

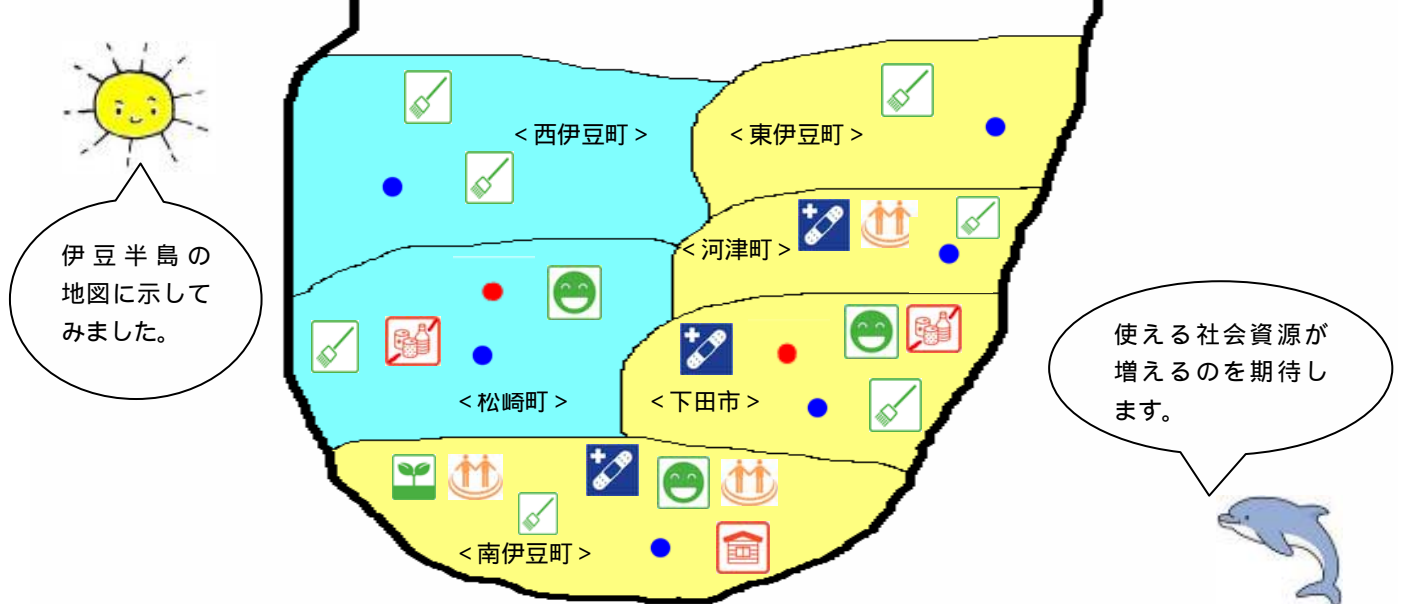
# 賀茂通信 (かもめーる)

第6号 平成19年3月1日 発行

静岡県賀茂健康福祉センター  
賀茂保健所  
賀茂児童相談所  
賀茂身体障害者更生相談所  
賀茂知的障害者更生相談所









## < 賀茂保健所管内の精神保健福祉社会資源マップ >

賀茂保健所管内にある精神保健福祉関連の社会資源です。地域の資源を上手に活用してください。



伊豆半島の  
地図に示して  
みました。

使える社会資源が  
増えるのを期待し  
ます。

医療機関	日中活動・居宅支援	相談機関
<p> &lt;病院・医院&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・河津浜病院 河津町川津筏場1512-7 0558-35-7321</li> <li>・南伊豆病院 南伊豆町青市848 0558-62-1461</li> <li>・佐倉医院 下田市旧岡方村714-7 0558-27-0001</li> <li>・渋木医院 下田市河内55-1 0558-23-4141</li> </ul>	<p> &lt;地域活動支援センター&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・南伊豆地域生活支援センター「ふれあい」 (南伊豆町青市868-2:0558-62-2911) 色々なメニューの活動があり送迎日もあります。 誰でも利用可能です。</li> <li> &lt;共同作業所&gt;</li> <li>・あしたば作業所(農作業) (南伊豆町入間6-1:0558-62-5120) 通所者が農作物の栽培をし、販売もしています。</li> <li> &lt;病院デイケア・保健所デイケア&gt;</li> <li>・南伊豆病院デイケア</li> <li>・賀茂保健所デイケア「伊豆友の会」 下田市、東伊豆町、河津町、南伊豆町在住者対象</li> <li>・賀茂保健所松崎保健支援室デイケア 「でんでん虫の会」: 松崎町、西伊豆町在住者対象 会員申込み者が色々な活動をしています。</li> <li> &lt;居宅介護(ホームヘルパー)事業所&gt;</li> <li>・社会福祉協議会(居宅事業所) 【下田市、東伊豆町、河津町、南伊豆町、西伊豆町 (本所・支所)】</li> <li>・エイジレス【松崎町】 申込みは市役所、町役場精神保健福祉担当窓口</li> </ul>	<p> &lt;相談支援事業所&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・南伊豆地域生活支援センター 「ふれあい」</li> <li> &lt;家族会&gt;</li> <li>・河津浜病院家族会「さかの会」</li> <li>・南伊豆病院家族会「菜の花会」</li> <li>・賀茂地域家族会「あしたば会」 (あしたば作業所内)</li> <li> &lt;断酒会&gt;</li> <li>・伊豆断酒会(下田会場:偶数月 松崎会場:奇数月)</li> <li>● &lt;市役所・町役場&gt;</li> <li>・各市町精神保健福祉担当窓口</li> <li>・市町保健福祉センター</li> <li>● &lt;賀茂保健所&gt; (賀茂健康福祉センター)</li> <li>・保健福祉課 0558-24-2056</li> <li>・松崎保健支援室 0558-42-0262</li> </ul>

# 地域の健康発信人を養成！！

## 温泉マイスター養成講座（専門講座）開催

平成18年12月6日、7日に下田市で温泉マイスター養成講座（専門講座）を開催しました。温泉マイスターとは、地域住民や訪れる人に温泉を活用した健康づくりを紹介できる「地域の健康発信人」です。今回の専門講座は、昨年度の入門講座修了者を対象に、さらにレベルの高い知識の修得を目指した講座です。

今後の活動が期待される温泉マイスター  
「温泉マイスター」は公的な資格ではありませんので、この講座を修了したからといって特典や優遇があるわけではありません。  
温泉マイスターには、身近な地域住民に対して温泉を通じた健康づくりを推進し、健康に対する意識を高めてもらうことが活動の中心ですが、欲をいえば温泉を活用したまちづくりの推進にまで活動を広げてもらえればと考えています。まずは、皆さんの身近なところで「温泉マイスター」を名乗って活動されている方に、温泉と健康の知識を伝授してもらいましょう。きっと新しい発見があるはずです。

一流講師陣による充実の講義



### ～温泉を活用した健康づくりの考え方～

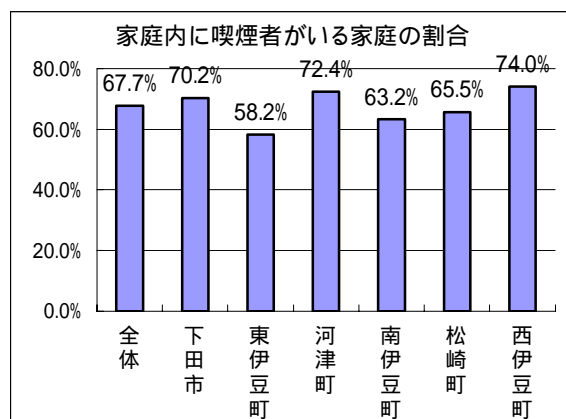
温泉は単に入浴するだけで健康になるというのではなく、温泉地独特の自然環境、地の食べ物を使用したバランスのとれた食事、散歩やストレッチなどの適度な運動をそれぞれ組み合わせた総合的な作用を、先進地や先人の温泉の活用方法から学ばなければなりません。講座でも、温泉の効能そのものというよりも、主に運動や食事などの健康の基礎知識、安全な入浴方法、温泉医学などを学びました。全国の温泉地でも、こうした温泉を健康づくりの一部として活用するという先駆的な考え方が広まりつつあるのです。

## 4歳児生活習慣アンケートについて

当センターでは今年度、管内の4歳のお子様全員を対象とした生活習慣に関するアンケートを実施しました。その結果、家庭内に喫煙者がいる率が高いことが明らかになりました。

お子様がたばこの煙を吸うと、ぜんそくや中耳炎に罹りやすくなる、知能発達が遅れる等の悪影響があります。

喫煙者自身の健康や受動喫煙の完全な防止のためにも、たばこを吸わないことが最良ですが、たばこを吸う場合は、マナーを守り、お子様の前では吸わないようにしましょう。



# 児童虐待としつけはどう違う？

「虐待」とは、子どもの心身を傷つけ、健やかな成長と発達を妨げる行為をいいます。

「しつけ」は、きちんとした生活習慣や社会性を育てるために行うもので、「ほめる」と「叱る」の二つの方法があります。叱る時、「罰を与える」ことが必要になることがあるかもしれませんが、少なくとも以下の条件を守って行う必要があります。

**子どもと、事前にルールを決めておきましょう！**

- ▶ 子どもができるレベルに合わせましょう
- ▶ 親と子どもの両方がルールを理解した上で納得できること
- ▶ 双方の合意により変えられるものにしておきましょう
- ▶ ルールを破った時の罰も最初から決めておきましょう

～もしも罰を与える事になっても～

罰の前に、時間をあけて数回、「このままだと罰することになるよ」という注意をしておく  
感情的に罰を与えてはいけません！ルールに従って冷静に！

苦痛を伴う罰は厳禁！！それは虐待になります！！！！

子どもの「何故罰なの？」といった問いには、きちんとルールを明示して説明しましょう

「しつけ」は、親子の愛情と信頼感のもとに行われるものでなければなりません。

## 賀茂地域の里親募集中！

**里親になっていただける方をさがしています。**

里親制度は、家庭に恵まれない子どもを個人の家庭で預かり、その温かい愛情と家庭的環境の中で養育する制度です。賀茂地区には現在12名の里親さんがいらっしゃいますが、家庭のぬくもりを求めている子ども達の数と比べると全く足りていないのが現状です。



里親になるために特別な資格は必要ありません。  
子どもの養育についての理解と熱意があり、豊かな愛情で子どもに接していただける方を募集しています。お預かりしていただく期間は1日だけから、年1回の夏冬の休み中、場合によっては、学校を卒業するまでお願いするケースや、養子縁組に至るようなケースもあります。たくさん子ども達が皆様とのふれあいを心待ちにしています。子ども達に家庭的な雰囲気の中で過ごす温かさを届けてみませんか？

**里親についてもっと知りたい場合は・・・**

里親になることを希望される方、里親制度についてもっと知りたい方は、お気軽に下記までご連絡下さい。

賀茂児童相談所 電話：0558-24-2038  
下田市福祉事務所 電話：0558-22-2216 (下田市在住の方)

\* こころのユニバーサルデザイン \*

# 障害者用駐車スペースを必要としている人がいます

～ 思いやりをたいせつに～

駐車場に車いすのマークのついた駐車スペースを見かけたことはありませんか？  
これは車いす使用者などが利用する駐車スペースです。賀茂地域は非常に多くの観光客が訪れます。車いす使用者などが各種の施設や店舗を訪れたときに、安全かつスムーズに乗り降りができるよう専用の駐車スペースが設置されています。



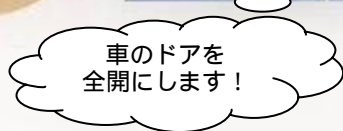
## Q. なぜ駐車場の幅が広いの？

A. 自動車の乗り降りをするときに、車いすの通行や回転が必要になるなど、一般の駐車スペースよりも広い幅が必要になるからです。

駐車場では...



腕力が勝負!!



むむーっも  
車いすを外へ出す

ふう。



## Q. なぜ出入口に近いの？



A. 移動距離を短くすることで、移動の負担を少なくし安全に建物入口まで行くことができるようにするためです。また、長い距離を歩けない内部障害を持った方など、「このスペースにしか停められない」という方のために思いやりを持って駐車場を利用しましょう。



障害を持つ方などがいつでも安心して駐車場を利用できるように、必要のない人は障害者用スペースへ駐車しないことを「私は停めません」と宣言しませんか。宣言はこちらから！⇒[http://www.pref.shizuoka.jp/ud/cases/ud\\_syo/tomeruna.html](http://www.pref.shizuoka.jp/ud/cases/ud_syo/tomeruna.html) (静岡県生活・文化部ユニバーサルデザイン室ホームページ内「車いす使用者用駐車場利用マナーアップキャンペーン」)

静岡県賀茂健康福祉センター

〒415-0016 下田市中 531-1 (静岡県下田総合庁舎 4 階・2 階)

電話 0558-24-2032

ホームページ <http://www.pref.shizuoka.jp/kenhuku/kf-21/>

松崎保健支援室 〒410-3624 賀茂郡松崎町江奈 255-3 電話 0558-42-0262



古紙配合率100%再生紙を使用しています