

今日のトピックス

地域で防ごう！高齢者虐待～誰もが安心して暮らせるために～

相談者の秘密は守られますので、
安心してご相談ください。

身体的虐待

- ・殴る、つねる
- ・やけどや打撲をさせる
- ・ベッドに縛り付ける

心理的虐待

- ・怒鳴る
- ・ののしる、悪口を言う
- ・意図的に無視をする

経済的虐待

- ・生活費を使わせない
- ・本人に無断で、年金や貯金を使用する

性的虐待

- ・排泄の失敗への罰として、下半身を裸にして放置する
- ・わいせつな行為を強要する

介護・世話の放棄・放任（ネグレクト）

- ・水分や食事を十分に与えない
- ・入浴させず、異臭がする
- ・劣悪な環境で生活させる

高齢者虐待とは

悩みを抱えていませんか？



介護者の介護疲れやストレス、介護への知識不足、高齢者の認知症による症状、経済的困窮、頼れる人がいないなど、さまざまな原因から無意識のうちに虐待に及んでしまうこともあります。

高齢者や介護者を孤立させないことが大切です

心身ともに余裕をもって介護を続けるには、介護サービスなどを利用することも有効です。また、介護者は誰にも相談できず悩んでいるかもしれません。地域で日ごろから声をかけあい、高齢者や介護者を孤立させないようにすることが大切です。

もしかしたら？と思ったら、迷わず市役所や、高齢者の住まいの近くの地域包括支援センターにご相談ください。

相談先 本庁地域包括支援センター Tel.74-7156
北地域包括支援センター Tel.74-7730
南地域包括支援センター Tel.74-6700
二ツ井地域包括支援センター Tel.73-6662
長寿いきがい課 Tel.89-5355

健康に関する話題をお知らせします

市民健康教室

テーマ 糖尿病について

糖尿病について一緒に学び、高血糖の予防・改善に努めましょう。ご都合のつく回のみ参加も可能です。

回	日時・場所	内 容
①	2月17日(火) 14時30分～16時 中央公民館 第5研修室	講話「糖尿病の基礎知識（仮）」 講師 能代厚生医療センター 医師 外山はな子さん 定員 先着25人 参加無料
②	2月26日(木) 10時～13時 働く婦人の家 調理室	講話と調理実習 「高血糖を防ぐバランス食」 講師 市管理栄養士 栄養士 小川恵子さん 定員 先着16人 参加費(食材料費) 500円程度 ※人数などによって増減あり
③	3月5日(木) 10時～11時30分 勤労青少年ホーム 軽運動室	講話と実技 「糖尿病の予防・改善のための運動」 講師 健康運動指導士 畑山幸代さん 定員 先着25人 参加無料 運動靴(内履き)をお持ちになり、動きやすい服装でお越しください。

▶申し込み 各回1週間前までに電話で
▶問合せ 健康づくり課 Tel.58-2838

2月の献血日程

22日(日)	10:00～12:00 13:30～16:00	いとく能代ショッピングセンター
25日(水)	10:00～11:30 13:00～16:00	能代厚生医療センター
27日(金)	13:00～14:00 14:45～16:00	中国木材

問合せ 能代保健所 Tel.52-4333
健康づくり課 Tel.58-2838

2月の休日当番医

1日(日)	小泉医院 Tel.52-2427
8日(日)	金田医院 Tel.73-2511
11日(水)	鹿渡内科医院（三種町）Tel.87-3030
15日(日)	佐藤医院（三種町）Tel.83-2326
22日(日)	三田医院 Tel.58-3858
23日(月)	木村医院 Tel.52-2500

受診前に必ず医療機関へご連絡ください。

問合せ 〈平日〉能代市山本郡医師会 Tel.58-2581
〈休日〉能代山本医師会病院 Tel.58-3311



安藤マツさん（二ツ井町字三千町・大正14年12月12日生）

百歳を迎えたマツさんに齊藤市長からお祝い状とお祝い金を手渡しました。入所している施設の方や職員にお祝いされ「ありがとう」とうれしそうに話したマツさん。食事やお茶の時間に、皆さんと穏やかに会話を楽しんでいるそうです。

介護予防教室や認知症カフェのご案内

本庁地域包括支援センター Tel.74-7156
Tel.080-6448-3804

講座	期日
一般介護予防教室	毎週木曜日（2月26日除く） 9:30～11:30／サンピノ
家族介護者の集い	2月26日(木)10:00～11:30 ／中川原会館 2月19日(木)10:00～12:00 ／JCHO秋田病院1階

南地域包括支援センター Tel.74-6700

講座	期日
一般介護予防教室	2月19日(木)10:00～11:30 ／南部公民館 2月25日(水)10:00～11:30 ／母体会館 2月26日(木)10:00～11:30 ／東部公民館
家族介護者の集い	2月5日(木)10:00～11:30 ／南部公民館

北地域包括支援センター Tel.74-7730

講座	期日
一般介護予防教室	毎週水曜日10:00～11:30 ／特養しのめ
家族介護者の集い	2月12日(木)10:00～11:30 ／特養しのめ

長寿いきがい課 Tel.89-5355

講座	期日
認知症家族介護の交流会	2月10日(火)13:00～15:00 ／やさしい風「健康館」
認知症カフェ ほっとカフェ	2月25日(木)10:00～12:00 ／大内田会館

認知症の人やそのご家族、認知症の予防をしたい方などが集まり、交流を楽しんでいます。専門家への相談やもの忘れ相談プログラム（タッチパネル式）もできます。