

食べる力 は 生きる力 食育で心身の健康を育もう

国では毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」と定めており、全国各地でさまざまな食育推進運動が行われています。

市では6月30日まで、市役所結のひろばに特設ブースを設置し、食育に関するポスター展示やパンフレット、レシピを配付しています。

食育とは

食べ物や食事に関する知識を学び、食への興味関心を育むことで、人が一生を通じて健康的な食生活を送れるようにするための教育です。

6年3月に策定した市健康づくり21プラン(第4次)では、「食で育む 笑顔あふれる 八幡平市」を食育推進計画のスローガンにしています。

市は食育に取り組むことで、市民が正しい知識を身につけ、子どもから大人まで、全世代が健康的な食生活を実践し、心身の健康の増進と、豊かな人間性を育むことを目指しています。

できることから始めましょう

- 家族で楽しく食卓を囲む
- 1日3食食べる習慣を身に付ける
- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする
- 食べ残しをなくす
- 旬の食材を使って料理をする

あなたは野菜、足りていますか

指をかざすと自身の野菜摂取状況が分かる「ベジメータ」を使い、野菜摂取量の測定会を実施します。野菜摂取量を「見える化」し、野菜不足を解消しましょう。

日時	場所
6月26日(木) 午前9時から正午まで	道の駅にしね 生産物直売コーナー
6月26日(木) 午後2時から4時まで	市役所 結のひろば
6月27日(金) 午前10時から正午まで	ユニバース西根店 イートインスペース

保健のひろば

健康子ども課健康推進係
☎・内線1191

周囲の気付きが高齢者虐待の早期発見につながります



詳細はこちら

高齢者虐待の状況

高齢者の虐待防止のために制定された「高齢者虐待防止法」では、高齢者の養護者(高齢者の支援・介護をしている人、主に家族)に対する支援を重要なものと位置づけています。これは、養護者の介護ストレスや経済的な困窮などさまざまな要因による虐待が増加しているためです。

県内で受け付けた高齢者虐待の相談通報件数

	5年度	4年度	3年度	2年度
養護者による虐待の相談・通報件数	391	344	339	347
うち虐待と判断された件数	191	180	175	172
養介護施設従事者などによる虐待の相談・通報件数	9	25	18	8
うち虐待と判断された件数	5	11	4	3

高齢者虐待の種類

身体的虐待 暴力的行為で身体に痛みを与えたり、拘束して自分で動くことを制限したりする行為。

心理的虐待 脅しや侮辱などの言葉や態度、無視、嫌がらせにより、精神的に苦痛を与える行為。

介護の放棄・放任 介護者による介護の放棄・放任が原因で、高齢者の身体や精神状況を悪化させる行為。

経済的虐待 高齢者本人の合意なしに財産の処分をしたり、金銭を使用したりするなど、金銭的な不利益を与える行為。必要なお金を渡さないなどの行為。

性的虐待 排せつの失敗などに対して懲罰的に下半身を裸にして放置するなど、高齢者にわいせつな行為をしたりさせたりする行為。

高齢者とともに養護者も支援

あなたやあなたの身近な人が介護のことで悩んでいる場合は、市地域包括支援センターに相談してください。高齢者と養護者の両方が安心して生活できる方法を一緒に考えていきましょう。

介護の窓口

市地域包括支援センター
☎・内線1101