民が地域をみているという雰囲気づくりによる抑止力。

②居場所提供型見守り

サロン活動など地域を拠点として、住民、地区社協、民生委員、ボランティアが協働して企画し内容を決め運営する楽しい活動や会話からニーズの発見、相談などが行われ、信頼関係の構築からの見守り活動。

③通報型見守り

　対象者を特定せず、虐待など住民が発見した場合、専門機関などへ連絡する。

④個別型見守り

　高齢者・障がい者等特定の要援護者に対して行われる。
定期的な様子の把握、「何かあったとき」のための発見・緊急連絡の役割

注意！
行き過ぎると監視に陥ってしまう。
「見守り」が「見張り」に

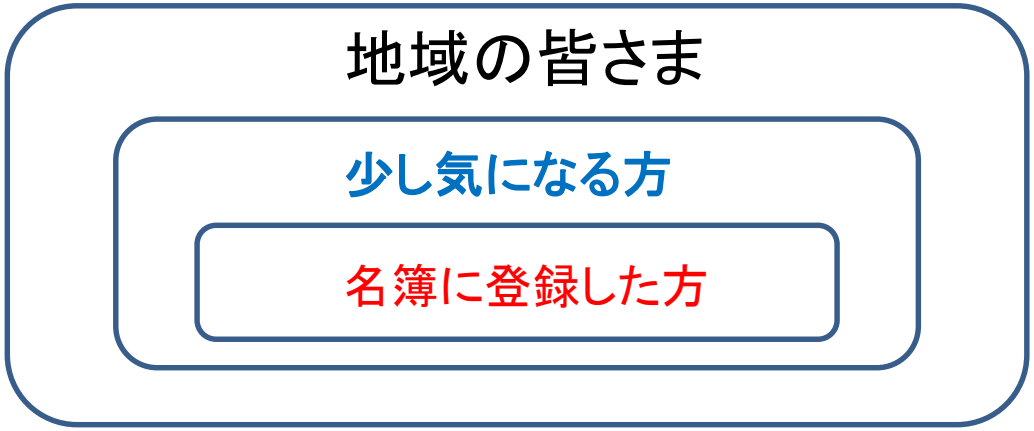
⑤生活援助型見守り

　安否確認や声かけだけでなく、日常の軽微な手伝いなど具体的な生活支援を行う。

⇒先進地では、見守りの仕組みづくりや買い物支援、ちょっとした生活支援など、サロンの外へ出た活動へと発展しているところもあります。

見守り活動の仕組み

活動内容	誰が	誰を	どのように
目配り	地域の皆さま	地域の皆さま	・日常の中で （活動における10の確認事項）
声かけ	民生委員児童委員 自治会の役員 サロンの役員など	少し気になる方	・サロンの時 ・サロンのお誘い ・回覧板を持って
訪　問	民生委員児童委員 老人クラブ会員 協力いただける方	名簿に登録した方 （※）→名簿の活用と管理へ	・定期的に訪問



～今までの活動の
延長で～

活動における１０の確認事項

（自宅の様子）
①郵便物、新聞がたまっている。
②電気がつけっぱなし、あるいは夜になっても消えたままである。
③洗濯物が干しっぱなしになっている。
④日中でも雨戸やカーテンが閉まりっぱなしになっている。
⑤異臭がする。
⑥家の中や周りにいろいろな物が置きっぱなしになっている。

（本人の様子）
⑦最近、電話や訪問に応答がない。
⑧最近、元気がない。様子がなんとなくおかしい。
⑨必要な福祉サービスを利用していないようだ。
⑩定期的な外出先がない。近隣との交流がないようだ。

問題発見時の対応

連絡経路の作成をお願いします！

「何だかいつもと違って、様子が変だな」と思った時は・・・

（社会通念上）
緊急を要すると
判断される場合

救急（１１９番）
警察（１１０番）

何日分もポストに新聞や郵便物がたまっている。

自治会役員
民生委員児童委員

地域包括支援センター
TEL ●●●－●●●●
前橋市社会福祉協議会
TEL ２３７－１１４２

名簿の活用と管理

★参考にしてください。

避難行動要支援者名簿等の活用

要援護者の設定を話し合う際に、自治会、民生委員児童委員に配布してある「避難行動要支援者名簿」等を利用することができます。場合によって、避難行動要支援者登録を進めましょう！

（活用できる名簿）

①一人暮らし高齢者調査結果
（自治会提供に同意した方）

＋

自治会等で把握しているその他の方々

②避難行動要支援者名簿登録者

※①の名簿は希望がある自治会のみ配布

定期的な情報共有

情報の共有、更新が大切です！

定期的に集まり、日頃の見守り活動の中で気づいたことや心配事などをお互いに共有する会議をもちましょう。

例えば

- 自治会が主催する見守り会議
- 地域包括支援センターが主催する地域ケア会議　など

様々な見守り活動と連携しています。

事　　業　　名	担当機関	誰が	どのように
①　災害時避難行動要支援者制度	防災危機管理課	名簿提供を受けた支援機関	声かけ、見守り、相談活動等
②　民生委員児童委員による訪問活動	社会福祉課 長寿包括ケア課	民生委員児童委員	要支援者の悩みや希望を踏まえて、相談・支援活動を実施
③　ひとり暮らし高齢者訪問事業	長寿包括ケア課	老人クラブ連合会	安否確認、必要に応じ話し合い、助言、相談等
④　群馬県見守り支援事業	社会福祉課	協力事業者	日常業務を行う中で異変に気付いた場合対応
⑤　見守り活動推進事業	社会福祉協議会	地域住民	「見守り活動の手引き」参照

地域のみなさんを支えるネットワーク

情報提供・相談

地域の見守り

自治会

民生委員児童委員

老人クラブなど

情報提供・相談

地域包括支援センター

- 総合相談
- 介護予防マネジメント

介護保険の申請、介護予防のケアプランの作成や介護予防事業等の紹介など

連 携

前橋市社会福祉協議会

- 地区担当制（５ブロック/CSW設置）
- 生活困窮者自立支援事業
- 日常生活自立支援事業
- 高齢者電話訪問（登録者約５０名）

近隣トラブル、ひきこもり、不登校、就労支援、金銭管理など

見守り活動　Ｑ&Ａ

Ｑ１　見守り活動って何するの？

Ａ１　見守りが必要な方を定期的に見守り、いつもと違う状況(異変等)を感じたときに関係機関へ連絡・通報していただきます。

Ｑ２　異変ってなに？

Ａ２　例えば次のようなことです。・新聞や郵便物がたまっている・洗濯物が干されていない、また、何日もそのままになっている・夜になっても灯りがついていない・本人からの体調不良の訴えがある・いつもと違う、とにかく何かがおかしい等々、見守りのスタイルに合わせて確認できることで結構です。

Ｑ３　どんな意味があるの？

Ａ３　この活動は地域住民の方の安否確認と安心を与える意味を持ちます。不幸にして、高齢者等が亡くなってから数日して発見されるなどの事例もあります。例えば、具合が悪くなっても早期発見で救われる命があります。皆さんにしていただくことは、異変に気づき、連絡する「初動」のひとつとご理解いただければと思います。

Ｑ４　見守られる人たちはだれ？

Ａ４　前橋市内に暮らす方であれば特に指定はしませんが、みなさんが地域で気になる世帯、例えば、一人暮らしの高齢者や障がいをもつ方々などが考えられます。また、気になる様子があれば関係窓口を紹介するなどの方法もあります。

Ｑ５　見守りはどういうふうに進めればいいの？

Ａ５　長く活動を続けていくために、見守りは生活に支障や負担のない程度で結構です。無理に進めようとせず、日常のあいさつや電話など遠巻きな見守りでも構いません。

Ｑ６　異変を感じるのは個人差があると思うけど？

Ａ６　活動の中で気づく範囲で結構です。前橋市社会福祉協議会としては、活動状況や情報交換を行う中で、皆さんのご意見をお伺いしながら、活動事例や参考資料の提供などを行うとともに、広報誌・ホームページ等を活用し、活動参加者の共通理解、事業の周知などを図っていきたいと思います。

Ｑ７　異変を感じたらどこに連絡したらいい？

Ａ７　前橋市社会福祉協議会へお電話ください。そのときは見守り活動の件でとお伝えください。なお、明らかな事件・事故、火災・救急などの緊急時は、警察あるいは消防へ連絡してください。

Ｑ８　連絡したあとはどうなるの？

Ａ８　前橋市社会福祉協議会又は関係機関の職員が直接訪問するか、民生委員などに連絡して対応します。

Ｑ９　活動するときの注意点は？

Ａ９　活動の中で、緊急時には取り急ぎご近所さんへお知らせすることは考えられますが、見守り活動で知った個人に関することを、関係者以外の人にお話しすることのないように、個人情報の保護に配慮してください。