

介護の悩みを、ひとりで抱えていませんか？高齢者虐待を防止しましょう

お知らせ

高齢者の介護は長期化すると、介護者の精神的な負担や身体的な疲労が大きくなり、自覚がないままに虐待につながる場合があります。

介護に疲れを感じたり、認知症の方の介護に悩んだら、一人で悩まずに、ケアマネジャーや地域包括支援センターなどに相談しましょう。

無意識のうちにしていませんか？これらは全て虐待に該当する可能性があります。

- ☐ 言うことを聞かないので、大声を出して叱ったり、怒鳴ったりすることがある
- ☐ 年金や貯金通帳を管理し、本人に無断で使っている
- ☐ 排泄や入浴の世話をせずに、放置している
- ☐ トイレの失敗が多いので、水分をあまり取らせないようにしている

など



虐待を防止するためにできること

- 介護保険サービスを利用する
必要に応じて、デイサービスやショートステイなどの介護保険サービスや、町の高齢者福祉サービスなどを利用しましょう。介護者が、自分のための「ゆとり」をもつことも大切です。
- 認知症について知る
虐待を受けている高齢者の多くに認知症の症状がみられています。認知症について正しく知ること、落ち着いて対応することが可能となり、介護にかかる負担も軽減されます。
- 地域で見守る
高齢者虐待の早期発見には、高齢者の身近にいる方の「気づき」が非常に重要です。介護が必要な高齢者のいる家庭が、孤立したり閉じこもりがちにならないよう、地域での見守りや声掛けが大切です。



「もしかして虐待かも」と感じたら、ためらわずに右記までご相談ください。

もちろん、介護を受けている高齢者本人が相談することも可能です。

守秘義務により、通報・相談いただいた方の個人情報漏れることはありません。

令和7年度 権利擁護講演会
「もし、認知症になったらとき…」

- 日 程 12月12日(金)
- 時 間 14:00～15:30(受付13:30～)
- 場 所 役場 東庁舎(警察側)
1階多目的大ホール
- オンライン会場
十和地域振興局 2階ホール
- 講 師 くもん社会福祉士事務所 公文 理賀さん

四万十町権利擁護講演会

あなたも、わたしも

もし認知症になったらとき…

認知症の方は、気持ちをうまく伝えられなくなること、本人も周りの人も気が付かないうちに、不当な扱いを受け、権利が十分に守られなくなることがあります。これを未然に防ぐためには、家族や地域の理解と協力が不可欠です。

認知症になっても、自分らしく暮らせる地域へ。本人の思いを大切にしながら、私たちにできることを一緒に考えてみませんか。

日時 令和7年12月12日(金)
14時00分～15時30分(受付:13時30分～)

会場 四万十町役場 東庁舎(警察側)1階 多目的大ホール
《オンライン会場》十和地域振興局 2階 ホール

講師 くもん社会福祉士事務所
社会福祉士 公文 理賀 氏

社会福祉士・精神保健福祉士・介護支援専門員・保健士
病院ソーシャルワーカー経験を経て、2013年から10年間、地域包括支援センターに社会福祉士として勤務。
2006年より社会福祉士として介護老人を支援。
現在は専門性の知識、大学後援施設等に就任するとともに、福祉分野の発展として「福祉フェス」に講師として、ソーシャルワーカーを指導して活動されています。

参加無料
予約不要

【お問合せ先】
四万十町役場 高齢者支援課
地域包括支援センター
地域包括支援センター大正支所
地域包括支援センター十和支所

☎22-3385 (門脇)
☎227-1212 (岡村)
☎228-5518 (堀本)

お問い合わせ先

- 高齢者支援課 ☎22-3900
- 地域包括支援センター ☎22-3385
- 地域包括支援センター大正支所 ☎27-1212
- 地域包括支援センター十和支所 ☎28-5518

2025 四万十町 新規採用職員紹介

10月1日付で新たに四万十町職員となった看護師をご紹介します。
※撮影時のみマスクを外しています。

おかだ ひわ
岡田 日和 (大正診療所 看護師)

四万十町出身の私は、これまで高知市で病院・訪問看護に従事していました。今までの経験を生かし、医療に限らず地域全体で一人一人の人生に寄り添い、支えていける一つの力になれるよう尽力いたします。
よろしくお願いいたします。



「国民年金保険料控除証明書」発送と「ねんきんネット」の便利な使い方

お知らせ

令和7年中に国民年金保険料を納付した方へ社会保険料(国民年金保険料)控除証明書を送付します。

国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象となります。年末調整や確定申告で社会保険料控除を申告する際には、日本年金機構から届く「控除証明書」が必要となりますので、大切に保管してください。なお、マイナンバーから電子データ※で受け取ることも可能です。(※要申請)
万が一紛失した場合は、高知西年金事務所で証明書の再発行の手続きができます。

	対象者	送付予定日	
		郵送	電子データ
1	令和7年1月1日～9月30日までの間に納付した方	10月下旬～11月上旬	10月中旬～下旬
2	令和7年10月1日～12月31日までの間に納付した方(1の対象者を除く)	令和8年2月上旬	令和8年1月下旬



日本年金機構
HP

次回年金相談のお知らせ

- 日 時 12月3日(水) 10:00～15:00(12:00～13:00までを除く)
- 場 所 役場 西庁舎(駅側) 1階会議室1A
希望される方は高知西年金事務所へ予約をお願いします。
※時間帯によっては定員に達している場合もございます。



11月30日(いいみらい)は「年金の日」です

ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか？

「ねんきんネット」では、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、ご自身の年金記録からさまざまな条件を設定した上で、年金見込額の試算をすることもできます。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。



ねんきんネット

お問い合わせ先

- 高知西年金事務所 ☎088-875-1717
※お問い合わせの際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご用意ください。
- 町民課 ☎22-3117
- 大正町民生活課 ☎27-0112
- 十和町民生活課 ☎28-5112