

## 地域包括支援センターです

### 防ごう、高齢者虐待

超高齢化社会を迎えている日本にとって、高齢者の人権を守っていくことは緊急の課題です。実は高齢者虐待は決して「悪い人」だけがやっているわけではありません。心身ともに疲労し追い詰められた介護者が、自覚のないままに虐待をしていることも少なくない、つまり高齢者虐待は誰にでもおこりうる問題なのです。

#### 虐待には、以下の5つの種類があります

- ①身体的虐待(なぐる、ける、無理やり食事を口に入れる、意思に反して身体を拘禁する等)
- ②心理的虐待(侮辱や脅迫、意図的に無視する等)
- ③経済的虐待(日常生活費を使わせない、年金等を本人の意志、利益に反して使用する等)
- ④介護・世話の放棄、放任(入浴させず異臭がする、脱水や栄養失調の状態にある、劣悪な住環境で生活させる等)
- ⑤性的虐待(性的暴力やいたずら、わいせつな行為の強要など)



これらの虐待を受けやすい高齢者は、より高齢であったり認知症があるなど、介護者側の負担が大きくなるほど、虐待につながる可能性が高いといえます。大変な介護を一人で抱え込み、だれにも相談できないような環境では、「熱心な介護者」もいつしか「虐待者」になってしまう危険性があるのです。

そうならないために、地域の中で孤立する高齢者や介護者がいないか、見守ったり声をかけたりする「地域ぐるみの虐待防止」が大切です。地域包括支援センターは、高齢者虐待の第一対応窓口でもあります。「困ったとき、大変な時にいつでも相談できる場所」という役割もあります。

もし地域で、高齢者の異変や一人で頑張っている介護者に気づいたら、ぜひ声をかけ、ねぎらい、相談するところがあるよとお話ししてみてください。それが虐待を未然に防ぎ、一番の方法かもしれません。

## いきいき通信

— 富士見町健康づくり計画  
「健康ふじみ21」を推進しています —

### 3月は自殺対策強化月間です

「いのちを守る自殺対策緊急プラン」(平成22年2月5日自殺総合対策会議決定)において、例年、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定めています。皆さんもご存じのこととは思いますが、わが国では平成10年から14年連続で、年間の自殺者数が3万人を超えていましたが、平成24年1月から12月までの自殺者数の速報値では、平成24年の自殺死亡者数が15年ぶりに3万人を下まわっています。

平成24年は前年に比べ、9.4%減少しましたが、いまだに多くの方が自ら命を絶っている状況に変わりはありません。長野県においても2.8%減少していますが、全国に比べ減少幅が小さく、まだまだ対策が必要といえます。長野県の自殺者の状況を、月別に見ると、4月をピークに3月から5月までと、10月・12月が増加傾向にあります。

自殺予防には、やはり周囲の人たちの気づきが一番重要となります。命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいたときの対応方法及び自殺者の親族等に対する支援の必要性等についての理解を深め、今後さらに、皆さん一人ひとりが自殺対策に取り組んで行くことが必要です。

自殺を取り巻く状況は刻々変化しており、誰もが、いつ巻き込まれてもおかしくない問題です。

自分や家族が巻き込まれないよう、自分なりにできることから実行しましょう。



## 親と子の健康ガイド

### 3月 (3月11日～3月31日)

#### ◆健康診査・予防接種

事業名	対象児	期日	集合時間	会場
4ヵ月児健診	平成24年11月生まれ	3月15日(金)	午後1:00	保健センター
2歳児歯科健診	平成23年1月～2月生まれ	3月19日(火)		
3種混合	生後6ヵ月～7歳6ヵ月	3月12日(火)	午後1:00～1:15(受付)	
4種混合	生後3ヵ月～7歳6ヵ月		午後1:20～1:50(受付)	

#### ◆相談・教室

事業名	期日	受付時間	会場
乳幼児相談	3月18日(月)	午前9:30～10:30	保健センター

問 住民福祉課 保健予防係 ☎62-9134