

### 小田原労働基準監督署からのお知らせ

10月は年次有給休暇取得促進期間です！

年次有給休暇は、労働基準法で定められた労働者に与えられた権利です。6カ月間継続勤務し、全労働日の8割以上を出勤している方に付与され、勤務先に申し出ることでより取得することができます。（勤続年数、週所定労働日数等に依りて年次有給休暇の付与日数は異なります）

労働条件に疑問がある等お困りの際には、気軽に相談してください。

#### 照会先

○小田原労働基準監督署「労働時間相談・支援コーナー」  
 ☎0465-22-7151  
 （8時30分～17時15分）※土日祝・年末年始を除く  
 ○労働条件相談ホットライン  
 ☎0120-811-610  
 （月～金・17時～22時、土・日・9時～21時）

### おうちで楽しむ森林浴

箱根芦ノ湖森林セラピー基地通信(その8)

忙しい毎日に追われていると、なんだか疲れてしまったり立ち止まりたくなることあります。そんな時は五感を通じて自然を味わい、リフレッシュさせてくれる森林浴がおすすりです。しかし、いつでも森に出かけられるわけではないので、おうちでできるプチ森林浴体験をご紹介します。

#### 香りを楽しむ森林浴

森で感じられる木々の香りには「フィトンチッド」という成分が含まれています。森の中がさわやかな感じがするのはこの香りの成分のためで、森林浴の効果であるリフレッシュ感やリラックス感をもたらすといわれ、その他、消臭・脱臭効果や抗菌・防虫効果もあります。

この「フィトンチッド」による森林浴効果は、植物の精油を使ったアロマテラピーとして日常生活に取り入れることができます。おすすりめの香りはウッド系の「ジュニパー

ベリー」、「サイプレス」です。専門用語が並んでしまいが、これらは「フィトンチッド」の主成分のうち「α-ピネン」という成分を含む精油です。「ジュニパーリー」はきりりとしたシャープな香りです。ヒノキ科の樹木で、精油はこの果実から蒸留して抽出されます。「サイプレス」は、和名では「イトスギ」と呼ばれ、針葉樹の森のような冴えわたる香りです。ヒノキ科の樹木で、精油はこの枝葉と果実から蒸留して抽出されます。

ティッシュペーパーに精油を1～2滴たらし、香らせた場所に置くだけで手軽に楽しむことが出来るので、早速取り入れてみてはいかがでしょうか。

**執筆者** 松田あきな  
 PRプランナー、新聞記者、フリーライター

**照会先** 森のふれあい館  
 ☎83-6006

## 早期発見と見守り・支援で 高齢者と 障がい者を 虐待から守る



高齢者や障がい者への虐待は、大きな社会問題になっています。

この背景には、認知症や障がいに対する理解不足、家族の介護疲れなど、さまざまな要因があります。

虐待を早期に見出し、また地域全体で見守り、支援することができれば、高齢者や障がい者は健やかに暮らすことができ、万が一の虐待からも救うことができます。

### こんなことが 虐待になります

虐待は大きく5つに分かれていくつかの虐待が重ねて行われている場合もあります。

#### ◇身体的虐待

暴力をふるい体に傷や痛みを負わせること、身動きがとれない状態にすること。

(例) たたく、蹴る、縛り付ける、無理やり食事を口に入れる

#### ◇心理的虐待

侮辱や拒絶の言葉・態度で精神的な苦痛を与えること。

(例) 怒鳴る、悪口を言う、子ども扱いする、意図的に無視する、心理的苦痛を与える

#### ◇性的虐待

無理やり（または同意と見せかけ）わいせつなことをしたり、させたりすること。

(例) 人前でおむつを交換する、下着のまま放置する、わ

いせつな行為をする（させる）

#### ◇経済的虐待

本人の同意なしに財産や年金、貸金などを使うこと。また、理由なく金銭を与えないこと。

(例) 不動産や年金、預金を勝手に使う、必要な金銭を渡さない

#### ◇ネグレクト（介護や世話の放棄）

食事や入浴、洗濯、排せつ物などの世話や介助をほとんどせず、心身を衰弱させること。

(例) 食事を与えない、入浴させない、受診させない

### 虐待の原因の一つは 介護疲れです

介護者の心身の疲労は、虐待の主な原因の一つです。

介護は長期にわたることが多く、また「自分（たち）でやらなければ」と、家族だけで全てを抱えこもうとする場合が少なくありません。介護者の負担が限界に達したとき、虐待という結果を招くことになりま

短期入所など福祉サービス

## 危険ブロック塀等撤去改修費補助制度の創設

地震発生時、ブロック塀等の倒壊は人身への被害はもちろん、散乱した破片が道路をふさぐことで、避難や救助活動に支障をきたす恐れがあります。

町では、災害時の被害を最小限に抑えるという減災対策として、道路等に面し、倒壊の恐れのある危険ブロック塀等の撤去や撤去に引き続き安全な工作物等を設置する費用の一部を補助する制度を創設しました。

町民はもとより、観光される方の生命を確保するため、本制度の趣旨をご理解いただき、災害に強いまちづくりにご協力をお願いします。

**申請方法** 「箱根町ブロック塀等撤去改修費補助金交付申請書」に必要書類を添えて都市整備課へ持参してください。申請書は都市整備課で配付しています。

補助額		補助金の額	上限
撤去	ブロック塀等 (通学路沿い)	撤去に要する費用（消費税及び地方消費税を除く。）と撤去するブロック塀等の延長に1メートル当たり10,000円を乗じて得た額を比較して、いずれか少ない額の10分の9に相当する額	20万円
	ブロック塀等 (通学路沿いを除く)	撤去に要する費用（消費税及び地方消費税を除く。）と撤去するブロック塀等の延長に1メートル当たり10,000円を乗じて得た額を比較して、いずれか少ない額の2分の1に相当する額	10万円
改修	安全な工作物等 (通学路沿い)	改修に要する費用（消費税及び地方消費税を除く。）と設置する安全な工作物等の延長に1メートル当たり20,000円を乗じて得た額を比較して、いずれか少ない額の10分の9に相当する額	40万円
	安全な工作物等 (通学路沿いを除く)	改修に要する費用（消費税及び地方消費税を除く。）と設置する安全な工作物等の延長に1メートル当たり20,000円を乗じて得た額を比較して、いずれか少ない額の2分の1に相当する額	20万円

その他、補助に際して要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。照会先 都市整備課 ☎85-9566

### 「高齢者虐待ネットワーク」で 虐待防止へ

の利用で介護者の負担を減らし、冷静になれる時間や休息できる時間を作りましょう。

### 「高齢者虐待 ネットワーク」で 虐待防止へ

町では「高齢者虐待防止ネットワーク」を設け、各関係機関の連携を強化し、高齢者虐待防止の支援方法の構築に取り組んでいます。

民生委員児童委員、自治会、老人クラブ、保健福祉事務所、医療機関、警察署、社会福祉協議会、地域包括支援センター、町などの機関で構成されています。

### サポートを上手に 利用しましょう

虐待をしている本人には、虐待をしているという認識がない場合が多いです。

虐待されている側も、介護してくれている家族をかばうこと、また、虐待されている事実を周囲に知られたくないといったことが少なくありません。

介護をしている人は、悩み

### 周囲の気付きと通報が みんなを救います

虐待を防ぐには、周囲の早期発見が重要です。

守秘義務により、通報者名とその内容は守られますので、虐待を発見したときや、虐待かもという疑いを持ったときには、すぐに通報してください。

### ◆高齢者・障がい者の介護に関する相談／虐待の通報先

福祉課 ☎85-7790  
 町地域包括支援センター ☎85-3002

