

朝来市健康増進計画「健康あさご21」から…妊娠・出産期「安心して妊娠・出産を迎えられるようにしよう！」
妊婦さんへの思いやり～マタニティマークをご存知ですか～
～みんなで作ろう。未来のお母さんと赤ちゃんにやさしい環境～

マタニティマークとは？

妊娠中、特に初期は赤ちゃんの成長はもちろん、お母さんの健康を維持するためにとっても大切な時期です。しかし、外見からは妊娠しているかどうか判断しにくかったり、つらい症状があったりする場合もあります。また、お母さんは妊娠から子どもが3歳になるまでの期間、孤独を感じて子育てをしている人が多いと言われています。



マタニティマーク

そこで、妊産婦さんへの思いやりをマークにしたのが「マタニティマーク」です。
もしも、街や職場などで、このマークを付けてい

る妊産婦さんや子育て中のお母さんを見かけたら、電車・バス等で席を譲ったり、近くでの喫煙は控える等、皆さんからの思いやりのある気遣いをお願いします。

市では、母子手帳交付時にキーホルダーをお渡ししています。

このマタニティマークは、厚生労働省のホームページから自由にダウンロードできます。プリントアウトしたものをキーホルダーなどに添付してご利用ください。

<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/03/h0301-1.html>

■問い合わせ 市役所健康課(和田山保健センター)
☎ 672 - 5269

地域包括支援センターの



高齢者の虐待に気づいたら…

介護は、一人で抱えこんでしまうと介護疲れやストレスが大きくなりがちです。介護疲れがたまってくると、介護者は介護をしていると思っていても、当の高齢者にとっては『虐待』と感じるようなことがあるかもしれません。また、虐待をしていることの自覚があっても、さまざまな理由で自分では歯止めがきかなくなっていることもあります。

では、具体的にはどのようなことが虐待になるのでしょうか。

- たたく、つねる、ける、ベッドにしぼりつける。

- おむつ交換しない、劣悪な住環境の中に放置する。空腹、脱水、栄養失調のままにする。
- 怒鳴る、無視する、排せつなどの失敗に対して高齢者に恥をかかせる
- 下半身裸にして放置、性的行為を強要する。
- 本人のお金を渡さない、使わせないなどのようなことが虐待となります。

地域包括支援センターでは、高齢者の虐待の相談をお受けしています。虐待に気づいたときは、一人で抱え込んだり悩んだりせず、地域包括支援センターに相談してください。よりよい解決方法を一緒に見つけましょう。



■問い合わせ先
朝来市地域包括支援センター ☎ 672 - 4004

健康情報テレホンサービス (2月のテーマ)

月曜日	「目のかすみ」—白内障手術
火曜日	ストレスが原因で起こる歯科の病気
水曜日	家庭での血圧測定
木曜日	すい臓がんの早期発見と治療
金・土・日	最近の床ずれの治療について

※祝祭日は前日のテーマが流れます。

☎ 通話料無料 0120 - 979 - 451

兵庫県保険医協会
URL <http://www.hhk.jp>

「薬害肝炎救済法」に基づくC型肝炎ウイルス検査と相談

肝炎ウイルス検査は下記で実施しています。検査を受けるには、予約が必要です。

実施機関 県和田山健康福祉事務所
費用 無料

■問い合わせ先
県和田山健康福祉事務所健康増進課 ☎ 672 - 6870

<厚生労働省相談窓口>

専用フリーダイヤル ☎ 0120 - 509 - 002

平成20年2月29日まで 9時30分～20時(土・日・祝日を除く)

ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/>