

介護家族のネットワーク作りを目指して

～ 話せる『場』があれば、支えあえれば乗り越えられる! ～

区社協だより

ひらの

大阪府 大阪市平野区社会福祉協議会
〒547-0043 大阪市平野区平野東2丁目1番30号
平野区在宅サービスセンター
(ここにセンター)
☎06-6795-2525
FAX06-6795-2929

おたがいの
人権守って 明るい平野区



平野区人権啓発推進協議会

昨年度に引き続き、介護をしている家族が介護について学び、互いに話せる場を提供する目的で、家族介護者支援講座を開催しました。

家庭介護者支援講座2

痴呆の人の体験から学ぶ

痴呆性高齢者を介護されているご家族を対象に、「本人から見た痴ほう」について講座を開催しました。講師は、大阪市立社会福祉研修・情報センター沖田祐子氏です。



沖田 裕子氏

**介護が必要になったら
まず介護者が楽になる!**

初めのうちは本人の抵抗にあり、しんどいかも知れませんが、あきらめないうでサービスを利用する医療機関をはじめ、さまざまなサービスも利用し、介護の負担を軽くしましょう。

**介護って、
しんどいって何?**

生活の中の困難
痴ほうの方は、病状によって、日常生活が複雑になり、以前のように物を関連付けて考える事が難しくなってきます。その事を家族の人、まわりの人が理解し、環境を整える事でみんなが暮らしやすくなります。「痴ほうケアは、説得より納得」です。

介護しても、感謝されないことがやはりしんどいのではないのでしょうか。しかしそれは、介護される側も同じで、介護者から「優しい気持ち」を伝えることも大事な事です。「よろしくね、ありがとう」の言葉を伝えましょう。

**介護家族の会
立ち上げに向けて**

介護している人が心身

家族介護者リフレッシュ事業にこぼれ

丹波のもみじ寺「高原寺」と篠山めぐり
丹波篠山料理でご馳走懇談会の旅

開催日 平成16年11月20日(土曜日)
午前8時20分コミュニティプラザ平野集合
対象者 要介護度1～5となった高齢者を、ご家庭で介護されている平野区在住の方。(1世帯1名限り)
参加費 1800円
募集定員 40名(応募者多数の場合は、抽選になります。)
申込み方法 10月27日までに、電話またはFAXにて下記までお申し込みください。
平野区社会福祉協議会(平野東2-1-30)
電話 6795-2525
FAX 6795-2929



真剣に聞く受講生

お尋ねください。どのような介護家族の会を作っていくのか、一緒に考えていきましょう。

参加者同士は初対面で、介護をしながら食事でもしと、介護家族にとって負担が大きいものです。鈴木栄養士は市販の離乳食や介護食品などを上手に取り入れて、介護者が楽になることも大事と話します。



相談しながらの調理実習

去る七月二十八日に平野区保健福祉センターにおいて、鈴木栄養士を講師に、平野区食生活改善推進員協議会の皆さんの協力を得て開催しました。高齢者の噛む力・飲み込み障害の程度に応じた食事について講義を受け、実際に調理実習にとりかかります。主食は全粥、五分粥ゼリー、鯛みそがけ、重湯ゼリーの三段階。主菜副菜は、かぼちゃと卵をそれぞれ、煮付け・マッシュ・クリームスープ、ふわふわ卵・温泉卵・茶碗蒸しのあんかけ。主に噛み砕くことが難しい人や飲み込むことが難しい人へ対応したメニューです。

介護をしながら食事でもしと、介護家族にとって負担が大きいものです。鈴木栄養士は市販の離乳食や介護食品などを上手に取り入れて、介護者が楽になることも大事と話します。

家庭介護者支援講座3 食事の工夫 飲み込みやすくする為に

打ち合わせ時間もあまりないまま調理が始まりましたが、さすがは主婦で、声を掛け合いながら、時間内に仕上がりました。しかし、同じレシピから作ったのに、各グループで仕上がりに違いがあり、お互いに各グループ

在宅介護支援センター職員・ 介護支援専門員研修会開催

職員レベル
アップを目指して
市内六区の区在宅サービスセンターが協同で、「家族ケア」もつと楽に自信を持って「家族」と向き合うために「」をテーマに職員を対象とした研修会を開催しました。家族ケア研究所所長渡邊裕子氏を講師に招き、理論と豊かな実践経験をうかがいました。「家族」とは「モバイル」のようなもの。一ヶ所に触れれば、その振動は全体に伝



渡邊 裕子 氏

だれかのために、できること。

あなたの善意が赤十字活動を支えます

国際活動、災害救護活動、医療事業、看護師養成、血液事業、救急法・家庭看護法等の講習、赤十字奉仕団、青少年赤十字、社会福祉事業

日本赤十字社大阪府支部平野地区

ご寄付ありがとうございます。



平成十六年四月から七月までの間に、次の方々より、平野区社協善意銀行への預託をいただきました。介護家族の方々の悩みや抱えておられる問題はさまざま、これからも希望を聞きながら、講座を開催していきたいと思

◆善意銀行への預託◆
《金銭預託》株式会社ダイヤモンドシティ東住吉ショッピングセンター、橋口頼道、吉内タカ子、永和信用金庫喜連支店、平野区チャリティゴルフ実行委員会。
(順不同、敬称略)

子育ては、みんなできえあつて！

子育ては、「大変だけれど楽しい」というのが多くの人の実感ではないでしょうか。しかし、さまざまな理由でその大変さ、しんどさの方が大きくなってしまっている方もあります。それを親だけが抱えるのではなく、地域で子どもを育てよう、とさまざまな活動が広がり、また専門機関として子育てを応援する体制も整えられてきています。

地域子育て支援センター

大阪市が子育てを応援するため、市内各地に地域支援センターの事業を進めています。現在平野区には、二ヶ所の地域子育て支援センターがあり、相談窓口や情報の拠点として、また集いの場を提供したり、講座・教室を開催したり、とさまざまな活動を行っています。

区内の地域子育て支援センター

いちょう保育園内
平野上町1-7-3 6791-5410
※開所日時・相談日等については、直接お問い合わせください。

加美第2保育所内
加美南1-9-45 4303-8528

市立加美第2保育所内にある「平野子育て支援センター」は、今年六月にオープンしました。週三回開かれていた「あそびのひろば」には就学前のこどもとお母さんが訪れ、スタッフの見守りのもと、親子で遊ぶ姿やお母さんどうし情報交換をする姿が見られます。週に一回は、お弁当を食べて一日ゆっくりしていただける日もあり、ほっとできる場になっています。

平野子育て支援センター(加美第2保育所内)の活動

あそびのひろば

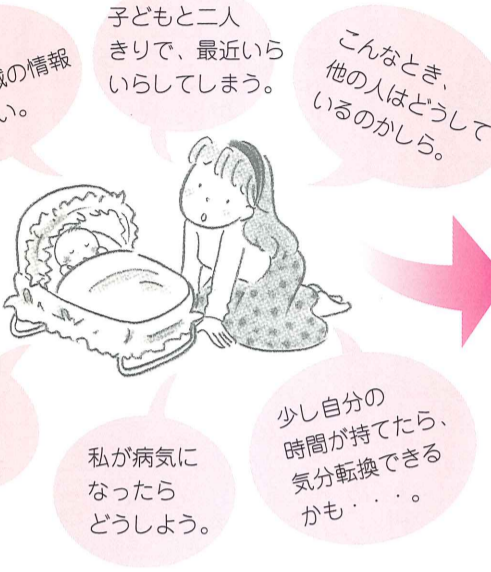
お友だちと出会う、交流を深めたり親子でほっこりできるひろば。
●月曜日 午後1時30分～3時30分
●水曜日 午前10時～午後3時30分
●金曜日 午前10時～12時
※就学前の子ども対象

出張ひろば

公園にスタッフがでかけます。一緒に体操や手遊びなどを楽しみましょう。
●月1回 第3木曜日
●場所 加美正覚寺公園

子育て相談

●電話相談 月～土曜日 午前10時～午後4時
●来所相談 月～土曜日 午前10時～午後4時
※電話で予約してください。



引越してきたばかりで地域の情報がわからない。

子どもと二人きりで、最近いらしてしまおう。

こんなとき、他の人はどうしているのかしら。

美容院にも行けないわ。

私が病気になったらどうしよう。

少し自分の時間が持てたら、気分転換できるかも……。

一時保育事業

保育所に入所されていない就学前のお子さんを、一時的に日中、保育します。次のようなときは、ご相談ください。

日を限度

●保護者の傷病、入院、災害、冠婚葬祭などにより、緊急・一時的に保育が必要な場合。(二週間を限度)

●保護者の就労、就学などに断続的に保育が必要な場合。(週三)

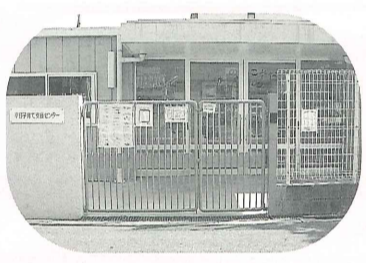
区内の一時保育事業実施施設

末次保育園	加美北5-4-15 6792-6455
平野愛和学園	平野東4-2-13 6791-7251
長吉六反保育園	長吉六反1-1-45 6707-8536
加美第2保育所	加美南1-9-45 6791-0730

平野区内では、四つの施設が一時保育事業を実施しています。詳細の問い合わせ、申込みは各施設へ。

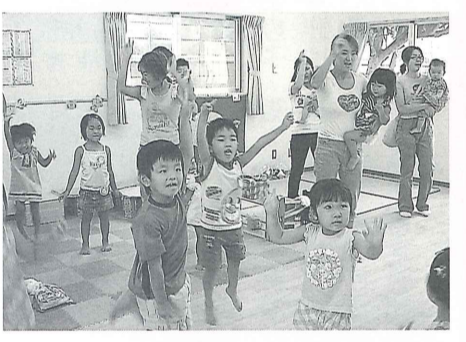
子育てにおいて親子のふれあいは大切です。しかし、子育ては家の中だけで完結するものではありません。

思っています。気軽ににお出かけください。また、子育ての相談もお受けしています。どんなことでも気軽に相談してください。(子育て支援センタースタッフ)



「ほんわか」できる場に

オープンしてから三ヶ月。「ほんわかひろば」(あそびのひろば)には、毎回、初めて来られる親子もいて、利用して下さる人の輪がどんどん広がってきています。おともだちと出会ったり、交流を深めたり、みんな「ほんわか」と過ごせる場になればいい。



各自のペースでゆったり遊んだあと、今日はみんなで、楽しく体操。

くらしのくふうフェスティバル

～世代を越えて支え合うより良い地域を目指して～

日時：平成16年10月31日(日) 午前10時～午後4時
会場：コミュニティプラザ平野「平野区民センター」
(平野区長吉出戸5-3-58)及び出戸池グラウンド

- 内容：【区民センター内】
- 遊びのコーナー (缶つり、シーツパレー、巻き取りゲームなどのコーナー) (ストーンペインティング、手作りコーナー) (パン食い競争、玉入れなど①11:00～②13:30～ ※当日参加受付。どなたでも参加できます。)
 - 福祉機器コーナー
 - 健康チェック
 - 親子休憩スペース
 - 缶バッジのコーナー (※バッジにしたい写真・切抜き等をご持参ください。スナップ写真程度の大きさのもの。ただし、1人1枚とします。) など
 - 介護・子育て便利グッズの展示
 - 喫茶コーナー
 - ストレスと上手につきあうための講座

- 【区民センター屋外】
- 木工教室 ● 模擬店 など
- 【出戸池グラウンド】
- フリーマーケット (※雨天中止)

主催：社会福祉法人大阪市平野区社会福祉協議会、平野区社会福祉施設連絡会、大阪平野ロータリークラブ

募集

介護・子育て達人グッズ大募集!
介護や子育てをする中で、みなさんいろいろ工夫されていることでしょう。自分で便利グッズを作って、活用されている方も多いのでは? 介護や子育てに関する工夫を募集しています。

- 募集内容：介護や子育てに関して、外出時、食事の時、お風呂、トイレ…さまざまな場面で工夫しているもの、手作りのグッズなど。
- 応募資格：区内在住・在勤の方
- 応募方法：住所、氏名、年齢、便利グッズの写真・紹介文を添えてここにセンターまで。(写真は返却できません。)
- 募集期間：平成16年9月30日(木)まで
※ 選考のうえ、「くらしのくふうフェスティバル」において展示し、優秀作品には記念品を進呈。

募集

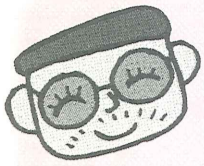
フリーマーケット出店者募集
日時：平成16年10月31日(日) 午前10時～午後4時 ※雨天中止
場所：出戸池グラウンド(平野区民センターの北側) ※駐車台数に限りあり
参加費：500円(区内の福祉活動に活用します。)
募集枠：100店(1区画3m×3m) ※申込み多数の場合は抽選
対象：区内在住・在勤の方
申込方法：往復はがきに、住所・氏名・電話番号・出店内容をご記入のうえ、ここにセンターまで。
申込締切：平成16年10月9日(土)

講座

午前
①講演：ストレス社会とうつについて(仮題)
講師/未定 定員/80名 費用/無料

午後
②体験：疲れている人、アロマテラピーでリフレッシュしましょう!
講師/アロマテラピー学会認定看護師 宮里文子氏 定員/30名 費用/500円
※ ①、②とも事前申込みが必要です。

申し込み・問い合わせ：平野区社会福祉協議会(ここにセンター) 〒547-0043 平野区平野東2-1-30 TEL.6795-2525



言葉の“お父さん”“お母さん”になってください。



私達の周りには、日本にお住まいの外国の方がたくさん生活しています。言葉がわからない中で、文化や習慣の違いにとまどわれている方もいます。様々な支援が必要とされていますが、今回は、ボランティアで日本語学習サポートをしてくれる「ひまわり会」をご紹介します。

ひまわり会日本語学習サポーター募集!!!

「先生、遊ぼう」勢いよく子どもたちが部屋に入ってきます。今日は、週に一度の自主学習の日本語教室「ひまわり会」の日です。

この教室は、日本に来て困っている方の「もっと勉強したい」といった声からボランティアが協力し、立ちあがった教室です。今は、親だけでなく子どもたちもついてきて一緒に過ごすようになり



毎回ボランティアと一緒に熱心に日本語を勉強しています。

1人1人の声き大切に。

ある日、私がボランティアとして参加している日本語教室に、新しい学習希望者がきました。緊張した様子で、「わたし、にほんご、べんきょう」と言ったきり、後が続きませんでした。



代表 斉藤さん

「お名前は?」と言っても、首をかしげて困った顔をするばかり。見かねて中国語で「日本語を勉強しにきたんですか。」とたずねると、ほっとした様子でにっこり、後は中国語が次から次へとあふれでてきました。

中国帰国者の家族で、一年前に一家で来日したけれど、家族みんな日本語が全くわからない。日本語学校は学費が高いし、働かなければならないので通えない。でも、日本語ができないと困るので、どうしても勉強したいと、時には涙を浮かべながらのお話でした。

それ以来、この方は毎週日本語教室に来ていますが、中国では2年しか学校に行けず、中国語の読み書きが不自由なので、日本語の習得にも時間がかかります。週1回では覚えられないという訴えを受けて、日本語教室とは別の曜日に自主学習の日を設け、実質的に週2回勉強ができるようにしました。これが、「ひまわり会」を立ちあげたきっかけです。今は、別の一家も加わり、参加者が増えてきています。

日本語学習サポーター募集!!!

日時：毎週土曜日 夜6時～8時
場所：大阪市立平野人権文化センター (平野区平野市町3-8-22)
内容：遊びなどを通して、外国から来た子どもたちの日本語学習のサポートをする。

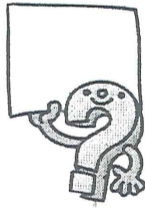
子どもの好きな方、子どもたちと根気よく関わってくださる方募集!



問い合わせ先：平野区ボランティアビューロー ☎6795-2200

となり、遊びをとおして対話したり、読んだり、書いたり、生活体験の中で言葉を学んでいます。しかし、ボランティアの人数が不足しているのが現状です。ひまわり会の代表斉藤さんは次のように語りま

「この教室をする中で、様々なことに気づきました。勉強が終わった後、普段の生活相談も多く受けるようになりました。例え



HOTなお願い発信中!!

“やりがい”はパッチリ!! 調理ボランティア募集

- ◎ デイサービス の調理補助 配食サービス
- ◎ 時間・・・月曜日～金曜日
 - ⇒ 9:30～12:00
 - ⇒ 13:00～14:00
 - ⇒ 9:30～14:00



3つのパターンあり

- ◎ 月1回・週1回・何回でもOK! 詳細面談!
- ◎ 活動場所…当にここセンター内厨房
- ◎ 利用者の喜ぶ顔とじかに接する特典付き
- ◎ ボランティア経験不問・初心者大歓迎!
- ◎ お問い合わせは電話又は直接ご来館下さい

平野区社会福祉協議会
にここセンター
平野区平野東2-1-30
☎6795-2525



ゆうゆうフェスタ2004

日時：平成16年11月27日(土)
午後2時～3時 [開場：午後1時30分]
会場：平野区民センター(コミュニティプラザ平野)
平野区長吉出戸5-3-58
☆入場無料。当日直接会場にお越しください。



内容
ミュージカルぬいぐるみ劇
「ドロシーと仲間たち」
【劇団カッパ座】

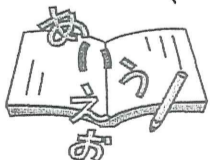
今年度のゆうゆうフェスタは、愛と勇気をテーマにご家族そろってお楽しみいただけるミュージカル劇です。ぜひご来場ください。

問い合わせ 区役所市民活動推進係 ☎4302-9801
平野区社会福祉協議会 ☎6795-2525

チャリティゴルフ大会開催

平野区社会福祉協議会 主催の第六回チャリティゴルフ大会が去る七月七日に開催されました。

一〇九人という多数の参加があり、プレーを楽しみながら参加者同志の交流を深めていただきました。今大会の収益金は、四



このように、何人かのボランティアが、教室にやってくる生徒やその子どもたちと向き合っています。学習者や子どもたち一人一人にゆったり接するためにも、今後は、一人でも多くのボランティアが参加されることを望んでいます。

「ぜひ、子どもたちと根気よく関わってくれらるボランティア仲間を募りたいと思います。」



施設長の石本氏と相談員の松田氏

特徴は人口1万2000人を超え、高齢化率17% (平成12年国勢調査)

信頼される地域の福祉ステーションを目指します

地域の福祉の困りごとなら、まず喜連西地域在宅サービスステーションにご相談していただきたいと願っております。

喜連西地域在宅サービスステーションは、地域の高齢者や障害者の方々に「一人でも多く」「よりのこもった」36



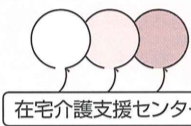
恒例の餅つき大会の様子

喜連西地域在宅サービスステーション

電話六七九七二〇二

喜連西地域在宅サービスステーションは、喜連西地域の市営住宅群の中に建っております。運営しているのは、社会福祉法人ユタカ福祉会で、通所介護(デイサービス)、訪問介護(ホームヘルパー派遣)、ケアプラン(ケアマネジャー)の介護保険サービスを併設して提供しております。

高齢者・家族・地域の暮らしの相談窓口 在宅介護支援センター だより



在宅介護支援センター

今年度の活動の目標は、地域福祉のよる相談を具体的に解決出来るセンターとして定着する事と考えております。その為に、新たなサービスの創出、地域ネットワークとの連携、地域社協との合同企画などで地域に貢献していきたいと考えております。

5日体制の福祉サービスを提供し、地域福祉に尽くすことを理念に掲げ、地域から信頼を得られるよう努力してまいります。

《居宅介護支援サービス(ケアプランセンター)》 介護保険の申請、代行及びケアプランの作成、福祉用具や住宅改修についての相談。 《在宅介護支援センター》 介護保険以外のサービス、生活で困っている事などあらゆる悩みについての相談。 介護保険や、介護

長吉西地域在宅サービスステーション

電話六七九〇〇〇一

平野区にお住まいの皆様こんにちは。 私達「長吉西地域在宅サービスステーション」は、春のお花見でも有名な出戸公園のそば、東出

戸会館の隣にあります。どなた様でもお気軽に「とりあえず相談してみようかな」と思い出しているだけで、よろず相談センターとして活用頂くことを願って、地域の集まりや、センター内での催し等を通じて365日ご相談を受け付けております。

「いつでも」「すぐに」を基本に皆様のお役に立てるように

世代間交流も取り入れ 皆様から信頼される施設に

平野地域在宅サービスステーション

電話六七九七二〇三三

技術・福祉用具の使い方等あらゆるテーマで介護者教室を開催。 《福祉用具等の展示》 1階の展示スペースに住宅改修のデモルーム及び福祉用具の展示。実際に手に取って自分に合った商品を選ぶ事ができます。 ですので、お気軽にお立ち寄りくださいませ。



たくさんの福祉用具を展示しております。(1階展示コーナー)



地車と一緒に記念撮影(杭全祭り)

《世代間交流》 当センターは平野区中学校に隣接して建てられました。高齢社会と増加し、家族との同居が減少傾向にあります。そこで平野中学校との間に通用口を設置し、いつでも中学生とお年寄りの方が交流できる環境を作っています。また地域の方やボランティアの方との交流も取り入れていきます。私達は地域の中のサービスステーションとして機能を果たすべく、また地域の方と連携を取って皆様から信頼される施設になれるよう、これからも一層努力してまいります。

平野区の高齢者・家族・地域の暮らしの相談窓口 在宅介護支援センター

Table with 2 columns: 場所 (Location) and 電話 (Phone Number). Lists various home care support centers across the region with their respective addresses and phone numbers.



そば打ち体験

「話をきいてあげてちょうだい」と、困っている方を発見して代わりに相談に来て下さるのです。 そんな「困った人を放つとけない」心優しい地域の皆様の支えがあり、日々地域の住みやすさを実感しております。併設のデイサービスセンター・ケアマネジャー等を含む従業員一同、地域での生活を支えるサービスを生み出すセンターとして皆様のお役に立てるよう、「いつでも」「すぐに」を基本に、精進してまいります。これからも末永く、よろしくおねがいいたします。