お知らせ

知っていますか？

「ケアラー」のこと

気付いてください。ケアラーであること。ケアラーの存在に。

問 長寿いきがい課（１階）☎561-2362、FAX561-2480

ケアラーとは

体や心の不調、病気、言語の違いなど、さまざまな理由で助けが必要な身近な人に対し、無償で介護や看護、日常生活の支援などを行う人たちです。

障害のあるこどもの子育て・障害のある人の介護をしている

健康不安を抱えながら高齢者が高齢者をケアしている

仕事と病気のこどもの看病で他に何もできない

仕事を辞めて一人で親の介護をしている

遠くに住む高齢の親が心配で頻繁に通っている

目を離せない家族の見守りなどのケアをしている

アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している

障害や病気の家族の世話や介護をいつも気にかけている

こんな思いを抱えていませんか

しっかり眠れない、自由時間がない、協力者がいない、孤立を感じている、相談先がないなど、悩んでいませんか。ケアは家族だけで担うものではなく、社会全体で支え合うものです。一人で抱え込まないで、相談してください。

©一般社団法人日本ケアラー連盟/
illustration:Izumi Shiga

高齢者についての相談

❖高穂地域包括支援センター（山寺町）
所 山寺町837番地（特別養護老人ホーム菖蒲の郷内）
問 ☎561-8143、FAX561-9524
担当学区・区 志津、志津南、矢倉

❖草津地域包括支援センター（草津三）
所 草津三丁目９番14号
問 ☎561-8144、FAX561-9525
担当学区・区 草津、大路、渋川

❖老上地域包括支援センター（矢橋町）
所 矢橋町885番地１
問 ☎561-8145、FAX561-9526
担当学区・区 老上、老上西

❖玉川地域包括支援センター（笠山一）
所 笠山一丁目１番46号（南笠デイサービスセンターあさひ内）
問 ☎561-8146、FAX561-9527
担当学区・区 玉川、南笠東

❖松原地域包括支援センター（上笠一）
所 上笠一丁目９番11号（上笠デイサービスセンター湯楽里内）
問 ☎561-8147、FAX561-9528
担当学区・区 山田、笠縫

❖新堂地域包括支援センター（志那中町）
所 志那中町25番地（北部デイサービスセンター常輝の里内）
問 ☎568-4148、FAX568-3529
担当学区・区 笠縫東、常盤

❖長寿いきがい課（１階）☎561-2362、FAX561-2480、✉choju@city.kusatsu.lg.jp

障害者についての相談

問 ・障害者福祉センター（西渋川二、渋川福祉センター２階）☎569-0351、FAX569-0354
・障害福祉課（１階）☎561-2363、FAX561-2480、✉shogaifukushi@city.kusatsu.lg.jp

ヤングケアラー（こどもや若者のケアラー）についての相談

問 ・こども・若者総合相談窓口（さわやか保健センター２階）☎561-0188、FAX561-6780、✉kodomo@city.kusatsu.lg.jp
（本人、家族、関係者からの相談（本人が18歳以上））
・家庭児童相談室（さわやか保健センター３階）☎561-2460、FAX561-6780、✉kateijido@city.kusatsu.lg.jp
（関係者からの相談（本人が18歳未満））

こどもたちの未来を守るためにできること

STOP！児童虐待

～11月はオレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン期間です～

問 ・県中央子ども家庭相談センター（笠山七）☎562-1121、FAX565-7235
・家庭児童相談室（さわやか保健センター３階）☎561-2460、FAX561-6780

地域の温かい見守りが、こどもたちの未来と笑顔を守ります！

オレンジリボン運動とは

「オレンジリボン運動」は、こどもへの虐待をなくすことを呼び掛ける市民運動です。オレンジ色は、こどもたちの明るい未来を表しています。オレンジリボン運動を通して、こどもの虐待の現状を伝え、虐待のない社会を築くことをめざしています。

子育ては孤立していませんか

子育ては、楽しいことばかりではなく、時には不安や大変さ、思い通りにいかない孤独感を伴うものです。「イライラしてこどもにきつく当たってしまった」「誰にも相談できずにつらい」そんなときは、一人で抱え込まず、周囲や専門窓口を頼りましょう。「子育てにやさしい社会」を地域全体で作ることが、何よりの虐待予防につながります。

見逃さないで！ こどもや家庭からの「SOSサイン」

「もしかして虐待？」と感じる次のようなサインへの気付きは、こどもの命や未来を救う大きなきっかけになります。

外見のサイン
- 殴られたようなあざや、不自然な外傷がある
- いつも汚れた服や、季節にそぐわない服を着ている
- 髪や体が極端に汚れていたり、異臭がしたりする

行動のサイン
- 小学生なのに夜遅くまで一人で遊んでいる、家に帰りたがらない
- いつも親の顔色をうかがい、おびえている様子がある

家庭の様子、周囲からのサイン
- 激しい泣き声が続く、日常的に激しく叱る声が聞こえる
- 物を壊したり叩きつけたりする音と一緒に、こどもの泣き声が聞こえる
- 幼いこどもが、家の外に閉め出されている
- 保護者同士が大きな声で怒鳴り合うなど、激しいけんかをしている

「あれ？」と思ったら、迷わず相談・通報を

「間違いかもしれない」「大げさになって迷惑を掛けたら…」とためらう必要はありません。通報した人の秘密は守られます。あなたの勇気が、こどもと悩んでいる保護者を救う第一歩になります。

問 児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189（いちはやく）（全国共通・24時間対応）
近くの児童相談所につながります