

## 白石城

11月の休館日 無休  
開館時間 9:00~16:00 ☎24-3030



■白石城菊花展  
市民の皆さんが愛情を込めて育てた美しい菊花をご観覧ください。  
●開催期間 11月15日(火)まで  
●場所 歴史探訪ミュージアム前  
■白石城～秋の装い～



色鮮やかな紅葉に彩られた白石城をお楽しみください。  
■歴史探訪ミュージアム  
レストラン新メニュー続々登場!



伊達鶏うどん (700円)



新キャラクター麺 (700円)

皆さん、ぜひ一度ご賞味ください。

ホワイトキューブのアリーナやトレーニングルーム一般開放の日程は、ホームページまたはキューブ窓口までお問い合わせください。  
<http://www.shiro-f.jp/whitecube>

## ホワイトキューブ

11月の休館日 2・9・16・24・30日 開館時間 9:00~21:45 ☎22-1290



■サーカスコンサート  
●日時 12月11日(日)15:00開演  
●場所 ホワイトキューブホール  
●料金 全席指定 3,000円  
※チケット絶賛発売中!  
■明治学院バツハアカデミー & キューブ合唱団パイオルガンコンサート



●日時 11月19日(土)16:00開演  
●場所 ホワイトキューブホール  
●料金 一般 2,000円  
高校生以下 1,000円  
※チケット絶賛発売中!

■Fリーグ公式戦  
ヴォスクオーレ仙台vsバサジィ大分  
11月3日からチケット発売開始!



●日時 12月18日(日) 13:00キックオフ  
●場所 ホワイトキューブアリーナ  
●料金 一般 1,800円  
中学生以下 500円  
※詳しくはキューブホームページをご覧ください。

■11月の主なイベント情報  
【第38回白石市農業祭】  
●開催日 11月5日(土)・6日(日)  
【東北クラブバスケットボール選手権大会】  
●開催日 11月19日(土)・20日(日)

## スパッシュランドしろいし

11月の休館日 2・9・16・24・30日 開館時間 10:00~20:00  
最終入館 19:00 ☎29-2326

■第25回スパッシュランドしろいし水泳大会



●開催日 11月27日(日)  
※大会終了まで、プール・トレーニングルームは利用できません。

■レストラン情報  
土・日・祝日はレストラン営業中!  
平日は13:30まで、ホカホカのお弁当(500円)を販売しています。

■宴会承ります!

1人3,000円(10人以上、送迎・専用貸室・料理・岩風呂・カラオケ1時間を含む)で承ります(飲物代別)。ご利用の際はお問い合わせください。



# 高齢者の権利を守りましょう!

～高齢者が「あんしん」して「いきいき暮らす」ために～

☎長寿課 ☎22-1361  
地域包括支援センター ☎22-1466

積極的に動きましょ!

日本は、高齢化率が世界一の国です。

年を追うごとに介護保険の要介護認定率は上昇しますが、急激に高まる年齢が75歳といわれています。白石市は県内でもその割合は上位にあります。

多くの高齢者は、多少なりとも膝や腰などの痛み、認知症の発症など心身に悩みを抱え生活しています。また、それを支える家族も同様に不安を持ちながら生活されていると思います。これは、一つの原因として、最近いわれるようになってきた生活不活発病(身体や頭などを使わなくなることでおきるさまざまな病気「動かさないと動けなくなる」)によるところが大きいと思われる。

「可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるために!」常に読み書き、運動などを心がけ、積極的に地域や社会活動に参加することが介護予防につながります。



高齢者の「あんしん」ってどんなこと?

高齢者の介護は、「自分がやらなければ」という責任感が介護者の負担を増大させ、虐待につながってしまうケースも少なくありません。

介護者が、一生懸命介護していても病気など的高齢者自身が「疎外されている」と感じてしまう場合もあります。

では、どんなことが「高齢者虐待」といわれるのでしょうか。一度チェックしてみてください。

①身体的虐待  
たたく、つねる、蹴るなどの暴力やベッドにしばったり外部との接触を意図的に遮断したり、意図的に薬を過剰に飲ませ拘束すること。

②心理的虐待  
排遣などの失敗を威圧的な言葉や態度で脅したり、無視や嫌がらせによって精神的苦痛を与えたりすること。

③経済的虐待  
必要なお金を渡さない、使わせない。本人の年金や預貯金などの財産を本人の合意なしに使用してしまうこと。

④性的虐待  
懲罰的に下半身を露出して放置することやわいせつな行為

をすること、または、させること。

⑤介護の放棄  
長時間、水の補給や食事、入浴などの世話をしないで、栄養不足や衛生状態を悪化させること。



高齢者と家族の幸せのために地域でできる見守り

地域住民だからできる取り組みもあります。皆さんの地域に人権や生活、健康などが守られていないと思われる高齢者はいませんか。次の項目に心当たりがありましたら、ご相談ください。

1. 家族が介護でとても疲れている。
2. 介護や病気について相談する人がいないようだ。
3. 高齢者を訪ねると家族にいやがられ、会わせてもらえない。
4. 昼間でも雨戸が閉まっている。
5. 家の周囲にゴミが放置される

6. 郵便受けが新聞や手紙で一杯になっている。
7. 宅配物や郵便物が頻繁に届くようになった。
8. 最近、見知らぬ訪問者が次々とやって来て、不自然な仕事を繰り返している。
9. 介護が必要なのにサービスを利用している様子がない。
10. あざや傷があるのに理由を聞いてもはっきりしない。
11. 家の中から怒鳴り声や泣き声、大きな物音がする。
12. 暑い日や寒い日、雨の日などに高齢者が長時間外にいる。
13. 高齢者が道路に座り込んだり、徘徊したりしていることがある。
14. 高齢者の服が汚れていて、お風呂に入っていない様子がない。
15. 家族がいるのに、いつもコンビニなどで一人分のお弁当を買っている。



みんなで支え合い明るい地域をつくりましょう。