



こんなことも虐待になるの？



11月は、**児童虐待防止推進月間**です。子どもには適切な教育を受け、健やかな成長・発達や自立が保障される権利があります。

■ 虐待と“しつけ”の違い

虐待

大人が感情的に子どもをコントロールすること

しつけ

感情的にならずに、子どもをさすとすことや、褒めること、時には感謝を伝えること

「しつけ」は、

子どもが自分で社会生活を送れるように導くことです。



子どもは、頑張りを認められたことで自分に自信が持てたり、できなかったことに挑戦するといったやる気にもつながります。子育てのしんどさなど、一人で抱え込まないよう、お気軽に「こども家庭センター楓」にご相談ください。

【お問い合わせ先】

こども家庭センター楓（健康福祉課内）
☎22-3115

日常に潜む虐待の例

身体的虐待

- ・反省のために長期間正座させる
- ・転倒すると危険だからと紐で縛り付ける
- ・部屋から出られないように鍵をかける

心理的虐待

- ・子どもの目の前で家族に暴力をふるう、悪言を吐く
- ・何度も同じことを聞いてくるので無視する
- ・産まれてきたことを否定する

性的虐待

- ・排泄行為を失敗するので下着やズボンを履かせない
- ・わいせつな画像を見せたり、言葉浴びせる
- ・裸を撮影してSNSに投稿する

ネグレクト

- ・必要な医療を受けさせない
- ・食事や水分を十分に与えない
- ・自動車の中に置き去りにする
- ・夜間子どもだけで家に放置する

虐待が子どもに与える影響

精神的な問題の発生



攻撃性の増加



親子関係の悪化



反社会的な行動の増加



点眼薬の正しい保存方法

点眼薬をもらった際に冷所で保存するか、または遮光するように言われたことはありませんか？

これらの保存方法の指示がある理由としては、日光や温度などにより薬の効果が減弱する場合があります。そのため使用後は遮光袋に入れたり、冷蔵庫などに保管することで、薬の効果を保つことができます。ただし、冷凍庫には入れないようにしてくださいね。

また冷所保存の指示がない点眼薬を冷蔵庫に入れると、液体が結晶化してしまうものもあるので注意しましょう。



11月の無料健康相談日

10日(日)、17日(日)です。

どうぞ、気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】

調剤薬局技術センター 高橋 弘季
☎22-1000



子育て通信

内容	日時	場所	お問い合わせ
4か月児・7か月児健診	11月13日(水) 対象者に個別通知	窪川地域子育て支援センター	健康福祉課 ☎22-3115
赤ちゃん相談	11月19日(火) ※1	9:30~11:30 大正地域子育て支援センター	大正町民生活課 ☎27-0112
3歳6か月児健診	11月20日(水) 対象者に個別通知	四万十町役場本庁東庁舎	健康福祉課 ☎22-3115

※1 「健康カレンダー」から変更になっています。



健康検査・がん検診

内容	日時	場所	お問い合わせ
乳がん検診	11月24日(日) 8:30~11:30 13:00~16:00	四万十町役場本庁東庁舎	健康福祉課 ☎22-3115
子宮頸がん検診	9:00~11:00 13:00~15:00		
結核・肺がん、大腸がん、 特定健診、後期高齢者健診、 若者健診	11月26日(火) ※2	8:30~9:30 13:00~13:30	十和町民生活課 ☎28-5112
	11月27日(水) ※3	13:00~13:30	
結核・肺がん、大腸がん、 胃がん、特定健診、 後期高齢者健診、若者健診	11月27日(水) ※3	8:30~9:30	十和地域振興局
結核・肺がん、大腸がん、 胃がん、前立腺がん、特定健診、 後期高齢者健診、若者健診	12月1日(日)	8:00~10:30	四万十町役場本庁東庁舎 健康福祉課 ☎22-3115
結核・肺がん	12月10日(火)	午前中巡回	興津~東又~仁井田~松葉川 ~立西~役場

※2 ※3 延期となっていた8月29・30日の健診の振替実施です。対象者には回覧文書や個別案内でお知らせしています。



からだに
いいはなし

骨は大切ですよその2



2/3

先月号では、骨の強さをみることが出来る骨塩定量検査があることをお伝えさせていただきました。

骨粗しょう症の診断に必要な検査です。

皆さんもご存じのとおり、骨粗しょう症は、骨がもろくなり骨折の危険性が高くなる病気です。

特に背骨の骨折（胸腰椎の圧迫骨折）や足の付け根の骨折（大腿骨頸部骨折）の危険性が高く、それにより痛みが持続したり、歩けなくなり寝たきりになる可能性があります。

また、骨がもろくなること自体が寿命を縮めるとも言われています。

骨粗しょう症患者は、女性に多く、閉経を迎える50歳前後から急激に骨がもろくなり60代の約2人に1人、70代の約7割が骨粗しょう症と言われています。

骨粗しょう症にはさまざまな治療方法があり、骨粗しょう症と診断されたら、早めの治療をお勧めします。

当院の骨塩定量検査は5分程度で、寝ているだけで痛みもありません。また骨折を起こしやすい腰や足の付け根の骨に、少ないX線を利用し簡単に検査ができます。骨の強さ（密度）を測るのにDEXA（デキサ）法を用いて検査を行っています。

現在、さまざまな骨密度を測定する方法がありますが、DEXA法は最も信頼の高い測定方法であり、骨粗しょう症診断基準でもDEXA法を用いて計算することが推奨されています。

四万十町国保大正診療所 徳橋理紗・岩本啓寛・大川剛史