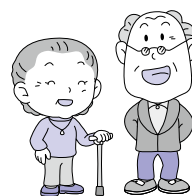




地域包括支援センターです

■ 問合せ 地域包括支援センター ☎ 47-8009
 地域包括サブセンター(今庄) ☎ 45-1170
 地域包括サブセンター(河野) ☎ 48-2260



防ごう！「高齢者虐待」～虐待の種類について①～

近年、家族などからの高齢者に対する「高齢者虐待」が増加し社会的な問題となっています。高齢者への虐待は家族などが「悪意をもって」虐待しているとは限りません。一生懸命に介護をしている家族などが心身ともに疲れてしまい、自覚のないまま虐待してしまう事が少なくありません。つまり、高齢者虐待は誰にでも起こりうる身近な問題です。

その中でも、一番多く発見される内容が「身体的虐待」です。「身体的虐待」は、体にあざや傷が残るため、比較的周囲が気づきやすい内容です。

地域包括支援センターでは、虐待の相談等を受けた際には高齢者自身の安否を確認するとともに、様々な関係機関と連携を図りながら、家族などへ虐待解消や発生防止に向けた支援を行っています。ご近所や地域で気になる方がいらっしゃる場合は、ご相談ください。

その1「身体的虐待」 こんなサインに気づいたら相談を！

- ★ 身体に小さな傷やあざが頻繁にみられる
- ★ 食べるのが遅いので、無理やり食事を口にさせる
- ★ 転落しないよう、ベットから降りられないようにする
- ★ 徘徊しないよう、家に閉じ込めておく
- ★ 夜にトイレに行かないよう、極端に水分を控えさせる
- ★ 言ったように動かないので、つい手が出たり怒鳴る など



介護、ひとりで悩んでいませんか？

介護について困ったときや不安なとき、身近で気になる方がいるときは気軽にご相談ください。相談は匿名でも構いません。また相談内容等、秘密は厳守されます。



南越前町伝承塾発

おっかちゃんの

ふたりの味の味



こんにちは。南越前町伝承塾です。私たちは、地域に代々伝わるおふくろの味を、次の代に残していくことを目的に活動しています。

今回も、季節にあったおいしい伝承料理を紹介していきます。

皆さんのご家庭でもぜひ試してみてください。

「たくあん煮」の作り方

【材料】

- ・たくあん 3本
- ・水 適量
- ・砂糖 適量
- ・醤油 適量
- ・サラダ油 少量

【作り方】

- ① たくあんは5〜7mmの厚さで輪切りにする。
- ② 切ったたくあんを水で煮て、沸騰したら2〜3回煮こぼす。

※「煮こぼす」とは材料を水で茹で、沸騰したらお湯だけを捨て、また水から茹でる作業を繰り返すことです。材料を柔らかくしたり、あく抜きをする効果があります。

- ③ たくあんの塩味が少々残る程度でザルに上げ、水気を切ったら、サラダ油で中火で炒める。
- ④ 油がたくあんの全体によく馴染んだら、砂糖、醤油を加えて味をつけてできあがり！

★ たくあんのお味はご家庭でそれぞれ！ご家庭のたくあんのお味に合わせて煮こぼす回数や調味料の量を調節して、お好みの味を見つけてください!!

