



高齢者虐待について考えましょう

虐待の予防、早期解決のための講演会

地域包括支援センターでは、高齢者虐待について認識を深めるための講演会を行います。

高齢の方が安心して暮らすために、一緒に考えてみませんか。

▼日時 12月14日(金)午後2時～4時

▼会場 福祉センター大会議室

▼対象 市内在住・在勤の方

▼定員 約100人(先着順)

▼講師 岸 恵美子さん(日本赤十字看護大学准教授)

※直接会場へお越しください。

高齢者への虐待とは

身体的虐待

○たたく、つねる、殴る、蹴る、やけどを負わせる

○ベッドにしばりつける、意図的に薬を過剰に与える など

心理的虐待

○子ども扱いする、怒鳴る、悪口を言う、無視する など

介護・世話の放棄・放任

○空腹、脱水の状態のままにする
○おむつなどを放置する、劣悪な環境に放置する など

性的虐待

○性的な行為を強要する



子どもを虐待から守りましょう

経済的虐待

○本人の必要なお金を渡さない
○本人の資産を無断で使用する など

虐待は無意識に行われることがあります

高齢者虐待に関する調査では、介護や世話をしている半数以上の方が虐待の自覚がないという結果が出ています。

「言うことをきかないので、たたくなどとしてしつけをしている」「年金手帳や預金通帳などを管理し、本人に無断で使っている」なども不適切な対応にあたります。

虐待の理由はさまざまです

介護負担の増加や、支配的な夫婦関係、アルコール依存や精神障害など、高齢者虐待の背景には、多くの原因が考えられます。現状では、女性や認知症の症状がある方に対する虐待が多い傾向にあります。

相談を受け付けます

高齢者虐待について地域包括支援センターで相談を受け付けます。連絡してください。

問合せ 高齢福祉介護課地域包括支援センター係



子どもを虐待から守りましょう

子どもへの虐待は、子どもの心身の健やかな成長および人格形成に重大な影響を及ぼすだけでなく、次の世代に引き継がれる恐れがあります。子どもの人権を守り、虐待を防止していくためには、大人の立場でなく何よりも「子どもの立場が優先」されなければなりません。

まわりに「虐待を受けていると思われる子ども」がいたら、すぐに児童相談所や子ども家庭支援センターに連絡(通告)してください。通告した人が特定されないように秘密は守られます。

連絡先 羽村市子ども家庭支援センター ☎ 042-578-12882 / 立川児童相談所 ☎ 042-523-1321

子どもへの虐待とは

身体的虐待

○殴る、蹴る、やけどを負わせる、溺れさせる など

心理的虐待

○言葉による脅し、無視、兄弟間の差別的扱い、子どもの前でDV(ドメスティックバイオレンス・家庭内暴力)を行う など

ネグレクト(育児放棄)

○家に閉じこめる、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、同居人による虐待を放置する など

性的虐待

○性的な行為を強要する、性器や性交を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など

親の相談も受け付けます

親も子育てで悩んだりつらくなったりすることがあります。そのような時は一人で悩まず、子ども家庭支援センターや児童相談所に相談してください。

問合せ 子ども家庭支援センター ☎ 578-2882



第15回健康づくり標語 コンクール受賞作品決定

応募総数33点から、平成20年度の健康づくり標語が決まりました。多くの方の応募ありがとうございました。

優秀作 「踏み出そう 健康づくりがとうとうこぎました。」
くりも 一歩から

佳作 「わかったよ 長寿の秘訣は 「脱メタボ」」
清水健介さん

佳作 「体が健康 心が健康 人にやさしくいつもスマイル」
松崎栄一さん
高橋明美さん

もぐもぐ教室〜離乳食 中期・後期教室〜

離乳食をゴックンとのみ込むことが上手になったら、もぐもぐ・かみかみに進みましょう。赤ちゃんに合った食べ物の固さや大きさ、種類の増やし方など、簡単メニューについて楽しく学べます。

日時 12月11日(火)午前10時〜11時30分

会場 保健センター

対象 平成19年2月から4月生まれの乳児とその保護者

定員 15組(先着順)

内容 離乳食中期・後期のポイント/離乳食調理デモンストラーション/試食(保護者の方)/育児ワンポイント講座/みんなで話そう「離乳食と育児について」

申込み 11月16日(金)午前8時30分から電話で保健センターへ

※対象のお子さん以外を連れての参加は、ご遠慮ください。

受ける場合は、市が費用の一部を負担します。早めに受けてください。

期間 平成20年1月31日(木)まで

対象 接種当日、市内在住で次のいずれかに該当する方

① 65歳以上の方
② 60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器などに

障害がある方
※医師の診断書または障害者手帳が必要です。

費用 2,200円

※生活保護受給者は全額免除
※生活保護受給証明書を医療機関へ提出してください。

※市の費用一部負担は、1人1回です。

※直接協力医療機関で接種してください。

※協力医療機関は保健センターに問い合わせてください。

※予約が必要な場合があります。

乳がん検診実施中

乳がんは、初期は自覚症状がほとんどありません。早期のがんであれば治療によって

健康コラム 睡眠

心身の疲労回復のためには、睡眠を充分とることが必要です。

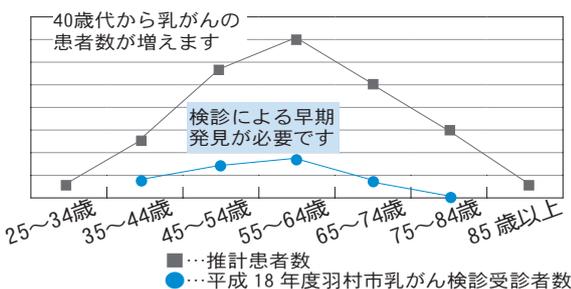
「市民意識調査」によれば、「睡眠が充分にとれている」と感じている人は半数程度で、国や都の数値と比較しても低い数値となっています。特に40歳代男性は4割に満たない状況で、職業別では会社員に睡眠の充足感が低い人が多く見られます。

<眠るための工夫>

- 不快な音や光を防ぐ環境づくりや、自分に合った寝具の使用などを工夫しましょう。
- 軽い読書、音楽、香り、ストレッチ、ぬるめの入浴などでリラクゼーションしましょう。
- 夕食後のカフェインや睡眠薬代わりの寝酒は控えましょう。自然に眠くなってから寝床につくと効果的です。眠ろうと意気込むと逆効果になります。



乳がん推計患者数と羽村市の乳がん検診受診者数



※乳がん推計患者数データ：厚生労働省平成17年患者調査推計患者数(全国)より



犬「大」

11月

おでかけください

**▼耳が聞こえにくい方のための
コミュニケーション講座**

高齢や何らかの病で耳の聞こえが悪くなり、家庭にこもっている方はいませんか。情報交換の場を企画しました。手話、OH Pが付きまします。中途失聴・難聴者だけでなく、どなたでも参加できます。ぜひ、お越しください。

11月17日(土)午後1時30分〜4時30分／青梅市福祉センター第三集会所／定員40人／費用無料／講師山口睦子／主催中絶失聴・難聴者「つばさの会」
青梅／FAX 0428-3114013 福泉(ファクスのみ)

**▼羽村市立小・中学校PTA連
合会 講演会**

『わかちあいのほどほめられなくもまだ間に合う！親子のコミュニケーション』

子どもに自信を与え、生きる力を育むコミュニケーションスキ

ルのための講演です。

12月9日(日)午後2時〜(午後1時30分開場)／コミュニケーションセンターホール／講師高取しづか(NPO法人JAMネットワーク代表)／主催羽村市立小・中学校PTA連合会／後援羽村市教育委員会／☎579-0567 倉中

募集しています

▼チエリクラシックバレエ

クラシックバレエを基礎から楽しくレッスンしています。見学、体験も随時できます。経験者も歓迎。

毎週水曜日・初級：午後3時〜、中級：午後4時〜／スポーツセンター会議室／対象3歳以上の方／月額5000円、入会金5000円／指導桜井聖子／☎5555-6350 岡崎

▼羽村市吹奏楽団

幅広い年代で音楽を楽しんでいます。楽器がない方は相談してください。

毎週土・日曜日午後6時〜9時30分／羽村東小学校音楽ホール／対象中学生以上の方／月額中学生1000円・高校生以上1500円、入会金1000円／指導千田鉄男／☎578-0779 田中

▼草原の会 読書サークル

司馬遼太郎の著書『街道を行く』や小説などの読書を行います。

月1回午前10時〜正午(11月は24日(土)に行います)／ゆとろぎ学習室／年額12000円／☎579-2287 渡辺

▼羽村SS(サッカー)スクール

平日、週2回トレーニングのみ行っています。楽しくサッカーをしたい方を募集しています。

毎週月・木曜日夕方方／羽村東小学校／対象小学生／☎090-2164-6615 嶋島

▼羽村太極拳の会

体験無料です。入会も随時できます。

毎週月・金曜日午前10時〜11時30分／五ノ神会館大広間／対象

初心者から経験者／月額3000円、入会金2000円

／☎090-1122-4128 窪田

▼羽村気功の会

体験無料です。入会も随時できます。

毎週水曜日午前10時〜11時30分／富士見公園クラブハウス／対象初心者から経験者／月額3000円／☎090-1122-4128 窪田

▼羽村市スキー連盟 スキー&スノーお楽しみツアー

各レベルの講習があります。初心者、高校生歓迎。※小学校低学年以下は保護者同伴。

平成20年1月5日(土)・6日(日)／長野県菅平高原スキー場／定員40人(先着順)／参加費小学生以下1万6000円・中学生以上1万9000円(宿泊費・交通費・保険料含む)／申込み12月7日(金)までに、住所・氏名・年齢・性別・電話番号・スキー歴・レンタルスキーの有無を、電話またはファクスで羽村市スキー連盟中野へ☎554-2360 FAX 555-6345
<http://www.hamura-ski.com>

▼羽村市スキー連盟

■2008スキーツアー&市民総体

平成20年1月18日(金)〜20日(日)集合1月18日(金)午後9時コミュニケーションセンター／長野県菅平高原スキー場／定員40人(先着順)／参加費小学生以下1万4000円・中学生以上2万1500円

■羽村市総合体育大会・羽村市スキー連盟杯

平成20年1月20日(日)／受付前8時30分までに現地／長野県菅平高原スキー場・裏太郎ゲレンデ・かもしかコース／参加費小学生以下5000円・中学生以上10000円／種目大回転競技

申込み12月28日(金)までに、住所・氏名・生年月日・性別・電話番号・大会参加の有無を記入し、郵送またはファクスで羽村市スキー連盟鳥海靖へ〒190-1121 瑞穂町殿ヶ谷883-6 ☎ FAX 557-1988



November 11

どうぶつ公園の仲間たち

日本池がにぎやか!

10月2日(火)、東京都井の頭自然文化園から2羽のオオハクチョウが新しく仲間入りしました。

無事検疫を終えた26日(金)、日本池にデビューしました。もともといた1羽とすぐに意気投合して仲良くしています。

これから、渡り鳥が続々とやってきて、日本池がさらににぎやかになります。

皆さん、ぜひ会いに来てください。



問合せ 動物公園

11月の休日診療

[休日]	小崎クリニック	☎ 554-0188
11月18日(日)	[準夜] 福生市保健センター	☎ 552-0099
	[歯科] 森谷歯科医院	☎ 555-9872
[休日]	いずみクリニック	☎ 555-8018
11月23日(金)	[準夜] 新井クリニック(瑞穂町)	☎ 557-0018
勤労感謝の日	[歯科] 渡邊歯科医院	☎ 570-1688
[休日]	山口内科クリニック	☎ 570-7661
11月25日(日)	[準夜] 福生市保健センター	☎ 552-0099
	[歯科] ホンダデンタルクリニック	☎ 554-4184

[休日] [歯科] … 午前9時～午後5時
 [準夜] … 午後5時～10時

※各医院によって受付時間が異なる場合があります。
 注意してください。 問合せ 保健センター

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
羽村市総合型 地域スポーツクラブ事業 健康運動シンポジウム 日 時 11月18日(日)午後1時 30分～5時 会 場 コミュニティセンター 3階ホール		市役所 土・日窓口 休み 期 日 11月17日(土)・ 18日(日) ※住民票等自動交付機 も利用できません。		15 ☒ [休] 蔵書点検 (→18日(日)まで) ☑ お好み講座 (華道) 午前10時～	16 ☑ お好み講座 (碁・将棋・俳句) 午前10時～	17 市役所 土・日窓口休み 富士見公園 青空市 午前9時～
18 市役所 土・日窓口休み 動ピエロと風船 遊び! 午前10時～ ☑ 第38回 羽村市文化祭 (音楽講演会) 午後1時30分～	19	20 ☑ お好み講座 (民謡) 午後0時30分～	21 東 スポーツの日 (なわとび) 午後3時受付	22 中 あそびの ポケット 午前11時～ 東 こぐまひろば 午前11時～	23 勤労感謝の日 ☑ お好み講座 (碁・将棋) 午前10時～	24 市土・日開庁 ☑ 第38回 羽村市文化祭 (ホール発表:舞 踊部門) 午後1時～
25 市土・日開庁 ☑ 第38回 羽村市文化祭 (ホール発表:舞 踊部門) 午後1時～	26	27 東 あそびの ポケット 午前11時～ ☑ お好み講座 (民謡) 午後0時30分～	28 西 赤ちゃん向け おはなし会 午前11時～ 東 スポーツの日 (ポートボール) 午後3時受付	29	30 ☑ お好み講座 (碁・将棋) 午前10時～ 西 あそびの ポケット 午前11時～	1 市土・日開庁

市 市役所(土・日) ☎ 555-1111	☑ コミュニティセンター ☎ 554-8584	中 中央児童館(金) ☎ 554-4552
羽村駅西口連絡所(土・日) ☎ 554-8320	福 福祉センター ☎ 554-0304	西 西児童館(火) ☎ 554-7578
三矢会館連絡所(土・日) ☎ 554-8214	い いこいの里(月の最終日曜日) ☎ 578-0678	東 東児童館(月) ☎ 570-7751
小作台連絡所(土・日) ☎ 554-9656	介 地域包括支援センター	産 産業福祉センター(月) ☎ 570-0144
生産学習センターゆとろぎ(月) ☎ 570-0707	市役所内(土・日) ☎ 579-7785	リ リサイクルセンター(土・日) ☎ 578-1211
図書館(月) ☎ 554-2280	地域包括支援センター相談連絡所	消 消費生活センター(土・日) ☎ 555-1111
スポーツセンター(月) ☎ 555-0033	いこいの里 ☎ 579-0151	区 羽村駅西口土地区画整理事務所(土・日) ☎ 570-7474
スイミングセンター(月) ☎ 579-3210	羽村園 ☎ 555-8815	農 農産物直売所 ☎ 579-5467
弓道場(月) ☎ 555-9255	保 保健センター(土・日) ☎ 555-1111	動 動物公園(月) ☎ 579-4041
郷土博物館(月) ☎ 558-2561	平 平日夜間急患センター ☎ 555-9999	休 自然休暇村
水道事務所(土・日) ☎ 554-2269	子 子ども家庭支援センター(土・日) ☎ 578-2882	

※ () 内は休日日



環境にやさしい大豆インキで印刷

古紙配合率100%再生紙を使用しています