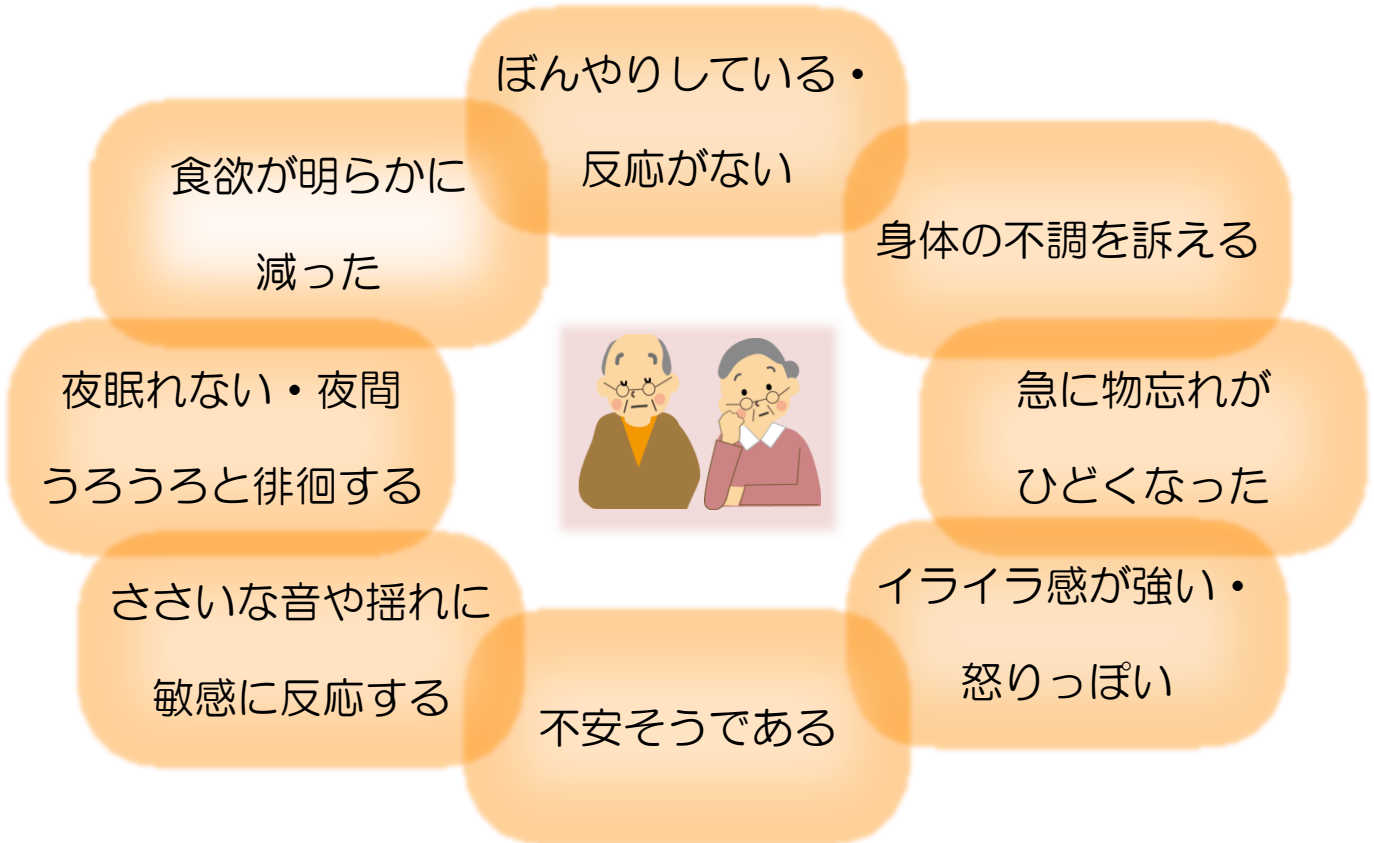


## 高齢者を見守る方へ

災害により日々の生活のペースが崩れ、新しい事態に適応しなければいけないことは、高齢者にとって大きなストレスとなります。

被災された高齢者が生活を再建していくことは、心身ともに容易なことではなく、以下のような反応が現れることがあります。



### 高齢者への対応の注意点

- 名前を呼びかけて、今の状況を分かりやすく説明します。
- よく話を聞き、気持ちを汲んであげます。
- できるだけ被災前の人間関係を保てるよう配慮します。
- 心身の状態に注意します。

変化が長引いたり、気になることがある時は、まずは家族や知り合いなどの身近な人や、保健師などに相談しましょう。

お住まいの市町村や保健所、青森県立精神保健福祉センターこちらの電話（017-787-3957）でも、ご相談できます。