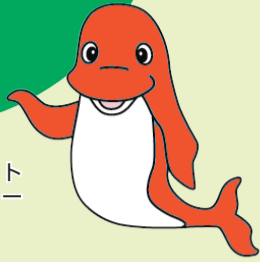


住み慣れたまちで  
だれもが安心して  
暮らし続けるために



▶目黒区見守りネットワークキャラクター「まもりん」

## 地域の支え合い 「ゆるやかな見守り」に参加しませんか

私たちが暮らす地域には、高齢者、障害のあるかた、子育て中のかた、生きづらさを感じているかたなど、さまざまなかたが暮らしています。近年、少子高齢化・核家族化の進行やライフスタイルの変化に伴い、地域のつながりが希薄になり、孤立してしまうかたが増えています。

区は、地域の支え合いにより、見守りのネットワークづくりに取り組んでいます。見守りは、いつ・誰でも必要になる可能性があります。お互いさまの気持ちを大切に、普段の生活や業務の中で「ちょっと気がかりなこと」があった時は、地域包括支援センターへご連絡ください。

☎福祉総合課地域ケア推進係 ☎5722-9385、☎5722-9062

例えば、こんな「ちょっと気がかりなこと」

毎日、散歩していたのに  
最近見かけないなあ

在宅で介護しているよう  
だけど、最近ひどく  
疲れている  
様子だなあ



ゆるやかな見守りのポイントは

さりげなく

日常の中で

できること

あなたはどのタイプ？

いろいろな形の「見守り」があります

ながら見守り

### 見守りサポーター

日常生活の中で、高齢者などをゆるやかに見守り、「ちょっと気がかりなこと」があった時に、地域包括支援センターに連絡していただく見守りの担い手です。登録不要で、いつでも始めることができます。

#### 見守りサポーターの声

買い物や通勤しながら、散歩やウォーキングをしながらなど、仕事や家事、育児で忙しくても、日頃の生活の中で気軽に始められます。



仕事を通して地域と関わる

### 見守りめぐねっ

地域の団体・商店・企業などの皆さんに、日常業務中での「ちょっと気がかりなこと」を、地域包括支援センターへ連絡していただく見守りネットワークです(コード①)。登録は地域包括支援センターへ。



①



5年10月末現在、25団体、4機関、443事業者が登録しています。

◀協力事業者へ配布するステッカー

ボランティアとして地域と関わる

### 見守りボランティア(高齢者見守り訪問事業)

65歳以上の一人暮らしのかたや高齢者のみの世帯などを対象に、定期的に訪問する見守りボランティアです(コード②)。見守りを希望するかた、ボランティアに興味のあるかたは、地域包括支援センターにお問い合わせください。



②

#### 見守りボランティアの声

何か地域でできることはないかと考え、見守りボランティアの登録をしました。週に一度、一人暮らしのかたのお宅に行っています。5分ほど世間話をするだけですが、大変喜んでくださいます。



見守りサポーター養成講座

### 「地域の見守りと防災」

オンラインでも受講できます

子どもから高齢者まで、それぞれの世代が直面する犯罪の実情や対策、実際の見守り活動の報告を通して、地域の見守りの大切さを学びます。

時6年2月29日(木) 14:30~16:00 場総合庁舎本館地下1階第15会議室

師目黒警察署職員ほか 対区内在住・在勤・在学者

定①来場=25人

②会議アプリWebex(ウェベックス)によるオンライン=30人(各先着)

申①は専用☎(コード③)、電話、FAX・Eメール、②は専用☎(コード③)、Eメールに、「見守りサポーター養成講座」と明記の上、氏名(ふりがな)、電話、希望参加方法①または②、手話通訳・保育希望者はその旨を書いて、12月18日~1月31日に、福祉総合課地域ケア推進係(☎5722-9385、☎5722-9062、✉fsogo.kouza01@city.meguro.tokyo.jp)へ



③

連絡・相談は地域包括支援センターへ

連絡いただいたかたの情報を相手にお話することはありません。安心してご連絡ください(コード④)。



④

開設時間

月~金曜日 8:30~19:00、土曜日 8:30~17:00(祝・休日、12月29日~6年1月3日を除く)

北部	大橋1-5-1 クロスエアタワー9階	☎5428-6891 FAX3496-5215
東部	総合庁舎本館1階	☎5724-8030 FAX3715-1076
中央	中央町2-9-13 食販ビル内	☎5724-8066 FAX5722-9803
南部	碑文谷1-18-14 碑小学校内南西側	☎5724-8033 FAX3719-2031
西部	柿の木坂1-28-10	☎5701-7244 FAX3723-3432