



# 健康応援隊!

## 「児童虐待」とは

本来、子どもを温かくまもり育てるべき親や親に代わる養育者が、子どもの心や体を傷つけ、すこやかな成長や発達を妨げる行為を言います。

親が「しつけ」と思っている、現実に子どもの心や体が傷つく行為であればそれは「虐待」になります。親の立場より子どもの立場で判断することが大切です。

### 虐待の種類

- ①身体的虐待・・・殴る、ける、異物を飲ませる、熱湯をかける、戸外に締め出すなど。
- ②性的虐待・・・性的な行為を見せる、強要するなど。
- ③養育の怠慢・拒否（ネグレクト）・・・食事を与えない、ひどく不潔なままにする、自動車内や家に置き去りにするなど。
- ④心理的虐待・・・ひどい言葉で傷つける、わざと無視する、他のきょうだいと差別するなど。



虐待は、経済的な問題、夫婦の問題、親自身の心や体の問題、子育てのストレスなどいろいろな理由が重なって起きています。虐待する親の中には、子どもを虐待してしまうことに悩んでいる親もいます。思いどおりにならない育児へのあせりやいらだち、不安感からつい子どもに手が出ます。子育てを取り巻く、周囲の人の温かいサポートが必要です。

今年度から始まる「こんにちは赤ちゃん事業」では生後4ヶ月までの赤ちゃんのいる家庭に、助産師等が訪問し、子育ての悩みを聞いたり、赤ちゃんの健康状態の確認をします。赤ちゃんが健やかに育つよう、子育て支援をしていきたいと思ひます。

(健康福祉課 保健師)



## 地域包括支援センターだより

みなさんは普段ご自分の足の裏を見ることはありますか？足の指や足裏は、体のバランスをとったり、ふんばったりするときに重要な働きをしています。転倒を予防するためには、足の指や足の裏の手入れをすることも大切です。今日は、「足いきいき体操」について紹介します。

### 足いきいき体操

\*体操はイスや床に座って行います。

①足首を大きく回します。

②足の指を親指から1本ずつ順番に、そらしたり曲げたりします。

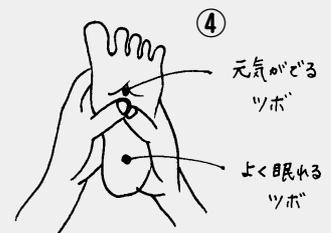
③5本の足の指を持ったまま足の裏をそらします。次に指を曲げ足の甲を伸ばします。

④足の裏を両親指を重ねて押します。



⑤こぶしで足の裏全体をトントンと軽くたたきます。

⑥足の甲からさすり上げ、足首からふくらはぎに向かってもみます。



足の手入れは、入浴後や就寝前、体操の前後に行うことをお勧めします。「足いきいき体操」を行った後は足がぼかぼかし体が温まりますよ。みなさんも1日1回「足いきいき体操」を行ってみてはいかがでしょうか。

### お待ちしております

ご意見・ご要望をお待ちしています。  
あて先 ●町長(直通)  
☎(84) 1550  
●企画財政課広報担当  
☎(84) 1111 (内線221)

### 5月の納税

軽自動車税	全期	町民税務課	税務G	内線252
保育料	5月分	健康福祉課	社会福祉G	内線237
学校給食費	1・2期	教育委員会	学校教育G	84-1462
自動車税(県税)	全期	一納付に便利な口座振替をご利用ください		

### 人口と世帯 (4月1日現在)

総人口	9,788人 (-20)
男	4,940人 (-10)
女	4,848人 (-10)
世帯数	3,025世帯 (+11)
※( )内は前月比	