

## 6 高齢者世帯やひとり暮らしで不安になったら




高齢者のみ、あるいはおひとりでの生活や外出に不安を感じるときに役立つ見守りなどのサービスや、高齢者が安心して暮らすことができる賃貸住宅(サービス付き高齢者向け住宅)やリフォームについて紹介します。

### 6(1) 防犯・安全

連絡先等	サービス名	サービス内容	条件等
<b>ALSOK秋田(株)</b> <b>(アルソック)</b> <b>営業部</b> <b>☎ 888-2500</b>	<b>ALSOK</b> <b>(アルソック)</b> <b>ホームセキュリティ</b>	24時間365日、みなさまの安心・安全を見守ります。 万が一の時はガードセンター(監視センター)に自動通報し、ガードマンが迅速に駆けつけ被害の拡大防止に努めます。 ◎基本サービス ・非常通報(救急情報登録) ・火災監視 ・侵入監視 ◎オプション ・ガス監視 ・ライフリズム監視 ご高齢者様本人はもちろん、ご家族の皆様が安心していただけるオプションサービスも多数ご用意しております。	お客様のライフプランに合わせたセキュリティをプランニング致します。 お気軽にお問い合わせ下さい。
	<b>まもるっく</b>	通話機能付きモバイルみまもりセキュリティ端末にて、屋外でのみまもりを実現したサービスです。 ◎基本サービス ・緊急通報 端末のストラップを引っ張ることでALSOKへ通報できます。 ・位置情報検索 端末の居場所を地図と住所で確認できます。 ・ALSOKかけつけサービス 端末の位置情報をもとに現場へかけつけ致します。 ◎その他サービス ・電話健康相談 24時間、365日看護師などの有資格者に、健康に関する相談ができます。 ・救急情報登録 かかりつけの病院・お薬等の情報のお預かりが可能です。 ・電話発着信機能 あらかじめ設定した電話番号(7件まで)からの発着信通話が可能です。 ご高齢者様お一人での外出時の様々な不安を解消致します。機器は持ち運びに便利な軽量、コンパクトな携帯型端末です。	お客様のライフプランに合わせたご利用方法をプランニング致します。 お気軽にお問い合わせ下さい。





 は、エイジフレンドリーパートナー登録事業者です。

- 1 生活の不便がでてきたら
- 2 食事の支度に困ったら
- 3 日々の買い物に困ったら
- 4 ベットのお世話を頼みたいと思ったら
- 5 リフレッシュがしたくなったら
- 6 高齢者世帯やひとり暮らしで不安になったら
- 7 介護ベッタや車いすを使いたいと思ったら
- 8 身の回りの整理が必要になったら
- 9 バイリン・スマートアシ、イーターなどを困たら
- 10 その他



## 6(1) 防犯・安全

連絡先等	サービス名	サービス内容	条件等
<p>セコム(株) 秋田統轄支社 ☎ 832-7711</p>	<p>セコム・ ホームセキュリティ スマートNEO</p>	<p>「大切」な暮らしの中のさまざまな不安を解消します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○基本サービス               <ul style="list-style-type: none"> <li>・防犯サービス ・火災監視サービス</li> <li>・非常通報サービス</li> </ul> </li> <li>○オプションサービス               <ul style="list-style-type: none"> <li>・救急通報サービス</li> <li>・安否見守りサービス</li> </ul> </li> </ul> <p>異常時には、セコム独自の訓練を受けた緊急対処員がお客様宅へ急行します。</p>	<p>ご契約者様のライフプランに合わせ最適なセキュリティプランをご提案いたします。</p>
	<p>セコム みまもりホン</p>	<p>通話機能付救急発信機 高齢者の不安と離れて暮らす家族の不安に応えます。(もしものときも安心。様子がわかって安心。)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○救急通報 (具合が悪くなったとき、セコムに通報できます。)</li> <li>○携帯電話機能 (液晶タッチパネルで簡単操作)</li> <li>○安否確認 (何ごともなくすごしているのが、確認できます。)</li> <li>○ご利用者の居場所をいつでも検索できます。</li> <li>○ご要請により、セコムがお近くの拠点から迅速に駆けつけます。</li> <li>○健康についての電話相談ができます。</li> <li>○持病やお薬などの救急情報お預かりします。</li> </ul>	<p>詳細についてはお問い合わせください。</p>
<p>秋田銀行 本支店</p> <p>各店窓口等へ ご照会ください。</p> 	<p>セコム みまもりホン</p>	<p>セコムが提供する通話機能付救急発信機「みまもりホン」を使用した、シニアの方や持病がある方のためのサービスを、月額2,420円(税込)でご利用いただけます。</p> <p>※月額料金のほか、一部のサービスは、ご利用の都度料金がかかります。</p>	<p>秋田銀行で公的年金(国民年金・厚生年金・共済年金等)をお受取りの55歳以上の方、または公的年金のお受取りをご予約いただいている58歳以上の方</p>

 は、エイジフレンドリーパートナー登録事業者です。

## 6(1) 防犯・安全



連絡先等	サービス名	サービス内容	条件等
<b>ユーアイ警備</b> 本社 ☎ 867-1002 中央支店 ☎ 853-1107	ユーアイホーム セキュリティ システム	秋田のユーアイ警備保障はお客様の安全を24時間365日お守りします。 秋田の防災・防犯はユーアイ警備保障におまかせください。  <b>【緊急通報】</b> 急に体調が悪くなった時には、ペンダントタイプの緊急ボタンを握ってください。すぐに通報先へ異常をお知らせし、パトロール隊が急行します。 そのほか、お客様のご要望に応じて適切なセキュリティプランをご提案いたします。 長期外出時の巡回もご相談ください。	各種条件により割引制度あり。 詳細については、お問い合わせください。



### 高齢者が元気に楽しく過ごすための12のヒント

元気に生きて楽しく過ごすための12のヒントを、すぐにできることから順番にご紹介します。

#### ① 毎日（飽きずに）することをもつ

朝起きて玄関を掃く、NHKの「みんなの体操」をするなど何でもいいので「毎日必ずすること」をもちます。すると、生活にリズムができ、安心感や達成感も得られます。



#### ② 1日1回は出かける

買い物、散歩、好きな犬に会いに行くなど、「1日1回は出かける」と決めて実行します。「外に出て人に見られる、そして人を見る」ことは、身体も心もシャキッとさせる大事な要素です。



つづきは43ページへ

1 生活の不便がでてきたら

2 食事の支度に困ったら

3 日々の買い物に困ったら

4 ベットのお世話を頼みたいと思ったら

5 リフレッシュがしたくなったら

6 高齢者世帯やひとり暮らしで不安になったら

7 介護ベッドや車いすを使いたいと思ったら

8 身の回りの整理が必要になったら

9 バイリン・マーケット・インターネットなど

10 その他