

高齢者の「あんしん」を みんなで守りましょう！

「あれ!？」と思ったら声かけ・相談

☎長寿課 ☎22-1361
地域包括支援センター ☎22-1466

積極的に動きましょ！

日本は、高齢化率（65歳以上の人口比率）が25・7%と、2位のイタリアに4ポイント以上差を付けて世界一です。年を追うごとに介護保険の要介護認定率は上昇しますが、急激に高まる年齢が75歳といわれています。白石市の75歳以上の方は、6人に1人（平成27年3月末時点で約5,900人）となっていて宮城県内でもその割合は上位にあります。

多くの高齢者は、多少なりとも膝や腰などの痛み、認知症の発症など心身に悩みを抱え生活しています。また、それを支える家族も同様に不安を持ちながら生活されていると思います。これは、一つの原因として、最近いわれるようになってきた生活不活発病（身体や頭などを動かさなくなることでおきるさまざまな病気「動かさないと動けなくなる」）によるところが大きいと思われる。

「可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるた



みやぎ蔵王白石スキー場 早割シーズン会員募集

| | 販売期間 | |
|-----|---------------------|----------|
| | 12月18日まで | 12月19日から |
| 大人 | 28,000円 | 33,000円 |
| こども | 17,000円（中学生以下） | |
| シニア | 28,000円 | |
| ユース | （シニア：60歳以上 ユース：高校生） | |

※子どもは無料レンタル付きです。
詳しくはお問い合わせください。

☎同スキー場 ☎24-8111

第13回 秋の検断屋敷まつり

- 日時 11月8日(日)10:30～
 - 場所 小原材木岩公園
 - 内容 地場産リングつかみ取り大会、地場産リング皮むき大会など。
- ☎小原公民館 ☎29-2031

臨時福祉給付金申請書受付の締め切りについて

申請期限：平成27年12月10日(木)

☎福祉事務所 ☎22-1551

■申請方法

①郵送申請

申請書に免許証、通帳の写しなど必要書類を添付のうえ郵送してください。※切手と封筒はご自身で用意してください。

●郵送先 〒989-0231 白石市福岡蔵本字茶園62-1 白石市総合福祉センター内「臨時福祉給付金」窓口担当

②窓口申請

- 時間 9:00～16:00（平日のみ）
 - 場所 福祉事務所（総合福祉センター内）
- ※詳しくは、広報しろいし8月号25ページをご覧ください。

平成26年4月から消費税率が8%に引き上げられましたが、所得の低い方々への影響を考慮し、暫定的・臨時的な措置として、臨時福祉給付金（1人6,000円）を支給しています。支給には申請が必要です。期限内に必ず申請してください。

■支給対象者

平成27年1月1日時点で住民票が白石市にあり、平成27年度分の市民税（均等割）が課税されていない方。※現時点で死亡されている方や、ご自身を扶養している方が課税されている場合や生活保護制度の被保護者などは支給対象となりません。

第37回 白石市農業祭 ～おいしい秋み～つけた！～

開催日時 11月7日(土) 9:00～16:00
8日(日) 9:00～15:00

第1会場 ホワイトキューブ
第2会場 JAみやぎ仙南 白石地区営農センター

☎農林課 ☎22-1253
JAみやぎ仙南白石地区営農センター ☎25-3531

市内の農産物が大集合！

「おいしい秋み～つけた!!」を合言葉に、新米や新鮮野菜・果物などをお手ごろ価格で販売するほか、もちつきやステージ発表など楽しいイベントが盛りだくさん！白石産新米すくいどり、もちまき、緑化木プレゼントなどにも注目！

イベント情報

- ①農産物コンテスト、②農業と農協展、③すてきな暮らし展、④森林組合まつり、⑤登別市・海老名市・白石市物産展、⑥書写・絵画展、⑦ステージイベント（太鼓、合唱など）、⑧スタンプラリー など

ご来場者記念
プレゼント!!
白石産新米すくいどり
プレゼント開始時間/10:00～
※お一人様1回限り。
※9:30から整理券を配布します。

両日先着
250名様に

2015 第37回 白石市農業祭
おいしい秋み～つけた!!
とき 11/7(土) 8(日)
ところ 第1会場 ホワイトキューブ (白石市文化体育活動センター) 第2会場 JAみやぎ仙南 (白石地区営農センター)
主催:白石市・JAみやぎ仙南
協賛:登別市・海老名市・白石市物産展 市内農業展示会
※「広報しろいし」と一緒に配布するチラシも、あわせてご覧ください。

めに！」常に読み書き、運動などを心がけ、積極的に地域や社会活動に参加することが介護予防へつながります。

介護疲れはありませんか

高齢者の介護は、長期化したり、介護する側が少子高齢化の影響を受けて負担が大きくなったり、考える以上に大変なことです。

介護者の心身の疲労から「虐待」につながってしまうことがあります。

そのようなときは、一人で抱え込まないで、市の地域包括支援センターや専門の方に相談しましょう。

高齢者の「あんしん」って どんなこと？

高齢者の介護は、「自分がやらなければ」という責任感が介護者の負担を増大させ、虐待につながってしまうケースも少なくありません。

介護者が、一生懸命介護していても病気など的高齢者自身が「疎外されている」と感じてしまう場合もあります。では、どんなことが「高齢者虐待」といわれるのでしょうか。

一度チェックしてみてください。

の項目に心当たりがありましたら、ご相談ください。

- ①身体的虐待
たたく、つねる、蹴るなどの暴力やベッドにしばったり外部との接触を意図的に遮断したり、意図的に薬を過剰に飲ませたりすること。
- ②心理的虐待
排泄などの失敗を威圧的な言葉や態度で脅したり、無視や嫌がらせによって精神的苦痛を与えること。
- ③経済的虐待
必要なお金を渡さない、使わせない。本人の年金や預貯金などの財産を本人の合意なしに使用してしまうこと。
- ④性的虐待
懲罰的に下半身を露出して放置することやわいせつな行為をすること、または、させること。
- ⑤介護の放棄
長時間、水の補給や食事、入浴などの世話をしないで、栄養不足や衛生状態を悪化させること。

高齢者と家族の幸せのために

- 地域住民だからできる取り組みもあります。
- 皆さんの地域に人権や生活、健康などが守られていないと思われる高齢者はいませんか。次
1. 家族が介護でとても疲れている。
 2. 介護や病気について相談する人がいないようだ。
 3. 高齢者を訪ねると家族にいやがられたり、会わせてもらえない。
 4. 昼間でも雨戸が閉まっている。
 5. 家の周囲にゴミが放置されていたり、異臭がする。
 6. 郵便受けが新聞や手紙で一杯になっている。
 7. 介護が必要なのにサービスを利用している様子がない。
 8. あざや傷があるのに理由を聞いてもはっきりしない。
 9. 家の中から怒鳴り声や泣き声、大きな物音がする。
 10. 暑い日や寒い日、雨の日なのに高齢者が長時間外にいる。
 11. 高齢者が道路に座り込んだり、徘徊していることがある。
 12. 高齢者の服が汚れていたり、お風呂に入っていない様子がない。
 13. 最近、セールスや営業の車が来るようになった。
 14. 家族がいるのに、いつもコンビニなどで一人分のお弁当を買っている。
- みんなで支え合い明るい地域をつくりましょう。