

北部 1 包括だより～きらきら～

2021年は、新型コロナウイルス感染症と向き合い、この危機を乗り越えようと支え合う1年でした。コロナ禍が1日も早く収束することを願うばかりです。

今回の北部1包括だよりでは、コロナ禍の中で感染症予防対策を実施しながら、皆さまが活動に参加された様子と安心した暮らしに役立つ情報を掲載いたします。



北部1地区運動教室

「太極拳で体を動かそう」

深く長い呼吸 全身運動♪



ロコモ予防で健康維持

みんなで元気!

～靴の選び方を学んで転倒予防～

安全に外出するための重要アイテム☆



「体力測定」

コロナに負けない体力づくり!



協議体 青空の下でラジオ体操!



認知症サポーター養成講座

ステップアップ



地域で支え合うために・・・

勉強会開催・企画

塩竈市北部1地区地域包括支援センター

地域包括支援センターは高齢者の方の身近な相談窓口です。

～皆様からの相談にお応え致します。お気軽にご相談ください～

すべての人が尊厳を持って暮らせる社会を作るために

「高齢者の一人ひとりが住み慣れた地域で尊厳を持って暮らす」そんな当たり前の権利を侵害してしまう「**高齢者虐待**」が問題になっています。誰もが安心して暮らせる地域社会を築いていくためには、地域に住む皆さんが、高齢者の権利擁護について考え、ともに生きる地域社会の実現を目指していくことが大切です。



高齢者虐待とは？ 高齢者が他者からの不適切な扱いにより権利利益を侵害される状態や、生命、健康、生活が損なわれるような状態に置かれること。

○高齢者虐待とは、どんなこと？

「高齢者虐待防止・擁護者支援法※」では、高齢者虐待を次の5つに区分しています。

- ①**身体的虐待**:暴力行為などで、身体にアザ、痛みを与える行為
- ②**ネグレクト**:介護や生活の世話をしている家族が、介護と世話を放棄するような行為
- ③**心理的虐待**:高圧的な言葉や態度、無視や嫌がらせなどによって苦痛を与えるような行為
- ④**性的虐待**:本人との合意もなく性的な行為を行ったり、強要するような行為
- ⑤**経済的虐待**:財産や金銭の無断使用や、本人が望む金銭の使用を理由もなく制限するような行為

○なぜ虐待が起きるのか？

高齢者虐待は、高齢者と養護者の人間関係や介護疲れ、経済的な問題など、さまざまな要因が絡み合って起こります。厚生労働省によると、家庭内で虐待を受けた事例が令和2年度で1万7281件となり、調査開始以来、最多となりました。新型コロナウイルスの感染防止のため、高齢者が自宅にいる時間が多くなり、介護する家族に負担が増えたことも要因と思われます。「高齢者虐待防止・養護者支援法※」は、虐待者を罰することを目的にはしていません。高齢者の権利を守ることが目的であり、併せて養護者の支援も定められています。

※正式名称「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」

○虐待を未然に防ぐためには

問題が深刻化する前に発見し、高齢者や養護者・家族に対する支援が必要です。

身近にいる方々がサインに早く気づいてあげること、虐待になること、またはその深刻化を防ぐことができます。

○「虐待かも？」と思ったら

地域で心配な高齢者や介護者がいたら、地域包括支援センターや塩竈市長寿社会課に相談して下さい。相談したことにより、個人情報が出たり、不利益な扱いを受けることはありません。

〈相談窓口〉 塩竈市北部1地区地域包括支援センター ☎ 022-361-3822
塩竈市健康福祉部長寿社会課 ☎ 022-364-1204



編集後記 雪の降る日が多かった今年の冬ですが、春の訪れを少しずつ感じられる季節になってきました。天気の良い日は、公園や道端で春を見つけてみませんか？春の足音が聞こえてきます。万歩計の数値もあがりますよ。桜の開花はいつ頃でしょうか…今年こそ「花見だ！」とみんなで楽しめるといいですね。(T・K)