



ダメ！高齢者虐待

虐待の防止と早期発見

高齢者虐待は、誰もが直面する可能性のある複雑で困難な問題です。

虐待の背景には、さまざまな要因がありますが、高齢者と養護者の人間関係や価値観の違い、疾病や認知症の進行による介護量の増加など、家庭内では解決できない問題となって追い詰められる状況が少なくありません。

虐待は、家庭内で発生する傾向が多く、虐待を受けた高齢者は家庭内の問題として考え、誰にも相談できず、発見されにくい状況にあります。

高齢者や養護者が悩んで閉じこもりがちにならないよう、声を掛け合うなど、地域での支え合いが虐待の防止や早期発見につながります。

●虐待の防止や早期発見のために必要なこと

●高齢者や養護者を温かい目で見守り、日ごろからあいさつ



や声掛けなどをする。

●市や地域包括支援センター、担当のケアマネジャーなどに相談する。

●デイサービスやショートステイなど、介護保険サービスを利用し、介護の負担を減らす。

●家庭内だけで介護の問題を抱え込まない。

●介護のストレスをためないよう、休息を取る。

『何かおかしい』

『どうしたらいいんだろう？』

そう思った時は、お気軽に相談窓口ご連絡してください。

▼高齢者虐待に関する相談窓口

高齢・介護グループ（☎⑧⑤720）、または地域包括支

援センターあおい（☎⑧③0511）・ゆのか（☎⑧⑧210

6）・けいあい（☎⑧②5005）

5）

5）

人が輝き まちがときめく

仲間たち

Group

テニスサークルたんぽぽ



健康づくりや楽しくプレーすることを第一に活動しています

『テニスサークルたんぽぽ』は、テニスを通して、体力の維持やストレスの解消、仲間づくりを図ろうと、約20年前に室蘭市で開かれたテニス講習会の受講者を中心に結成されました。

現在、会員は30歳代から70歳代までの20人。毎週月・土曜日、岡志別の森運動公園テニスコートに集まり、プレーを楽しみながら、さわやかな汗を流しています。

「大会への出場を目指し練習に励む会員もいますが、会では健康づくりや楽しくプレーすることを第一に活動しています」と話すのは、代表の鹿原徳子（かばら のりこ）さん。

「年2回、苫小牧やニセコで1泊2日の合宿を行っている



ます。合宿中はゲームさんまいですが、懇親を兼ねているので、皆さんは毎回楽しみにしているようです」と、鹿原さんは活動の内容を話してくれました。

7月に入会した瀧井敏彦（たきい みのひこ）さんは、「硬式テニスは、約10年前に初心者テニス教室（文化・スポーツ振興財団主催）で学びましたが、より多くの仲間とプレーを楽しみたいと思いい入会しました。テニスの魅力は、自分の会心のショットが決まったときの快感で、忘れられません。会の雰囲気も和気あいあいとして楽しく、これからも長く活動を続けていきたいですね」と笑顔で話してくれました。

問い合わせは、鹿原さん（☎⑧⑤6790）まで。