



地域包括支援センターだより

【問合せ先】桂川町地域包括支援センター（桂川町総合福祉センター内） ☎65・4401

■ ストップ！ 高齢者虐待 **STOP**

福岡県内において、2018年度に養護者（家族等）による虐待について、市町村に寄せられた相談・通報件数は**930件**で、毎年増加しています。

最近では、コロナ感染を気にするにあたり、家庭でも緊張感が生まれていると言われています。ちょっとしたことでイライラしてしまうことはないでしょうか？

介護疲れや不眠など困っていることがあれば、担当のケアマネージャーや桂川町地域包括支援センターにご相談ください。



下記の行為は、**虐待にあたります** **NO**

- ◆ たたく、つねる、殴る、ける、無理やり食事を口に入れるなど痛みを与える
- ◆ どなる、ののしる、悪口を言う、無視するなど心を傷つける
- ◆ 本人の合意なしに、財産や金銭を使用する
- ◆ 下着のままで放置する、人前でおむつ交換をするなど、性的な嫌がらせをする



■ 今月の体操 ■

★ 肩を大きく回す運動（深呼吸） ★

1. 浅く座ります
2. 背筋を伸ばします
3. 息を吸いながら両手を上げます
(1・2・3・4のリズム)
4. 息を吐きながら両手を下げます
(5・6・7・8のリズム)
5. これを**3回**繰り返します



注意点

・ 医師から禁止されている内容・痛みを伴う内容は、無理せず、可能な範囲で実施しましょう

【嘉飯地区 PTOTST 連絡協議会作成資料】