

高齢の一人暮らし、今後が不安

【相談要旨】

私は一人暮らしの高齢者です。今はまだ元気で、民生委員が月に1回訪問してくれますが、子供とは音信不通で、これから弱ってきたときにどうすればよいか不安です。

【回答】

民生委員の定期的な訪問があるとのことですが、民生委員は、行政とも連携しており、仮に介護が必要な状況になったとしても、適切な関係機関と連携が行われ、支援を受けることができますので、ご安心ください。

また、社会福祉協議会等が開催する高齢者向けのサロンや公民館での趣味の習い事などに、無理のない範囲で参加して地域とのつながりをつくったり、地域包括支援センターで、介護保険の制度や、訪問介護・デイサービスなどのサービスを確認したりしておく、不安の解消につながるかもしれません。

【解説】

単身世帯の増加など、社会構造が変化し、人との「つながり」が薄くなったことで、誰もが孤独・孤立状態に陥りやすい状況にあります。国は、令和6年4月に孤独・孤立対策推進法を施行し、孤独・孤立対策の推進を図っています。

その中で民生委員は、関係機関とともに、支援のニーズを早期に把握して必要な支援につなげる重要な役割を担っています。

【一口メモ】

高齢での一人暮らしに不安な場合、民間事業者による高齢者向けの見守りサービス等を利用することも一つの手段です。市町村によっては、これらのサービスの費用の補助等を行っていることがあります。

暑い日が続きますが、熱中症に気をつけ、こまめに水分補給し、暑さを感じなくても室温を確認して適切に温度調整をしましょう。

(令和7年8月4日 日本海新聞掲載)