

# 見守りチェックリスト

## ～1つでもチェックがいたらご連絡ください～

### 高齢者が住んでいる家の様子

- 長期にわたり、昼になっても灯りが消えない、あるいは暗くなっても灯りが点かない
- 何日も同じ洗濯物が干したままになっている
- 郵便受けに新聞、郵便物が数日分たまっている
- 庭が荒れている
- 家の中から怒鳴り声がある、悲鳴が聞こえる



### 高齢者本人の様子

- 今まで挨拶していたのにしなくなった
- 異臭がある
- 話がかみ合わなくなった、同じ話を何回もするようになった
- 暴言を吐くなど、性格が変わった
- 髪や服装が乱れている、季節に合わない格好をしている
- 身体(顔や手足など)にあざや傷があり、話したがらない
- 顔色が悪く、具合が悪そうに見える、急に痩せてきたような気がする
- お店などで勘定が出来ない、同じものを大量に購入している

### その他

- 長い間、顔を見かけない
- 認知症や寝たきりの家族を抱え、介護者が疲れている様子がある
- 見慣れない車や人が家に頻繁に出入りしている
- その他何かいつもと違う・気になる様子がある



## 誤報を恐れずにご連絡ください

これらは高齢者からの SOS かもしれません。  
早めに気づくことにより、ご本人・ご家族ともに初期段階から適切なケア・対応をしていくことができます。  
上記に限らず、少しでも「変だな?」と思ったらご連絡ください。  
一人ひとりが安心して暮らすことが出来る御殿場市のために、  
日常での温かい見守りにご協力をお願い致します。

