

Pacific Net

特別号

2018.12発行

マンションライフに向けて
高齢者の
安心して豊かな



ご来場者の声

当日、ご来場の方に感想をお聞きしました。
ご協力、誠にありがとうございました。

70代女性

「シニア世代のための生活便利帳」は知らなかったの
で、とても勉強になりました。ブースも全部まわって、資
料もいただきました。高齢者の生活にいい話があれば、
また聞きに来たいです。



80代男性

基調講演はとてもおもしろい内容でした。「シニア世代のた
めの生活便利帳」について、パソコンをどう処分してい
かについて、それぞれのブースで話を聞くこともできまし
た。今日聞いた内容は知らない人もたくさんいると感じた
ので、マンション内の集まりで紹介したいと思っています。

60代男性

基調講演やそれぞれのブースでいろいろな
話を聞くことができたので、たくさん情報を知
るきっかけになりました。もっとたくさん
の人に来てほしいと感じるイベントでした。

60代女性

ヘッドスパが気持ちよかったです。人に揉ん
でもらえるのはいいですね。とてもリラク
スできました。ヘッドスパに増毛の効果があ
るの知らなくて、ちょっと意外でした。

80代女性

夫婦ともにだいたい高齢になってきたので、高齢者用の住まいにつ
いて聞きたいと思って来ました。保証人や後見人の問題が勉強
になりました。次回開催されるときは、もっと専門的な内容で
あったり、高齢者のための設備の話なども聞いてみたいです。



70代男性

ヘッドスパの体験をさせてもらいました。頭が固くなってい
ると言われて、実感がなかったので意外でした。ヘッドスパ
をしてもらったあとは、前よりもリラックスできている感じ
がするので、凝りが解消されたのかなと思っています。



70代女性

初参加です。太平洋興発でシニア向けの活
動をしていることが知れて安心しました。

70代男性

住んでいるマンションにサロンなどの集まりを開設したいと考
えていて、基調講演では事例や必要性を聞くことができたので、検
討するための勉強になりました。有意義なイベントでした。

70代女性

奥田さんの話を聞いて、自分がこれか
ら進む道が明るくなりました。資料も
たくさんもらいましたので、みんなにも
見てもらえるようマンションの共同ス
ペースに置いておきたいと思います。



50代女性

豊生会のブースでやっていた認知症かどうかを知るゲームは、やる
前は結果が不安でしたが、やってみてとても楽しかったです。普段の
生活でも、定期的にこのようなトレーニングをしたいと思いました。

ホームページはコチラ→ [太平洋興発札幌支店](#) [検索](#)

安心で豊かなシニアの マンションライフを送るために

おくだ たつと
奥田 龍人氏

●認定NPO法人シーズネット理事長
●一般社団法人北海道ケアマネジメント
サポートリンク代表理事



高齢者介護の支援にあたりつつ社会福祉士やケアマネジャーの育成と地位の向上に努めてきた。NPO法人シーズネットに活動の場を移し、「仲間づくり・居場所づくり・役割づくり」をテーマに社会づくりに取り組んでいる。2015年に一般社団法人北海道ケアマネジメントサポートリンクを立ち上げ、ケアマネジャー支援や居宅介護支援事業所、障害者相談支援事業所を運営している。

見守る側も、いずれは見守られる側になり、そのことを考える活動を「介活」と呼びます。例えば、緊急キットを民生委員や町内会に渡すなど。そこで重要なのは、「要介護者になったら「支えられ上手」に」です。ヘルパーさんに文句ばかり言う人もいますが、感謝はやりがいにもなる。さらに国はゴミ出しや掃除などをボランティアでやってもらおうと進めているため、ボランティアの方が行きたくない人は断られてしまう。だから見守られる側も努力が必要で、今から意識することが必要です。

介護される側になる前の「介活」のススメ

今後ひとりで亡くなる方が多くなりますが、全員を孤立死と呼ぶのはどうなのでしょう。生前にいろいろな人と付き合っていると発見が早く、そのような方々は「在宅ひとり死」と呼びます。生前から孤立して発見が二週間後の方を孤立死と呼び、これを防ぐには隣人との挨拶や立ち話など、日頃のコミュニケーションが大切です。胆振東部地震をきっかけに、挨拶くらいだった人と日常的に話すようになったと、あちこちで聞きました。助け合いの輪が生まれたのは、すばらしいと思います。

孤独死を防ぐ、人づきあいの重要性について

知っておきたい！ 高齢期の相談窓口と地域づくり

たかや りょうすけ
高谷 亮介氏

●社会福祉法人札幌市社会福祉協議会
地域福祉係長



札幌市社会福祉協議会に入職後、北区や豊平区での勤務を通じて、地域で活動している各専門機関や団体等と協働した地域福祉活動の実践や、地域住民が主体的に進めている福祉のまちづくりの支援に携わる。

認知症の方がいたときに、その方を排除するのではなく、支える地域になってほしいです。私たちは公的なサービスと、地域の見守りといった非公式な部分の組み合わせで、高齢者を支える地域社会づくりに取り組んでいます。これには民生委員、町内会、一般住民が情報を共有して、みんなで見守る重層的な仕組みをつくるのがいいでしょう。地域づくりは完璧を求めると、なかなか始まりません。できることから始めると活動が広がっていくので、ぜひご相談ください。

いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らすために

札幌市の「シニア世代のための生活便利帳」はご存知でしょうか。生活のススメから、認知症やお金のこと、悩みを相談できる機関や施設など、必要な情報が載っています。札幌市のHPでダウンロードできますので、ぜひ見ていただきたいです。身近なところで相談したい方は、地域包括支援センター、介護予防センター、民生委員・児童委員の3つをお勧めします。札幌市内各エリアにありますので、自分のエリアの担当はどこか確認してみてください。ばと思えます。

高齢期の相談窓口について

主催 / 太平洋興発株式会社 札幌支店
共催 / 認定NPO法人シーズネット

日時 2018年11月25日(日)
10:00~15:00

場所 札幌市男女共同参画センター
(札幌エルプラザ)ホール3F
札幌市北区北8条西3丁目

安心で豊かな 高齢者の マンションライフに向けて



11月25日(日)に「第3回 太平洋興発セミナー」を開催しました。今回は管理マンションにお住まいのみなさまを招き、入居者の高齢化への対応を考える機会となるようなイベントをご用意しました。講演会だけでなく、〈医療・介護〉〈保険〉〈相続〉〈見守り〉〈リフォーム〉などの関係各社にブースを出展いただき、より専門的な個別相談も行いました。



出展社(相談ブース)

- 認定NPO法人シーズネット
- 一般社団法人 終活マイライフ
- 札幌市社会福祉協議会
- NPO法人HALAW(ホッカイドウ・アニマル・ロー)
- 北海道ITセンター
- 医療法人社団 豊生会
- お墓の悩み解決隊
- コープさっぽろ
- セントラル警備保障株式会社
- 株式会社i・e・sリビング倶楽部
- 北ガスフレアスト北株式会社
- 太平洋興発株式会社



天使大学の学生たちが、健康に関するお話をクイズ形式で披露してくれました。



アロマハンドマッサージとネイルは、ご希望の方全員に体験してもらいました。



訪問美容のヘッドマッサージとカットのデモンストレーションを行いました。

