



## 垂井町一般介護予防事業 シニアはつらつ教室



みんなで楽しく貯筋トレーニング



| と き         | ところ                             |
|-------------|---------------------------------|
| 11月14日(金)   | 栗原地区まちづくりセンター                   |
| 11月24日(月・休) | ①9:30 ~ 10:30<br>府中地区まちづくりセンター  |
| 11月27日(木)   | ②10:40 ~ 11:40<br>東地区まちづくりセンター  |
| 11月28日(金)   | 表佐地区まちづくりセンター                   |
| 11月12日(水)   | ワイワイプラザ垂井(垂井地区)                 |
| 11月20日(木)   | ①13:00 ~ 14:00<br>岩手地区まちづくりセンター |
| 12月1日(月)    | ②14:10 ~ 15:10<br>宮代地区まちづくりセンター |
| 12月3日(水)    | ワイワイプラザ垂井(垂井地区)                 |

▶対象/町内在住の65歳以上

▶定員/1コマ15人

▶参加費/無料

申・問 NP0 法人 Let's たるい(事業委託業者) ☎22-0139

## 垂井町認知症カフェ メモリーカフェいぶきさ



物忘れが気になる人や認知症の人、その家族、地域のみなさんと交流しませんか。  
お茶を飲みながら、楽しい時間を過ごしましょう。

▶と き/11月26日(水) 午前9時30分~11時30分

▶ところ/いぶき苑別館 花ホール

▶定員/25人(先着順)

▶参加費/200円(運営協力費)

申・問 特別養護老人ホーム いぶき苑 ☎22-5211

## 認知症カフェ なごみ

認知症の人、その家族、そして地域の人たちがいつでも相談でき、自分たちの思いを伝えられる時間を過ごしませんか。どなたでも参加できます。

▶と き/11月11日(火) 午前10時~11時

▶ところ/優・悠・邑 和 研修室

▶内 容/『食』について 食事と認知症の関係性、  
いつまでも食事が摂れるように

▶定員/25人程度

▶参加費/100円

申・問 盲養護老人ホーム 優・悠・邑 和 ☎22-3780

## 高齢者虐待について

### 高齢者虐待とは

| 虐待の種類 | 例                               |
|-------|---------------------------------|
| 身体的虐待 | たたく、蹴る、つねるなどの暴力<br>ベッドに縛りつける    |
| 心理的虐待 | 怒鳴る、ののしる、悪口を言う<br>拒否的な態度、無視する   |
| 経済的虐待 | 必要なお金を渡さない<br>年金や預金を取り上げ無断で使用する |
| 性的虐待  | 性的な嫌がらせや強要など                    |
| 介護等放棄 | 十分な食事や水分を与えない<br>劣悪な住環境の中に放置する  |

高齢者虐待は、どこの家庭でも起こる可能性がある身近な問題です。介護をしている人が、心身ともに疲弊し、追い詰められてしまい、自覚がないまま「虐待」に至ってしまうこともあります。

問 健康福祉課 高齢福祉係 地域包括支援センター ☎22-7505

### こんなサイン見逃さないで

#### 高齢者の様子

- ・不自然なケガをしている
- ・「家にいたくない、帰りたくない」などと訴える
- ・汚れた服装や、悪臭がある状態で放置されている
- ・極度に痩せてきた様子がある

#### 家族(介護者)の様子

- ・高齢者の世話や介護に拒否的な発言が聞かれる
- ・高齢者に「手を上げてしまうかもしれない」と話す
- ・怒鳴り声や悲鳴、物を投げる音が頻繁に聞こえる
- ・介護疲れや病気などで、明らかに様子がおかしそうに見える

些細な気づきでも大丈夫ですので、地域包括支援センターまでご相談ください。