

広島市の高齢者虐待の状況

養護者による高齢者虐待の状況

年度	相談・通報件数	虐待判断件数
平成30年度	261	148
令和1年度	318	174
令和2年度	276	137
令和3年度	320	150
令和4年度	379	195

虐待の内容

年度	被虐待高齢者数	虐待の種別（複数回答）				
		身体的虐待	介護等放棄	心理的虐待	性的虐待	経済的虐待
平成30年度	150	90	34	37	3	34
令和1年度	175	106	36	60	2	40
令和2年度	137	92	27	32	0	20
令和3年度	153	102	34	45	2	19
令和4年度	196	124	49	60	1	35

虐待の内訳（被虐待者からみた虐待者の続柄）

年度	虐待者数	夫	妻	息子	娘	息子の配偶者	娘の配偶者	兄弟姉妹	孫	その他
平成30年度	156	35	17	50	32	2	0	3	3	14
令和1年度	175	34	16	59	41	5	1	2	4	13
令和2年度	148	31	18	48	32	2	1	5	2	9
令和3年度	155	27	18	53	39	0	3	4	4	7
令和4年度	198	29	15	70	42	3	0	3	2	14

高齢者虐待のサイン

・身体的虐待のサイン

頭、顔、身体に傷やあざや火傷の跡がある。「怖いから家にいたくない。」などの訴えがある。

・心理的虐待のサイン

悪夢をみたり、眠ることの恐怖を訴える。おびえる、わめく、泣く、叫ぶなどの症状がみられる。

・性的虐待のサイン

不自然な歩行をしたり、座位を保つことが困難になる。生殖器の痛み、かゆみを訴える。

・経済的虐待のサイン

年金や財産収入があることが明白なのに、お金がないと訴える。

お金があるのに生活費の支払いができない。

・ネグレクトのサイン

身体からかなりの異臭がする。汚れた衣服や破れた衣服を着ている。栄養失調の状態にある。



気になる方がいたら地域包括支援センターにご相談ください

広島市三入・可部地域包括支援センター

☎082-516-6611

高齢者の総合相談窓口です
広島市三入・可部地域包括支援センター

包括だより

Vol.12

令和6年3月発行

三入・可部地域包括支援センターHPは、
こちらからどうぞ→



広島市安佐北区三入五丁目16番31号

☎082-516-6611

地域サロンにおじゃま



毎月第3木曜日、大林1丁目の大林寺で開催されている「むつみ会」さんに、昨年9月広島文化学園短期大学コミュニティ生活学科でネイルを勉強されている学生さんと先生が来られ、むつみ会参加の皆さんにネイルボランティアをされる機会がありました。

明るい色や、服装に合わせた色、少しキラキラした素材を装飾したり・・・学生の方と交流をされながら、皆さんの爪が素敵に仕上がり、お互いの爪を見せ合いながらお話も弾みました。

皆さんの爪も笑顔も
キラキラ☆



三入・可部中学校区では、現在33か所の地域サロンが運営されています。

各地域サロンで様々な活動をされていますので、ご興味のある方は当包括支援センターまでお問い合わせください。



知ってる？わたしたちの町で多い病気

三入・可部中学校区



運動器の障害

(骨折・脊柱管狭窄症など)



生活習慣病

(高血圧・糖尿病・高脂血症など)



その他疾患

(うつ病・パーキンソン病など)

R4年に包括に相談をされた方の疾患をランキングにしました。



フレイルとは

年齢とともに、心身の機能（働き）が低下し、要介護に陥る危険性が高まっている「虚弱な状態」のことです。

フレイルが進行すると病気やけがをしてしまい、介護が必要になるかもしれません。

そうなる前にフレイル予防を行って健康を取り戻しましょう！！

フレイルの予防・改善に重要なのは「栄養状態」「運動器の機能」「口腔の機能」の3つです。

今回はランキングの内容をふまえて、

「栄養状態」「運動器の機能」のフレイル予防を紹介します。

みんなでフレイル予防

栄養のフレイル予防

食事ので大切なことはバランスよく食べることです。

1日3食、3つのお皿（**主食**・**主菜**・**副菜**）をそろえるとバランスが整いやすくなります。

特に筋力を付けるためにも、たんぱく質が含まれている食品をとるように心がけましょう。

一から作ると大変なので、

缶詰や冷凍食品、レトルトをうまく活用しましょう。



主食：ごはん、パン、麺

主菜：肉、魚、卵、大豆製品

副菜：野菜、芋、海藻、きのこ

※包括にも自分の食事が偏っていないかをチェックできる「10食品群のチェック表」がございます。

お気軽にお問い合わせください。

運動のフレイル予防

日常生活で体を動かすために、意識して体を動かすことがフレイル予防につながります。近所には徒歩で移動したり、掃除や洗濯・料理などの家事を積極的に行う、家族や友人と外出するなど大切な運動です。

筋量や筋力は、いくつになっても維持・回復させることができます。そのためには、適度な筋力トレーニングを継続して行う必要があります。

※次のページに地域のサロンの様子を紹介しています。



元気 第4回 通いの場



たくさんの通いの場で色々な講座や体操が行われています

どんどん参加して地域を元気にしましょう！！



ペーパータワーに挑戦！！



可部南 サロン虹さん

脳トレ講座



服薬について研修を受けました



三入 南原いきいきサロンさん

服薬についての講座



三入 サロン部会さん
県立体育館より講師を招いて
運動講座

講座や講師については
包括支援センターにご相談ください



桐原 サロン桐の里さん
ペーパータワーとモルック体験

楽しい脳トレゲームです！
包括で貸し出し可能ですよ！

第9期広島市高齢者施策推進プランについて (令和6年度～8年度)

「広島市高齢者施策推進プラン」について、ご存知でしょうか。広島市では3年に1回、高齢者施策の総合的な推進と介護保険事業の円滑な実施を図ることを目的に作成されます。私たち、地域包括支援センターはこのプランをもとに下記の重点施策に取り組んでいきます。

重点施策1 健康づくりと介護予防の促進

健康寿命の延伸

重点施策2 見守り支え合う地域づくりの推進

住み慣れた地域で安心して暮らしていくための環境づくり

重点施策3 在宅医療の充実と在宅医療・介護連携の推進

医療や介護が必要になっても最期まで在宅で暮らすことができる環境づくり

重点施策4 認知症施策の推進

認知症の人やその家族にやさしい地域づくり



センター長 井田浩美