

高齢者の総合相談窓口です

ち い き ほ う か つ し え ん

地域包括支援センターだより

白糠町役場 保健福祉部 介護福祉課 介護支援係

第64号

(白糠町地域包括支援センター) ☎2-2171 内線527・528 (令和6年7月発行)

😊 みんなの介護教室のご案内 😊

高齢化により『介護』は誰にとっても身近な存在となってきました。

介護の知識を多くの方に知っていただくことと実際に介護されている方の負担軽減につながることを目的とした『みんなの介護教室』を開催します。介護の経験がなくても気軽にご参加いただけます。今回は介護技術の体験や講話のほか、清和園内の見学も予定しております。

みなさんの参加をお待ちしております！

- ◆ 日 時 7月25日(木) 13:30~15:00
- ◆ 会 場 特別養護老人ホーム清和園
- ◆ 内 容 介護に関する講話、実技、施設見学
- ◆ 参 加 費 無料
- ◆ 申込期限 7月19日(金)まで
- ◆ 申 込 先 介護福祉課介護支援係 内線(527・528・585)



認知症コラム第7回：「認知症予防のポイント」

認知症コラム最終回は「予防のポイント」です。生活の中でのちょっとしたポイントをぜひ取り入れてみてください。

①こまめに体を動かす！



②持病は悪化させない よう健康管理を しっかり！



③食事はバランスよく！ 水分摂取も忘れずに！



④口腔ケアも大切！



⑤人との交流機会を持つ！



⑥趣味など自分の好きな ことを楽しむ！





高齢者が尊厳をもって暮らせる地域に ～高齢者虐待について知しましょう～



長寿社会となった日本では、誰もが介護される可能性のある時代になりました。それと同時に、**高齢者の虐待**が身近なものとなりつつあります。高齢者も、その家族も、心身共に穏やかに暮らしていけるように、地域の見守り、支え合いが大切です。

▶どんな行為が虐待なの？

〈身体的虐待〉

たたく、つねる、なぐる、蹴る、
ベッドにしばりつける等

〈心理的虐待〉

失敗に対して恥をかかせる、子ども扱い
をする、怒鳴る、無視する等

〈介護等放棄〉

空腹、脱水、低栄養状態のままにする、
おむつを替えずに放置する、劣悪な状態や
住環境の中に放置する等

〈経済的虐待〉

本人のお金を渡さない、使わせない、
不動産・年金・預金などを本人の意思・
利益に反して使用する等

〈性的虐待〉

懲罰（ちょうばつ）的に下半身を裸に
して放置する、性的な行為を強要する等

▶これって虐待？チェックリスト☑

- ☐ 言うことを聞かないので無視したり、逆にののしってしまう
- ☐ 良いことと悪いことをわかってもらうためにたたくなどしている
- ☐ 認知症により徘徊するので、部屋に閉じ込めている
- ☐ 認知症や寝たきりで出させなかったり、訪ねてくる人がいても会わせなかったりしている
- ☐ 年金や預金通帳などを管理し、本人に無断で使っている
- ☐ 人前でおむつを替えたり、しばらく裸のままにしておいたりすることがある



虐待に気づいた人には通報義務があります

高齢者虐待に気づいた人は、地域包括支援センターへ通報してください（通報の秘密は守られます）。特に、生命や身体に重大な危険がある場合、通報は義務とされています。