

あなたの体づくりを
応援します！



ウォーターランド通信

ウォーターランド南条 ☎ 47-3711

☆健康増進リフレッシュ事業で
気軽に運動を！

現代はストレス社会と言われて
います。定期的な運動は、スト
レス解消、体力向上はもとより、日
頃の生活に潤いと活力をもたらさ
してくれます。

ウォーターランド南条では、18
歳以上の町民の方(高校生除く)に
4回分の利用券(無料)を交付して
います。ぜひ、この機会に運動を
始めてみませんか。

なお、利用券の使用期限は平成
22年3月31日までです。

まずは、
ウォーターランド南条へ来館

交付申請書を記入
(運転免許証など町民であること
を証明できるものが必要です。)

利用券(4枚つづり)を交付

プール・トレーニングジム・
教室などを利用

利用後、アンケートを記入



☆よしみのホットヨガ教室
(講師：橋本 由美 先生)

10月2日(金)より毎週金曜日の午後
1時30分から開講します。
身体のバランスを整えましょう。



☆フラダンス教室
(講師：酒井 久仁江先生)

毎週月曜日の午後1時30分から開講
しています。
みなさん一緒に踊ってみませんか!!



高齢者の尊厳を守りましょう
～みんなで見守り隊③～

こんに
ちは

地域包括支援センターです

保健福祉課内 地域包括支援センター TEL 47-8009

虐待が起きる要因

人間関係

高齢者と
家族の性格や
ももとの
人間関係の悪さ。



経済的な問題

借金や浪費癖、
高齢者の年金に
依存した生活状態。

認知症の理解不足

家族や介護者が
認知症を理解していない、
または
受け入れられない。

介護者の心身状態

介護者が体調不良、
または精神的に
不安定な状態。

介護疲れ

介護負担による
ストレスの増大や
正しい介護知識の
不足。

どうして高齢者虐待が起きるの？
高齢者虐待は、高齢者と家族との間でとれていたバラ
ンスが、両者の心身の状態や性格、病气、経済困窮状態
などにより崩れ、そこに過去の複雑な関係が影響しあつ
て発生しています。また、これまでしっかりしていた高
齢者が認知症を発症することで、両者の力関係が逆転し
て起こる場合もあります。
虐待が発生する要因は、このようなことが単独で起こ
る場合よりも、いくつもの要因が複雑に絡み合っている
ことがあります。

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、
お気軽にご相談ください。

相談は匿名でも構いません。また、相談内容等の秘密は厳守されます。