高齢者虐待は身近な社会的問題です

尾道市では、高齢者虐待の相談は年間約150件もあり、私たちの身近なところで高齢者や家族が苦しい思いをしている現状があります。

一人ひとりが身近な問題として介護や認知症について関心を持ち、地域ぐるみ・地域のネットワークで、高齢者と介護者を地域で見守り、支え合っていきましょう。

問高齢者福祉課（☎0848－38－9137）

こんな時、高齢者虐待が起こりやすくなります

高齢者虐待は、家庭や施設など閉ざされた環境で発生するため、表面化しにくく問題が潜在化しがちです。また、「悪意をもって」虐待しているとは限りません。介護をしている家族などが心身ともに疲労し、追いつめられていたり、高齢者のためと思ってやっていたりすることが、虐待につながっていることもあります。

①高齢者本人と介護者の人間関係
両者の性格や、もともとの人間関係の悪さ。

②経済的な問題
経済状態が苦しい、または高齢者の年金に依存した生活状態。

③重い介護負担
重い介護負担や先の見えない不安、仕事・家事と介護を両立することの難しさなどのストレス。

④病気や認知症への理解不足
病気・認知症等への理解の不足、親の認知症等を受け入れられないなどで混乱し、厳しく接してしまう。

⑤介護者の心身状態
介護者が、体調不良やアルコール依存などの精神的に不安定な状態。

あなた自身が虐待をしないために介護の負担を一人で抱え込まないで

▶「周囲の協力を得る」
一人で頑張り過ぎないで、家族や周りの人の協力を仰ぎましょう。

▶「専門機関に相談する」
介護は、心身ともに大きな負担になりがちです。一人で悩まず、かかりつけ医やケアマネジャー・地域包括支援センター等に相談しましょう。

▶「いろいろなサービスを利用する」
介護保険サービスやその他のサービスも上手に利用して、介護負担を減らしましょう。

虐待を受けている高齢者の多くに認知症の症状がみられます。本人にあった環境や支援で、不安・ストレスが軽減されると、認知症の症状が安定することもあります。

早期発見・解決のために地域で支え合おう

▶「見守り、声をかけあう」
高齢者や介護する人を地域で温かく見守り、孤立を防ぎましょう。日ごろから、「おはよう」「こんにちは」のあいさつからはじめましょう。

▶「身近な窓口に相談する」
「虐待かな？」と感じたら、自分一人で悩まず、地域包括支援センター等に相談しましょう。

▶「仲間をつくり情報交換する」
介護を続けるためには、上手な介護の方法を知ることや、なんでも話し合える仲間を持つことも大切です。地域のふれあいサロンや認知症カフェ、民生委員などと、いろいろ情報交換して地域の絆を深めていきましょう。

地域包括支援センターにご相談ください

尾道市地域包括支援センター　（☎0848－56－1212）
尾道市北部地域包括支援センター（☎0848－76－2495）
尾道市西部地域包括支援センター（☎0848－21－1262）
尾道市東部地域包括支援センター（☎0848－56－0345）
尾道市向島地域包括支援センター（☎0848－41－9240）
尾道市南部地域包括支援センター（☎0845－24－1248）
尾道市南部地域包括支援センター瀬戸田支所（☎0845－27－3847）

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口で、市内７カ所に設置されています。社会福祉士・保健師・主任ケアマネジャーなどが中心となり、必要なサービス利用の紹介や、必要に応じた支援の輪を作るお手伝いをします。高齢者だけでなく、家族・近隣に住む人などからの相談も受けます。

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。日日時・期間 場場所 対対象 内内容 定定員 料料金 持持参物 締締切 申申込方法・申込先 問問い合わせ先 ☎電話 FAXファクス ✉電子メール HPホームページ

子育て

子育て応援就職面接会

日 2月19日(月) 10:00～11:30
場しまなみ交流館
対子育てをしながら就職を希望する人
内企業の人事担当者と個別ブースで面接ができます。（7社参加予定）
※子ども同伴での面接も可。
※雇用保険受給中の就職活動実績になります。
持ハローワークカード（お持ちの人のみ）、履歴書（面接希望の事業所ごとに必要）
問ハローワーク尾道
（☎0848－23－8609）

ひとり親家庭パソコン教室 入門編

日ワード編　2月18日～3月4日の日曜 9:30～12:30
エクセル編　3月11日～25日の日曜 9:30～12:30
（各コース3回・全6回）
※どちらか一方でも受講可。
場総合福祉センター
内パソコンの基本操作や文章入力・簡単な表の作成など　定10人
講師　（株）尾道キャリアスクール
受講料　5,000円（1コースのみは3,000円）
持筆記用具　締 2月9日(金)
申問母子・父子福祉センター
（☎0848－22－8385）

おのみちキッズフェスタ ポスター用絵画募集

テーマ　自由。ただし、開催時期（夏）にふさわしいもの。
応募資格　市内在住の未就学児
応募方法　用紙サイズはB5～八つ切り。用紙の裏か別の紙に「住所、名前（ふりがな）、年齢（園所名・組名）、保護者の名前、電話番号」を記載し、郵送・持参ほかで
受賞作品
大賞作品は「第7回おのみちキッズフェスタ」のポスターとチラシに使用します。
締3月30日(金)
申問〒722-8501 久保一丁目15-1
おのみちキッズフェスタ実行委員会
（生涯学習課内☎0848－20－7444）

【尾道地域（向島を含む）】問健康推進課　（☎0848-24-1960 FAX 0848-24-1966）
【因島・瀬戸田地域】問因島総合支所健康推進課（☎0845-22-0123）
【御調地域】問御調保健福祉センター　（☎0848-76-2235）

乳幼児健診

健診名	場　所	日　程
4カ月児健診（4カ月になる児）	総合福祉センター	1月24日(水)・25日(木)
	御調保健福祉センター	2月8日(木)
	因島保健センター	1月30日(火)
	瀬戸田福祉保健センター	1月19日(金)

※対象者には個別通知します。健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。なるべく住所地区のセンターで受診してください。

健診名	場　所	日　程
1歳6カ月児健診（1歳7カ月になる児）	総合福祉センター	2月7日(水)・8日(木)
	因島保健センター	1月25日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	1月19日(金)
3歳児健診（3歳5カ月になる児）	総合福祉センター	1月17日(水)・18日(木) 2月14日(水)・15日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	1月19日(金)

年間日程・対象者については市ホームページをご覧ください。

相談・講習会

行事名	場　所	日　程	受付時間（終了時間）	対　象	備　考
乳児健康相談	総合福祉センター	1月22日(月)	9:20～9:40	8～12カ月の児	内身体計測、育児・栄養相談、ふれあい遊び 持母子健康手帳 ※御調は保育士によるふれあい遊びはありません。
			13:20～13:40	0～7カ月の児	
	因島保健センター	2月15日(木)	9:10～9:30	8～12カ月の児	
			10:20～10:40	0～7カ月の児	
	御調保健福祉センター	2月8日(木)	13:30～14:00	0～12カ月の児	
離乳食講習会（要予約）	総合福祉センター	1月29日(月)	9:40～10:00（11:40）	乳児の家族 定18人程度※託児あり。	内調理実習・栄養相談・離乳食の進め方 持母子健康手帳・筆記用具・エプロン・マスク・三角巾
母乳相談（要予約）	総合福祉センター	1月16日(火) 23日(火) 30日(火) 2月6日(火) 13日(火) ※変更の場合あり。	13:30～	妊婦か出産後概ね1年6カ月までの市民 定 5人 ※相談利用は1人2回まで。	内母乳や卒乳についての相談、2～3人ずつ授乳アドバイス 持母子健康手帳、タオル2～3枚、ミルクや哺乳びん、赤ちゃんに必要なもの
5歳児相談（要予約）	総合福祉センター	1月16日(火)	13:00～	平成25年2月生まれで発達等気になる事がある児	申通っている市内保育所・幼稚園（市内保育所等に通っていない人は健康推進課へ）
		2月1日(木)		平成25年3月生まれで発達等気になる事がある児	
	因島保健センター	1月31日(水)		平成25年2月～3月生まれで発達等気になる事がある児	