

知っていますか？ 高齢者虐待

『高齢者虐待』と聞いて皆さまはどんなイメージを思い浮かべますか？

「高齢者をいじめるなんてひどい」、「恐ろしい」、「理解できない」…

確かに、高齢者の尊厳を傷つける高齢者虐待はあってはならないことです。でも、高齢者虐待は特別な家庭だから起こるというものでは決してありません。一生懸命に介護しているうちに…、認知症にどう対応すればいいかわからず…、そんなことからだんだんと虐待行為へエスカレートし、そのことに悩み苦しんでいる介護者は決して少なくないのです。

高齢者虐待は早期に発見すれば、介護負担を減らすよう介護保険サービスを見直していくことなどで防げることもあります。早期発見には、地域による『見守りの目』が何よりも大切です。皆さまのまわりで、以下のような虐待のサインがみられる介護家庭や高齢者はいらっしゃらないでしょうか？

- 家族の怒鳴り声や、高齢者の悲鳴が聞こえる…
- 高齢者が玄関先や道路で座り込んでいる姿をよく見かける…
- 同居なのに高齢者がコンビニで弁当を買う姿をよく見かける…
- 地域の敬老行事への参加を呼びかけても反応がない… など
何か気になることがあれば当センターへご相談ください。

すぎざく便り

《第11号》

2013年4月発行

高齢サポート・朱雀
(京都市朱雀地域包括支援センター)

川柳や狂歌

イケメンの
先生いるなら
がんばれる！
ちよこみん

面白くて元気が出る川柳や狂歌を募集しています！
電話・FAX・メールにてご応募ください。お待ちしております。

お一人暮らしの方へご自宅訪問案内を郵送しております

地域全体で高齢者を見守る体制を強化するため、昨年夏より（住民基本台帳上）お一人暮らしの方のご自宅を訪問している事業については前回号でも紹介させていただきました。

年度末を控え、訪問日程調整について郵便で順次ご案内をしております。包括職員3人体制で進めていますので、町ごとにご案内をさせていただいており、ご案内が遅くなった地域もございますが、なにとぞご了承くださいませ。

ご案内は、「近日中に訪問します」というものではなく、ご都合の良い日を決めていくものですので、3月末までと限ってはおりません。ご都合に合わせて調整させていただきますので、ご連絡をくださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

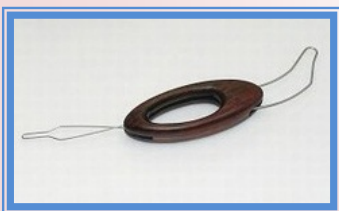
営業時間 午前8時半～午後5時
日・祝日はお休みさせていただいております。

㊦㊧㊨㊩㊪㊫㊬㊭㊮㊯㊰㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

寒い冬が続きましたね。寒さが厳しい間はなかなか出掛けられなかった方もいらっしゃるのではないのでしょうか？そんな状態をきっかけに「生活不活発病」になることがあります。生活不活発病とは…？！
□一人で過ごすことが増えた □ごろごろ横になることが多い □物忘れが増えた □食事が減った □柔らかい物ばかり食べている □便秘傾向になる □階段や坂道が辛い □つまづくようになった □身の回りのことが面倒。これらに当てはまると生活不活発病の可能性がります。放っておくと閉じこもりになり気力・体力・筋力の低下がますます進みます。→春がきました♪出掛けて身体を動かし、うきうきワクワク介護予防に取り組みましょう。

ソックスエイド「はくのらく」

体の障害やけが、腰痛、妊娠中などで足先に手が届かない方が、自分で靴下を履くための用具です。実物が高齢サポート・朱雀にありますので、お試しください。



パートナーII

片手でも「クルッ」とまわせば、簡単にボタンがとめられます。ボタン穴に針金部分を通してボタンを引っ掛けて引っ張ります。

詳しくは、高齢サポート・朱雀までお問い合わせください。



体が動かしにくい時の便利グッズ

～編集後記～

春という言葉から何を連想されますか？桜、チューリップ、花水木、藤、ばら…、花の美しい季節になりますね。五感で春をとらえて大きくノビをしてみませんか。

【難読漢字クイズ】

- ① 扁桃 ② 独活 ③ 蒲公英 ④ 薇
⑤ 風信子 ⑥ 木瓜 ⑦ 蛤仔 ⑧ 土筆

♪答えは本ページ中央あたりにありますのでご確認ください♪

高齢サポート・朱雀

(京都市朱雀地域包括支援センター)

〒604-8805 京都市中京区壬生馬場町14-11

FAX. 075(801)1385 E-mail zaitaku_m@rakuwa.or.jp

TEL 075

(801) 1384