

# 11月は「児童虐待防止推進月間」です 「あなたしか 気づいてないかも そのサイン」

身近なところでつらい思いをしている子どもはいませんか。子どもへの虐待は「こころ」と「からだ」に傷を残すばかりではなく、心身の成長と人格形成に大きな影響を与えます。

相談（通告）により苦しい思いをしている親子が良き理解者に出会うきっかけにもなります。

▼自分の悩みや心配を周囲の人に分かってもらえない

出産や子育てに悩み、無意識に虐待的行動をとってしまう事もあります。一人で悩まずに、まずは話してみませんか。

▼児童虐待とは

・身体的虐待 殴る、蹴る、激しく揺さぶる、火傷を負わせるなど

・性的虐待 子どもへの性的行為、子どもに性的行為を見せるなど

・ネグレクト 家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔に

する、車の中に放置するなど

・心理的虐待 言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に

対し暴力を振るうなど

▼通告義務 子どもへの虐待を発見したときや疑いがあるときは、

ためらわずに相談（通告）してください。相談（通告）した人の情報は漏らしません。秘密は必ず守ります。

▼相談先

○子育て支援センター  
☎71・1137

○県北児童相談所  
☎0287・36・1058

▼夜間祝祭日緊急連絡先  
○児童虐待緊急ダイヤル  
☎028・686・3005

○児童相談所全国共通虐待対応ダイヤル  
☎189（いちばやく）

ファミリーサポートセンターの提供会員になるための講習会です。

講習会を受講し修了すると、ファミリーサポートセンターの提供会員として登録され、援助活動を行うことができます。

地域の中で、子育てのお手伝いをしてみたい方は、提供会員として活動してみませんか。

▼日程 1月29日(月)

▼時間・場所・内容

ファミリーサポートセンターの提供会員になるための講習会です。

・9時～正午（ゆめプラザ・那須小児看護の基礎知識、子どもの栄養と食生活、ファミリーサポート全体の流れ

・午後1時30分～4時30分（那須消防署）

小児用救命講習会

▼申込方法 12月22日(金)までに電話で申し込み

▼申込・問合せ 子育て支援センター ☎71・1137

## 放課後児童クラブ 指導員募集

○まなびっこクラブ  
(学びの森小学校校敷地内)

▼就業時間

・平日 午後1時～6時  
・土曜日と学校が長期休暇の場合  
午前8時～午後6時

※賃金等はお問合せください。

▼申込み・問合せ まなびっこクラブ（午後1時～6時）  
☎74・2227

## 生活習慣病の悪化による 糖尿病に注意を！

▼11月14日は世界糖尿病デー  
11月14日は、インスリンを発見したバンティング博士の誕生日であることから、国連によって「世界糖尿病デー」に定められました。

糖尿病の重症化予防のためには早期発見・早期治療が重要です。この機会に、改めて日々の生活習慣を見直し、糖尿病の予防に努めましょう。

▼次の点を心がけましょう

・1日3食バランスのとれた食事

・野菜を先に食べて、血糖値の急激な上昇を抑える

・間食や遅い時間帯の食事を控える

・間食や遅い時間帯の食事を控える

・間食や遅い時間帯の食事を控える

・間食や遅い時間帯の食事を控える

・適度な運動で適正体重（BMI 18・5～25・0未満）  
※BMI判定方法  
「体重kg÷身長m÷身長m」

・定期的な検査や健診で血糖値を確認する

▼問合せ 保健センター  
☎72・5858

## 11月12～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間

配偶者やパートナーからの暴力や性犯罪等の女性に対する暴力は、女性の人權を著しく侵害し、いかなる理由があろうとも許されるものではありません。悩んでいる方は一人で抱え込まずに相談してください。年齢や性別は問いません。

▼相談窓口

○性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター  
☎#8891

○DV相談ナビダイヤル  
☎#80008

○DV相談+（プラス）  
☎0120・279・889

（24時間受付）

▼問合せ こども未来課こども政策係 ☎72・6959

無料相談会、消費の豆知識



チャット相談  
(正午～午後10時)