

栃木いのちの電話公開講座
「涙も笑いも、力になる」

- ▼日時 9月13日(日)午後1時～2時30分(開場午後0時30分)
- ▼場所 ホテルマイステイズ宇都宮11階グランドボールルーム(宇都宮市東宿郷2-4-1)
- ▼講師 副島賢和氏(昭和大学大学院准教授)
- ▼参加費 無料
- ▼定員 150人(先着順)
- ▼申込方法 氏名、電話番号、参加人数等を明記の上、電話、ファクシミリ、電子メール、ハガキのいずれかで申込み

- ▼申込み・問合せ
栃木いのちの電話事務局
☎028-622-7970
FAX028-902-1030
〒320-8508
宇都宮市若草1-10-6
☒tdi1999@maple.ocn.ne.jp

みんなで考えよう高齢者虐待のこと

高齢者に対して心身を傷つけるような言動や、人権侵害をすることを「高齢者虐待」と言います。

高齢者虐待防止法では生命または身体に重大な危険がある虐待を発見した方は通報する義務があると定めています。早期に発見し早期に対応することで、虐待の深刻化を防ぐことができます。虐待を受けている方、虐待していると思われる行為を見たら、あるいは介護などをしていて、ストレスがたまり虐待をしてしまう心配があるという方は、ご連絡ください。いただいた情報や秘密は守ります。

＜虐待の種類＞

▼身体的虐待 暴力的行為などで、身体に傷やあざ、痛みを与える行為や、外部との接触を意図的、継続的に遮断すること

▼心理的虐待 脅しや侮辱などの言語や威圧的な態度、無視、嫌がらせ等によって精神的、情緒的に苦痛を与えること

▼性的虐待 本人が嫌がる性的行為や、裸で放置すること

▼経済的虐待 本人の合意なしに財産や金銭を使用し、本人の希望する金銭の使用を理由なく制限すること

▼介護の放棄・放任(ネグレクト) 意図的であるか、否かを問わず、介護や生活の世話を行っていない者が、その提供を放棄または放任し、結果として高齢者の生活環境や、高齢者自身の身体・精神的状態を悪化させていること

▼問合せ

- 保健福祉課地域支援係
☎76910
- 那須町地域包括支援センター
☎1138

食中毒の予防のために

毎年夏期は、腸管出血性大腸菌(0-157、0-111など)

やカンピロバクター、サルモネラ属菌など細菌による食中毒が多く発生しています。次のポイントに注意して食中毒を予防しましょう。

- ▼食品の購入のポイント
・消費期限などを確認し、新鮮な物を購入しましょう。
- ▼食品の保存のポイント
・表示されている保存方法を守りましょう。
- ・冷凍、冷蔵しても細菌が死ぬわけではない。購入した食

品は早めに使い切るようにしましょう。

▼調理と食事のポイント
・生野菜はよく洗ってから食べましょう。

・加熱は十分に行いましょう。肉や魚は中心部を75℃で1分以上の加熱が目安です。

▼器具や手の消毒のポイント
・調理前や食事前には必ず手洗いをしましょう。

・包丁やまな板、布巾などは使い終わったらすぐに洗いましょう。

▼問合せ 県北健康福祉センター生活衛生課食品衛生担当
☎0287-22-2364

視覚障がい者パソコン教室のご案内

視覚障がい者がパソコン操作に必要な基礎知識を身に付け、独力で情報を取得できるようサポートします。

▼日程・内容

- ①10月17日(出)「パソコンの文字入力をしてみよう」
- ②11月7日(出)「メールを使ってみよう」
- ③11月21日(出)「サビエ図書館を利用してみよう」
- ④12月5日(出)「ネットで動画やラジオ、辞書を検索してみよう」
- ⑤1月22日(金)「プレクストークの簡単な操作を覚えよう」

⑥2月6日(出)「インターネットを使ってみよう」

⑦2月19日(金)「iPhoneの簡単な使い方を学ぼう」

▼定員 ①～④⑥各回5人
⑤⑦各回2人

※付添い者同伴を原則としますが、1人での参加もできます。

▼場所 とちぎ福祉プラザ(宇都宮市若草1-10-6)

▼受講料 無料

▼募集期間 8月28日(金)まで

▼申込み・問合せ とちぎ視覚障害者情報センター
☎028-621-6208