

# 地域でできる 虐待防止の第一歩！

介護が必要な高齢者や介護をしている家族が、地域から孤立しないようにすることが、  
高齢者虐待を防ぐ第一歩になります。

小さな変化にも気がつけるように日頃から見守り、声かけ、さりげない手助け、仲間づくりなど、  
支え合える地域づくりを目指していきましょう。



見守り

日常生活での声かけや  
コミュニケーションなど  
日頃から気にかけている



気づき

最近姿をみかけない  
怒鳴り声が聞こえるなど  
気になる事があれば声をかけてみる



仲間  
づくり

介護知識や介護方法を教え合う  
愚痴を言える仲間をもつ



## まずはお気軽にご相談ください！

地域包括支援センターでは高齢者の権利を守るための活動を行っています。

困ったり悩んだりしたときには **ほーかつ**(地域包括支援センター) に  
ご相談下さい。知り得た情報・相談者の秘密は厳守します。



### 本センター

岡山市東区西大寺中二丁目16-33  
西大寺ふれあいセンター内 (086) 944-1866  
【担当地区】旭東・上南・西大寺中学校区  
山南学園区

### 瀬戸分室

岡山市東区瀬戸町瀬戸45  
瀬戸支所内 (086) 952-3883  
【担当地区】瀬戸・上道中学校区