11月は「高齢者虐待防止月間」です
～地域包括支援センターだより～

11月は厚生労働省が定める「高齢者虐待防止月間」です。町でも高齢者の尊厳や権利を守るための啓発活動を実施しています。

問い合わせ先
役場介護環境課地域包括係
☎(86)1153［直通］

「人生会議しとこう」

ACP 人生会議

11月30日は「人生会議の日」です。人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）とは、万が一の時に備えて、あなたが望む医療やケアについて、前もって家族や医療・介護スタッフと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

事前に本人の意向や生き方についての考えを共有しておくことは、将来の選択における家族の迷いや負担を減らし、介護トラブルや行き違いを未然に防ぐことにもつながります。

この機会に、家族で「これからどんな風に過ごしたいか」を話してみませんか「ACP（人生会議）出前講座をご利用ください」地域のサロン、自治会などの集まり（概ね5名以上）に専門職員が出向き、人生会議について分かりやすく説明します。

脳トレコーナー

マスの中に「＋」・「－」・「×」・「÷」を入れて計算式を完成させましょう。

① 12□4□7＝9
② 30□5□6＝0
③ 7□4□2＝30
④ 15□3□2＝14
⑤ 42□7□5＝11

①高齢者虐待の5つのタイプ

高齢者虐待には、暴力だけでなくさまざまな形態があります。

種類	具体的な例
身体的虐待	叩く、蹴る、無理やり車椅子やベッドに拘束する、部屋へ閉じ込めるなど
介護や世話の放棄・放任（ネグレクト）	必要な食事や入浴の世話をしない、必要な医療や介護サービスを受けさせないなど
心理的虐待	怒鳴る、侮辱する言葉を浴びせる、無視するなど
性的虐待	本人が嫌がる性的な行為や嫌がらせ、排泄介助時の不適切な露出強要など
経済的虐待	本人の同意なく年金や預貯金を使い込む、必要な金銭を渡さないなど

②高齢者虐待は身近な問題

高齢者虐待は、特定の家庭だけで起こる特別な問題ではありません。日々の介護による疲労やストレス、認知症への理解不足などから、どのような家庭でも起こり得る身近な課題です。虐待を防ぐための第一歩は、日常の中にある「不適切な関わり」に気付くことです。「これくらいなら…」と一人で抱え込まず、早い段階で周囲や専門機関に相談することが大切です。

③相談窓口のご案内

「もしかして虐待かも…」「近所の高齢者の様子がおかしい」と思ったら、迷わず相談ください。早期の相談が、高齢者本人だけでなく介護者を救うことにつながります。

秘密厳守・匿名での相談・通報も可能です。相談・通報者の個人情報は厳格に保護されます。

④介護に悩む家族へ

日々の介護で、不安やいら立ちを感じることは決して特別なことではありません。言葉にならない疲れやストレスを感じたら、限界を迎える前に相談ください。

介護者自身の心と体の健康を守ることも、大切な虐待防止の一環です。



答え
①＋、－　②－、×　③×、＋　④－、＋　⑤÷、＋