

# 11月は「児童虐待防止推進月間」です ～あなたの行動が子どもを守る～



## ●「児童虐待」とは？

児童虐待は、保護者や保護者に代わる養育者が、子どもの身体や心を傷つけ、健やかな成長などに重大な影響を与える行為です。種類は、「身体的虐待」、「心理的虐待」、「性的虐待」、「ネグレクト」に分けられます。

児童虐待をうけた子どもは、「自分を大切にしたい」という自尊心や、「頑張ろう」という意欲が低くなります。

虐待を防ぐためには、周囲がそのサインに気づき、早めに行動することが大切です。もし、気になることや、心配があれば、迷わず児童相談所や相談窓口にご相談ください。私たちの支えが子どもたちの未来を守る大きな力になります。

## ●気づいてほしいサイン ☒ ～あなたの周りにいないかチェック！～

あなたの近くにいる子どもや保護者にこのようなサインはみられていますか？

### <子どものサイン>

- ☐ いつも子どもの泣き叫ぶ声や、保護者の怒鳴り声がある。
- ☐ 不自然な傷や打撲のあとがある。
- ☐ 衣類や身体がいつも汚れている。
- ☐ 表情が乏しい、活気がない。
- ☐ 夜遅くまで一人で遊んでいる。

### <保護者のサイン>

- ☐ 地域などと交流がなく、孤立している。
- ☐ 小さい子どもを家に置いたまま外出している。
- ☐ 子どもの世話に関して無関心である。
- ☐ 子どものケガについて、不自然な説明をする。

もし当てはまるチェックがあれば、迷わず相談窓口ご連絡しましょう！

虐待を受けたと思われる子どもがいたら、子育てに悩む保護者がいたら、あなたが子育てに悩んでいたら……。相談窓口にご相談ください。

## 相 談 窓 口

|                                                                |                                                                   |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 児童虐待かもと思ったら、<br>児童相談所虐待対応ダイヤル<br>※お住まいの地域の児童相談所につながります。        | いちはやく<br><b>1 8 9</b><br>(通話料無料、匿名でも大丈夫です)<br>※一部のIP電話からはつながりません。 |
| ～子育てのこと等、相談したいときは…～<br>児童相談所相談専用ダイヤル<br>※お住まいの地域の児童相談所につながります。 | いちはやく おなやみを<br><b>0 1 2 0 - 1 8 9 - 7 8 3</b><br>(通話料無料)          |
| 生命の危険があるとき                                                     | 警察署110番に通報<br>郡家警察署 ☎72-0110                                      |
| 出産・子育て等に関する悩みがあるとき                                             | 八頭町保健課 ☎72-3566                                                   |
| LINE相談<br>(匿名でも相談ができます)                                        | 右記QRコードより友だち追加をして<br>ご利用ください。<br>※緊急の場合は189や相談専用ダイヤルを<br>ご利用ください。 |



## 11月の休日検診のご案内

平日の集団検診を受診できない方を対象に、休日検診を行います。ぜひこの機会に受診しましょう。



**検 診 日** 11月10日（日）

**受付時間** 8：30～10：00

**会 場** 郡家保健センター

| 検診の種類                                                | 必要なもの                                                                                          |
|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ・各種がん検診（胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺がん）<br>・肝炎ウイルス検査<br>・骨粗しょう症検診 | ◇がん検診受診券<br>※当日は、がん検診受診券がないと検診を受 けられませ<br>ん。紛失した場合は、事前に<br>保健課までお問い合わせくだ<br>さい。<br>※自己負担金は無料です |
| 特定健康診査<br>後期高齢者健康診査                                  | ◇特定健康診査受診券<br>◇後期高齢者健康診査受診券<br>◇保険証等<br>◇受診券に記載されている自<br>己負担金                                  |

**問い合わせ** 保健課 保健係 ☎72-3566

## 11月10日～16日は「アルコール関連問題啓発週間」です

11月10日から16日は「アルコール関連問題啓発週間」です。この期間は、アルコールが健康や生活に与える影響について、みんなで一緒に考える機会です。

飲みすぎやアルコール依存は、体や心に負担をかけるだけでなく、家族や周りの人にも影響を与えることがあります。無理をせず、困ったことや心配なことがあれば、早めに周囲に相談してみましょう。身近なサポートが、解決への大きな力になります。

「これ以上飲んではいけない」と思いながら自分ではコントロールできない、家族のお酒の飲み方に困っているなど、ご自身や周囲の飲酒行動で困ったら、一人で悩まずご相談ください。

毎月第2金曜日に、鳥取市保健所にて、家族教室、専門相談（予約制）を開催しています。まずはお相談ください。



**問い合わせ**

鳥取市保健所 心の健康支援室 ☎0857-22-5616  
八頭町役場 保健課 保健係 ☎72-3566

## 巡回検診（結核・肺がん、大腸がん検診）

結核・肺がん、大腸がん検診の巡回検診を行います。



**持 ち 物**

- ・がん検診受診券（5月下旬に郵送しています。紛失した場合は、保健課へお問い合わせください）  
※当日、受診券がないと検診を受けられません。
- ・肺がん（結核）巡回検診問診票
- ・大腸がん巡回検診問診票  
※問診票は必ず記入のうえお持ちください。

| 月 日          | 会 場         | 時 間         |
|--------------|-------------|-------------|
| 11/ 5<br>(火) | 八頭町役場 本庁    | 9:00～9:20   |
|              | 西御門川入口農道三叉路 | 9:30～9:50   |
|              | 池田作業場       | 10:00～10:10 |
|              | 土師百井二集会所    | 10:20～10:30 |
|              | 米岡集会所       | 10:40～10:50 |
|              | 河原駅前        | 11:00～11:10 |
|              | 石田百井公民館     | 11:20～11:30 |
|              | 因久山焼窯元駐車場   | 11:40～11:50 |

**問い合わせ** 保健課 保健係 ☎72-3566

## ～健康講座のご案内～

**日 時** 11月14日（木）14：00～15：30  
（受付13：40～）

**会 場** 郡家保健センター

**内 容**

この事業は、八頭町健康ポイントラリーの対象事業です。

●講演 14：00～15：00

「オーラルフレイル予防と口腔ケアについて」

※オーラルフレイルは、口腔機能の軽微な低下や食の偏りなどを含み、身体の衰え（フレイル）の一つです。

**講 師** 岸本歯科医院  
歯科医師 岸本匡史さん

●口腔ケア体験 15：00～15：30

**講 師** 歯科衛生士 石井奈美さん

正しいブラッシング・歯科用補助清掃器具の使い方が確認できます！

\*出前図書館あり

\*前日までにお申し込みください

**申込み・問い合わせ**

保健課 保健係 ☎72-3566