

障害者を虐待から守り 自立や社会参加への支援を

問い合わせは
市障害者虐待防止センター ☎ 220-5722

障害者への虐待が私たちの身の回りで起きていることを、皆さんはご存知でしょうか？
今月から障害者虐待防止法が施行になりました。身体障害者や知的障害者、精神障害者（発達障害を含む）の権利や尊厳が虐待によって脅かされることを防ぎ、自立や社会参加を支援していくものです。

皆さんの身の回りで障害者への虐待があると気付いたときは、障害福祉課内市障害者虐待防止センターまで連絡をお願いします。

虐待の通報をした人などを特定する情報は、守秘義務により守られます。また、通報したことを理由にした解雇は禁じられています。

■障害者虐待の種類

- ・家族や同居人などの養護者による虐待
- ・障害者福祉施設や障害福祉サービスの事業所などで働いている職員による虐待
- ・障害者を雇用する事業主などによる虐待



障害者虐待の例		
種類	内容	サイン
身体的虐待	殴る、蹴る、必要がなく拘束するなど	体に傷やあざ、火傷の痕があるなど
性的虐待	わいせつな行為をする、行為をさせるなど	人に相談することをためらう
心理的虐待	悪口を言う、ののしる、脅す、わざと無視するなど	おびえる、泣く、叫ぶなどのパニックを起こす
放棄・放任（ネグレクト）	十分な食事を与えない、不衛生な環境で生活させる、必要な医療・福祉を受けさせないなど	同じ服を何日も着ている、空腹をひどく訴える
経済的虐待	本人の同意なしに、預貯金や年金、賃金を使う、財産を処分してしまうなど	日常生活に必要なお金が渡されていない

入学前に健康診断を受診して

問い合わせは 学校教育課 ☎ 898-5812

来年4月に小学校へ入学する児童（平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ）を対象に、就学前の健康診断を行います。実施時間などは、事前に各学校から郵送される健康診断通知書で確認を。病気などで指定された学校で受診できないときは、指定校と受診希望校の両方に連絡してください。通知書が届かない場合は問い合わせてください。
期日・学校＝右表のとおり



就学時健康診断		
期日	学校	
10月	18日(木)	上川淵小、嶺小、新田小、大胡東小、白川小
	19日(金)	勝山小、荒牧小、荒子小
	23日(火)	城東小、下川淵小、東小、駒形小
	24日(水)	桃井小
	25日(木)	元総社南小、大胡小、月田小
	29日(月)	細井小
	30日(火)	山王小、桂萱東小、元総社北小
11月	31日(水)	総社小、元総社小、大利根小、清里小、滝窪小
	1日(木)	敷島小、天川小、広瀬小、桃木小、桃川小、二之宮小、宮城小
	6日(火)	桂萱小
	7日(水)	岩神小、中央小
	8日(木)	桃瀬小、芳賀小
	9日(金)	若宮小、大室小、粕川小
	12日(月)	天神小
	13日(火)	中川小、筑井小、時沢小
	15日(木)	朝倉小、石井小
	16日(金)	城南小
20日(火)	原小	
27日(火)	永明小	

特定保健指導で生活習慣病を予防

問い合わせは 国民健康保険課 ☎ 220-5715

がんや脳卒中、心臓病などの生活習慣病は日本人の死亡原因の多くを占めています。これは医療費が増大する原因にもなっています。

生活習慣病を予防するには定期的に健診を受け、生活習慣を改善していく必要があります。40歳から74歳までの人は毎年特定健診を受け、体の状態をチェックしてください。特定健診の結果、生活習慣の改善が必要な人には特定保健指導を行っています。医師や保健師、管理栄養士などが個別にアドバイス。無理のない方法で健康な体を手に入れましょう。

特定健診と特定保健指導は医療保険者ごとに行っています。詳しくは加入している医療保険者に問い合わせてください。



がんの予防に検診を

問い合わせは 健康増進課 ☎ 220-5783

子宮頸がん^{けい}と乳がん(マンモグラフィ)の集団検診を行います。
日時・会場など＝右表のとおり
対象＝本年度未受診の女性。〈子宮頸がん〉20歳以上〈乳がん〉40歳以上、①の午前は先着60人、午後は先着80人②～④は先着各80人
用意する物＝受診シール
申し込み＝〈子宮頸がん〉当日会場へ直接〈乳がん〉①は10月15日(月)～11月16日(金)に健康増進課☎220-5783へ、②～④は10月17日(水)から各検診の1週間前までに大胡保健センター☎283-7311へ



INTERVIEW インタビュー

特定保健指導で生活習慣改善中
(左)町田 明弘さん 50歳(江木町)
(右)木村 浩さん 51歳(上泉町)

前橋保健センターで6カ月間の特定保健指導を受けている町田さんと木村さん。開始から3カ月が経過した時点で、町田さんが4.7kg、木村さんが3.6kgの体重減に成功しています。

自己流のダイエットと特定保健指導の違いは—

町田さん 専門知識をもった保健師や管理栄養士に指導してもらうことで、正しい食事や栄養の知識が身に付きました。体幹トレーニングなどの運動を教わってもらい、体に無理な負荷をかけずに運動できています。

木村さん グループ指導などで年上の方が頑張っていることも励みになりましたね。

これから始める人へのアドバイスをお願いします—

町田さん 体のケアは本当に大切。昼休みなどのちょっとした時間でもできる運動もあります。勇気をもって始めると、きっと続けるのが楽しくなりますよ。

木村さん 最初は軽くクリアできる目標を立て、手ごたえを感じながらやりましょう。まずは気軽な気持ちでスタートを切るとよいと思います。

子宮頸がん・乳がん集団検診		
期日	時間	会場
①11月18日(日)	〈子宮頸がん〉午後1時～2時 〈乳がん〉午前8時30分～11時、午後1時～2時	前橋保健センター
②11月15日(木)・16日(金)・19日(月)～22日(木)		大胡保健センター
③11月27日(火)・12月6日(水)・7日(木)	〈子宮頸がん・乳がん〉午後1時～2時	宮城保健センター
④12月11日(火)・12日(水)・14日(金)・18日(火)		粕川保健センター