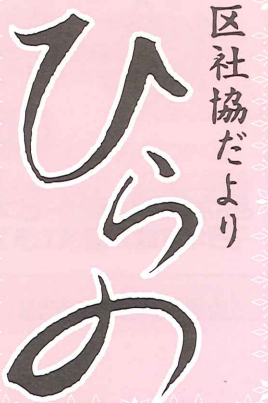


みんなで作ろうわたしたちのまち

『ひとがあたたまるまちづくり』
～町中にハートステッカー
の花を咲かせよう～事業



平野区未来
わがまちビジョン

和っしょい!
ひらの

平野区地域福祉
アクションプラン



事業説明・・・
和っしょい!ひらの、ステッカー事業の説明を掲載しています

コミュニケーションハンドブック・・・
公共交通機関、公共施設、商業施設などの建築物、公園や駐車場などで利用者の困難さを理解し、状況に応じて、適切な対応をするためのポイントを記載した参考書

コミュニケーションボード・・・
コミュニケーションが苦手な知的障がいのある方などと、周囲の人たちの間をつなぐ話し言葉にかかわるものひとつです

平野区では、『和っしょい!ひらの』子育てのネットワークづくりプロジェクトにより企画された「ひとがあたたまるまちづくり」町中にハートステッカーの花を咲かせよう～事業が平成二十一年度から大阪市の地域福祉力アップ事業として取り組まれている。呼びかけ、作成したガイドブックを、この事業は、発達障がい、知的障がい、精神障がい、知的障がいなど目に見えない障がいや差別をなくすことが目的です。買物物はもちろん、情報発信や見守りなどさまざまな役割で地域住民を支えている商店・店舗に呼びかけ、作成したガイドブックを使った勉強会を開催し、賛同した商店・店舗にステッカーを掲示していただきます。

広がれハートステッカー
ひとがあたたまるまちづくりに商店街が協力

おたがいの
人権守って
住みよいまち

HIRANO

平野区人権啓発推進協議会



商店会での学習会の様子

ドブックを使った勉強会を開催し、賛同した商店・店舗にステッカーを掲示していただきます。

これまでに(平成二十二年二月現在)長吉中央商店街、平野本町通商店街で勉強会が実施され、目に見えない障がいの特性を知っていただくために、自閉症の子どもの様子など、映像を見ながら学習していただきました。

今後も、本事業を取り組んでいく中で、区内の人と人とのつながりも広がるとともに、個々の気持ちやあたたかみを感じたいと思います。そして配布されたハートステッカーがまちに増えることは、目に見えないメンタルバリアフリーの意識が進んでいる証であり、事業の広がりを実感できるものがあるため、これからも勉強会の開催に力を入れていきたいと思っております。

具体的には、言葉の理解が難しい子どもにも、母親が絵カードを使った手順書を示しながら、買い物している様子や自閉症の子どものように見られる行動など、このような家庭での取り組みと、地域の理解が進むことで、様々なストレスやトラブルが少なくなることを期待されます。

また、目に見えない障がいをサポートする技術や知識は、障がいの有無に関わらず、どのようなライフステージであっても生活しやすい環境を作ることが出来ます。

勉強会での意見交換や

ひと・ひらの・はな

ハートステッカーは...

ハートステッカー

ステッカーを貼っている店舗

第4回 和っしょい!ひらの推進委員会開催!!

去る、平成22年3月6日(土)平野区民ホールにて、『第4回 和っしょい!ひらの推進委員会』が開催されました。

今回の推進委員会では、平成21年度の活動報告などについて各プロジェクト代表より報告がありました。

平成21年度の取組み

- ・子育てのネットワークづくり
- ・団塊・シニア世代の取組み
- ・まちづくりのしおり策定事業
- ・住民参加によるメンタルバリアフリー事業

和っしょい! 縁日開催!!

平成22年3月6日(土)平野区民ホールにて、『和っしょい!縁日』が開催されました。

当日は、あいにくの雨にも関わらず、たくさんの来場者があり、様々な体験イベントや屋台などを子どもからおじいちゃんおばあちゃんまで楽しまれていました。

昔遊び体験

手作りおもちゃづくり

折紙教室

バームクーヘンづくり体験

平成二十一年八月から平成二十二年一月までの間に、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。

皆様の気持ちに感謝いたしますとともに、区内の福祉充実のために有効に活用させていただきます。

◆善意銀行への預託◆
《金銭預託》橋口頼道、渡邊美穂子、岡喜美子、高井美智子、西村しげ子、藤本貢、平野区小売市場連合会、(株)小林新聞社、区社協イベント出店の寄付金控除の対象になります。

《物品預託》(株)小林新聞社「車いす2台」ソフト・バレーチャリティ実行委員会「車いす1台」(順不同、敬称略)

※善意銀行への預託は、税法上(所得税・市民税)の寄付金控除の対象になります。

5月23日(日)午前11時より
新聞屋さん博物館前にて
(中央本通り)全興寺隣 平野本町4-12-3

ご家庭でご不要な品物(新品)の提供をお願いします。
但し、飲食物はご遠慮下さい。収益金(全額)で、平野区社会福祉協議会(にこにこセンター)に車椅子を贈呈します。

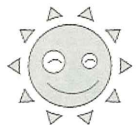
(株)小林新聞社
流町1-4-1(地下鉄平野駅前) TEL6799-0363(松沼)

だれかのために、できること。
ただ今、ハイチ地震救援金を受け付けております。

〈取り扱い方法〉
【救済金窓口】郵便局・ゆうちょ銀行 (口座名義)日本赤十字社 (口座番号)00110-2-5606 (通信欄)「ハイチ地震」
【募集期限】平成22年3月31日(水)と明記して下さい。

*郵便局窓口での取り扱いは、振替手数料は免除されます。
*受領証をご希望される方は、振替用紙の通信欄に「受領証希望」と明記の上、お名前・住所・お電話番号を記載して下さい。
*平野区役所2階21番窓口でも受付しております。

国際活動、災害救援活動、医療事業、看護師養成、血液事業、救急法・家庭看護学等の講習、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



ふとん丸洗い乾燥 サービスのご案内!

区内にお住まいの方で、日常使用されている布団や毛布を、干したり清潔に保つことが難しい方(身の回りの事が出来ない方)を対象に、「ふとん丸洗い乾燥サービス」を年2回実施しています。今年度は、延べ1,589枚・716名のご利用がありました。

- ☆利用の対象となる方は
 - 寝たきりの世帯の方(独居を含む)
 - 高齢者(65歳以上)のみの世帯の方(独居を含む)
 - 重度障がい者のみの世帯の方(独居を含む)

☆利用できる寝具は お一人につき、ふとん2枚・毛布1枚まで。
※コタツ布団・敷パッド・絹布団は利用できません

☆申込時期は 申込期間/ (4月と10月頃)
実施期間/ (6月と12月頃)

☆利用料金は 丸洗い乾燥: 布団1枚200円・毛布1枚 80円
乾燥のみ: 布団1枚100円・毛布1枚 50円
レンタル: 布団1枚200円・毛布1枚200円

☆申込・利用の案内は

- ◎介護保険等をご利用の方は、担当ケアマネジャーに相談。
- ◎介護保険等を利用されていない方は、
 - ・地域のネットワーク推進員に相談
 - ・直接平野区社会福祉協議会へ申込
 - ・ここにセンター・区役所・地域の会館・関係機関にチラシなどを設置。

賛助会員募集中!

年会費	
個人会員1口 1,000円
法人・団体会員	...1口 10,000円
※ただし、口数に制限はありません。	

お問い合わせは...
社会福祉法人
大阪市平野区社会福祉協議会
☎6795-2525

★すでに賛助会員としてご協力いただいている皆様には、直接、会費納入のご依頼を送付させていただきます。

◇平成22年度 財団法人 中央競馬馬主社会福祉財団助成金の申請受付のお知らせ

大阪府共同募金会では、3月15日~4月20日に社団法人京都馬主協会を経由して行う標記財団の助成金に係る申請受付を行います。

- ・助成対象: 保育所を除く民間社会福祉施設整備費
(ただし、一定条件が必要ですので、詳しくは大阪府共同募金会ホームページをご覧ください。)

◇大阪府共同募金配分申請受付のお知らせ

大阪府共同募金会では、5月6日~20日までの期間に標記配分金の申請を受付けます。詳細につきましては、4月に掲載する大阪府共同募金会ホームページをご覧ください。

※大阪府共同募金会ホームページ: <http://www.akaihane-osaka.or.jp>
赤い羽根おおさか

※お問い合わせ: 大阪府共同募金会事務局まで ☎06-6762-8717

知ってください 認知症のこと...

認知症サポーター養成講座のお知らせ

ネットワーク委員・ふれあい員・ボランティアなどの地域自活組織、児童・生徒・PTAなどの学校関係者、店舗・金融機関・企業などを対象に10名以上からお申込いただけます。

「認知症サポーター」って何ですか?

認知症を理解し、認知症の方や家族を支援する応援者です。平成17年より「認知症を知り地域をつくる10ヵ年」キャンペーンが始まり、大阪市では平成23年度までに4万人のサポーターを養成する事を目標にしています。

キャラバンメイトが開催する「認知症サポーター養成講座」を受講されると、「認知症サポーター」になることができます。平野区では、平野区社会福祉協議会・地域生活支援ワーカーがキャラバンメイトをつとめており、認知症についてお話をさせていただきます。是非、地域・職場の研修会にご活用いただき、認知症の方を地域でささえるメンバーになってください。

問い合わせ・申込先はこちらまで

平野区社会福祉協議会 地域生活支援ワーカー
平野区平野東2-1-30 電話: 6795-2727 FAX: 6795-1660

少し考えてみてください...

- ① あなたが住む身近な地域で取り組まれている地域活動や施設のことをどれだけご存知ですか?
- ② 障がいがあっても、高齢(認知症)になっても、子育てするときも、地域で安心して暮らし続けられると感じますか?
- ③ ご近所にお付き合いのある方、助け合える方はいますか?
- ④ 周りの人のこと、地域社会のことを考えたことがありますか?
- ⑤ 住み良いまちづくりのため、地域社会や人の役に立ちたいと思うことはありますか?

少し昔は、「向こう三軒両隣」という言葉の通り近所づきあいは頻繁に行われ、子育ての相談が気軽にできたり、一人暮らしの高齢者を気遣ったりすることは、ごく当たり前の生活に安心感と安らぎを与えていたように思います。

しかし、現代社会は核家族化や個人のプライバシーが重視されるようになり、そうした「つながり」や「近所づきあい」が少なくなっています。そして、「孤立」「孤独」の状況に陥りやすい方が増えています。

私たち(*ネットワーク委員会・地区社協)は、こうした課題を解決しようとして住民同士が力を合わせて様々な地域福祉活動に取り組む、「たすけ、たすけられの関係」・「ご近所づきあい」の再構築を図っています。

さらに、ネットワーク委員会として、日常的な「見守り」をしようとして活動を増やそうと広報活動にも努めています。

*ネットワーク委員会・地区社協: 概ね小学校区を活動範囲として地域福祉活動に取り組む団体。
*ネットワーク推進員: 保健・医療・福祉ネットワーク推進員。相談援助関係先への連絡調整、実態把握、広報などネットワーク委員会の事務局として活動。

*ふれあい員: ネットワーク委員会の活動の実践者として、「見守り訪問活動」を中心に取り組んでいるボランティア。

「ふれあい」「たすけ」「ご近所づきあい」暮らしたいですか
~ネットワーク委員会の活動がめざすもの~

ある日の ネットワーク推進員の活動

この事例は、ネットワーク委員会の活動をよく示しています。ふれあい員や推進員は、普段からご近所の方の「身近な相談役」、専門職への「つなぎ役」として活躍しています。こうした役割を発揮しやすくなり、問題を早期に見出すため、ふれあい喫茶や食事サービスなどの活動と連動して、日常的な「つながり」を心掛けていきます。

このように、ネットワーク委員会は、住民同士の助け合いの中で、地域に住むお一人一人の暮らしを支え合っている地域づくり、特に「個別支援活動」に取り組んでいます。また、主旨に賛同して活動を共にしている方(仲間)を増やそうと広報活動にも努めています。

ボランティアビューローだより

平野区平野東2-1-30
「にこにこセンター内」
☎6795-2200

第2回 子育て支援ボランティア養成講座開催！ (全5回)

2月5日から3月1日かけて、平野区保健福祉センター子育て支援室、平野区社会福祉協議会、平野区子ども・子育てプラザ、平野子育て支援センター、喜連子育て支援センターが共催で、子育て支援保育ボランティア養成講座を開催しました。「子どもが大好き」「子育ての経験を活かしたい」と、子育てに関心のある方が参加されました。

区内の子育て支援の状況

平野区内では、毎年約2000人の乳児が誕生しています。その子どもが入学するまでの間、親子で集い交流できる場である子育てサロンが区内には、関係機関や地域が実施している場所を合わせて約20ヶ所ありますが、まだ十分とはいえないのが現状です。

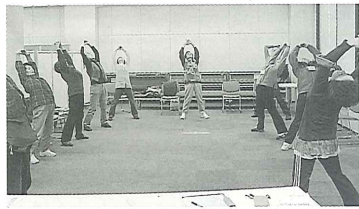
親の話を聴くことの大切さ

今の子育て世代は、小さい頃から子守りや家事を手伝っていた昔と違い、自分の時間は自分のために使い“これからは、女性も社会で男性同様に活躍するように”と育てられている人が多い。そのため、初めての子育てにしんどい思いをしている親が多く、特に専業主婦は社会から離れ、一人で頑張っている母親が多い。だから、話を聴いてあげることで、お母さん達は心が軽くなり、「自分を受け入れてもらった」という安心感につながり元気や勇気がわいてくるのです。

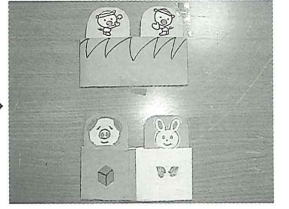
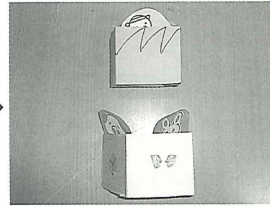
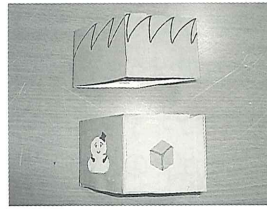
内 容	
1	ボランティア活動とは？ 子ども支援は親支援
2	親の話を聴くことの大切さ 身近なものを使って手作りおもちゃを作成
3	平野区の子育て支援状況 子ども子育てプラザ、ファミリーサポートセンター紹介
4	子どもの安全対策（平野消防署 救急隊）
5	親子ひろばの見学



ボランティアによる読み聞かせ中



『ラーメン体操中』



今回の作品です。「いない いない ばあ〜」

身近におきる病気やケガのときの応急手当は？

平野消防署救急隊の方より、「突然、ケガや事故等に遭遇したら慌てるかと思いますが、落ち着いて呼びかけをしてください。その上で、傷病者の状態をよく観察し、胸部圧迫等の救命処置を行ってください」との話があり、人形を使用しての救命処置の仕方やAEDの取り扱い方などを学びました。

講座を終了した大半の方は、早速、保育ボランティアとしての第一歩を踏み出しました。近年、親だけでなく地域ぐるみでの子育てが大切だといわれています。ボランティアの皆さんには、自分が活動しやすい場所で子育て支援を担っていただき、今後も、関係機関同士が連携を取り、区内の子育て支援活動が活発になるように支援していきたいと考えています。

Q) ボランティア活動って？

誰かに強制されたり、義務として行うものではなく、自発的な活動です。また、資格の有無や年齢などは関係なく、自分にできる“ちょっとした事”から始める事ができます。

Q) ボランティア活動に報酬はないの？

ボランティアビューローでご紹介する活動においては、原則として仕事のような報酬はありません。

Q) 活動するには、どうしたらいい？

まず、ボランティアビューローまでお越しください。都合の良い日時等を登録します。希望された活動があれば、その場でご紹介しますが、毎月郵送しているボランティア募集情報などからも、興味のあるものを選んでもらえます。

Q) どんな活動があるの？

子どもの遊び相手、高齢者や障がいを持った方の話し相手やお手伝い（車いす介助、付き添い）、イベントのお手伝い等があります。他にも、趣味や特技を活かして施設などで活動したりと、区内を中心に様々な活動があります。

Q) どのくらいのペースで活動すればいい？

週1回でも月1回でも構いません。ボランティア活動は自発的な活動なので、自分にあったペースで活動しましょう。

Q) 活動中、事故にあった場合は？

登録受付時に、ボランティア保険に加入していただくので、万が一活動中にケガをした場合や、相手にケガをさせたしまった、また、物を壊してしまったという場合には、保険の範囲で対応します。

ボランティア活動 Q&A

「あっ！その気持ちよくわかる」ボランティア活動は“共感”から始まります。



～ハンディを持つ方と登録ボランティア～の 外出交流会を開催しました

平成21年12月22日(火)、神戸空港&神戸花鳥園へ行きました。

空港から望む神戸の街は、緑豊かな山々を背に異国情緒がただよい、大空に飛び立つ飛行機を目の前に見て、ゆったりした気分になり、豪華なステーキの昼食に思わずほほもゆるみがち、バリアフリーの神戸花鳥園へと向かいました。

神戸花鳥園では、ロビー一面に咲く大輪のペコニアや、フクシアには圧倒されました。優雅に飛ぶふくろうや水鳥と触れあったり、楽しいひとときを過ごし、神戸スイーツなどたくさんのおみやげと、手芸ボランティアのみなさんの手作りの「クリスマスプレゼント」を手に、それぞれの家路につかれました。



登録ボランティア 楽しく活動できました！！

11月24日(土)・25日(日)秋晴れのもと、『ひらの秋のフェスタ2009』が開催されました。「ボランティアビューロー」からは、玉子入りたこせんとカレーライスの店を出しました。

たこせんは、行列ができるほどの人気で、あっという間に完売しました。カレーライスは、あまりの人気にご飯の炊きあがるのが間に合わず、しばらく待っていただくというハプニングもあつたり・・・と、休憩時間もそこそこの忙しさでしたが「楽しかったよ！」とのボランティアさんの声に感謝感謝の一日でした。



3月6日(土)小雨の中、『和っしょい！縁日』が開催されました。公園テントでの活動だけに、雨の影響がとても心配でしたが、「ボランティアビューロー」定番となった“たこせん”に“カレーライス”は、ボランティアの「おいしいカレーライスとたこせんはいかがですか？」の呼び込みのおかげで、悪天候にも関わらず完売しました。ボランティアのみなさん、ありがとうございました。



ボランティア募集!

あなたの力、活かしませんか？

●おもちゃ図書館“にこっと”での活動

おもちゃ図書館“にこっと”に参加された親子が元気になるような空間を一緒に作りませんか？

《活動場所》にこにこセンター

《活動日時》毎月第2・4土曜日 10:30～14:00

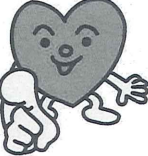
《その他》月1回、都合の良い時間帯でOKです。

※おもちゃ図書館“にこっと”とは、障がいのある子どもたちや、友だちと遊ぶのが苦手な子どもたちが自由に遊び、お母さん達はホッと一息つきながら交流する場です。



平野区ボランティアビューローでは、上記以外にも在宅の方を対象に活動していただける方や施設などで活動していただける方など、常時ボランティアを募集しています。

自分にできる“ちょっとした事”をお探しいただき、ボランティア活動に興味のある方は、ボランティアビューローまでご連絡を！

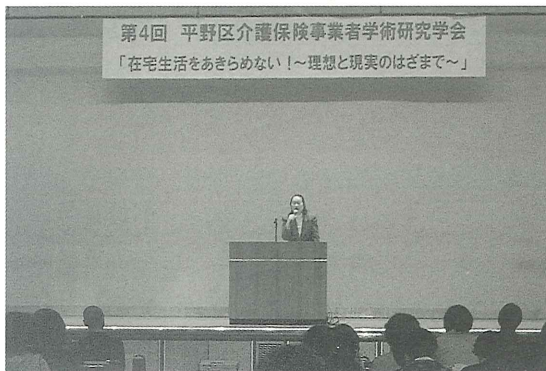


「第4回平野区介護保険事業者学術研究会」が開催されました

平成22年2月11日、平野区民センターにて「第4回平野区介護保険事業者学術研究会」が開催されました。平野区居宅介護支援事業者連絡会と大阪介護支援専門員協会平野支部の共同開催、平野区保健福祉センター・平野区社会福祉協議会・平野区医師会・平野区歯科医師会・大阪府薬剤師会平野支部・平野区訪問介護連絡会・大阪府訪問看護ステーション協議会の後援で行われました。

日々多忙な業務に追われる介護支援専門員や医療・保健・福祉の専門職の方々が、住みなれた地域で自分らしい生活を希望される利用者や家族によりよい支援が出来るようにと、平成19年に初めて開催され、今年で4回目を迎えました。今回は「在宅生活をあきらめない！～理想と現実のはざままで～」という研究テーマで第一部は、記念講演として沼野尚美氏（チャプレン・カウンセラー）を講師に招き「共に支え、共に生きる」という内容で講演がありました。

緩和ケア病棟で、毎日末期がん患者さんと接し心のケアを実践されている先生は、「一人ひとり皆大切な人である。援助者は、緊張感を持って仕事を



第一部 沼野尚美氏の記念講演

して、人の気持ちを理解し、人の心の痛みをわかる人になってほしい。」と話されていました。

第二部は事例発表で、コメンテーターとして大阪府立大学の白井先生を迎え、介護支援専門員・訪問看護師・生活相談員等他職種から担当者の思いや地域包括支援センターの役割について8演題の発表がありました。

第三部は、シンポジウム。テーマは、「介護保険スタートから10年を迎えて～今、そしてこれから～」でした。各シンポジストの先生方は、「医療と福祉の専門職として、これからの介護保険がその方向性を見失わず、平野区の各専門職が情報を共有して連携し、地域支援体制を確立できる一歩としてほしい。」と話され、この10年間



第二部 事例発表

を振り返った発表と討論がなされました。

祝日・雨天の中、200名以上の出席者があり、利用者や家族が住みなれた地域で安心して生活できるように、医療・保健・福祉が連携をして支援をして行こうという、有意義な研究会でした。

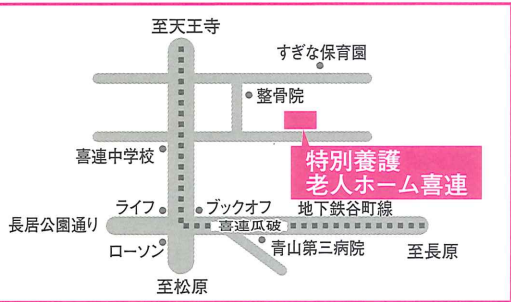


第三部 シンポジウム

高齢者・家族・地域の暮らしの相談窓口
地域包括支援
センターだより



**喜連地域
在宅サービスステーション**
特別養護老人ホーム喜連内
喜連2-2-40 ☎6790-6666
FAX6790-6679



喜連地域在宅サービスステーション

高齢の方や障がいをお持ちの方に限らず、医療・福祉、権利擁護、経済・生活問題、児童に関する事など、地域にお住まいの方の相談を受けさせていただいている、総合相談窓口です。

住み慣れた地域で、安心してその人らしい生活を営んでいただけるよう、必要な制度や情報の提供発信、関係機関へのつなぎ、などを行っております。

喜連・喜連北地域を中心に、ネットワーク推進員、平野包括支援センターと連携し、地域に根付く総合相談窓口として微力を尽くしております。

2月20日、地域でお住まいの高齢者の方を対象に、喜連地域集会所にてお食事会の団欒の時間を少しお借りして、「家族介護支援教室」を実施し、地域にお住まいの高齢の方が使えるサービスや介護保険についてご紹介させていただきました。

広報誌などでの情報発信は数多くありますが、実際、誰が、どうすれば利用できるかなど、周知されていないのだと実感しました。このような活動を継続し、今後もよりわかりやすく情報発信し、お困りのことがあれば、ここに来ればいい、とっていただける、地域に根付く相談窓口になれるよう、努めてまいります。

まずは皆様お気軽にお立ち寄りください。

(喜連地域在宅サービスステーション 窓口担当：金川)

認知症予防のための生活ポイント

- 人に頼らない生活を
お金の管理や身の回りのことは自分でやるようにしましょう。
- 人付き合いを大切に
人と交流すると脳が活発に働きます。家族や友人と会話を絶やさない毎日を通しましょう。
- 短い昼寝と運動を
短い昼寝（午後1時～3時の間で30分程度）と夕方の運動は睡眠のリズムを整え、脳の健康に役立ちます。ウォーキングなどの有酸素運動は脳の血流を良くします。
- 魚を食べる生活を
青魚に含まれるDHAやEPAと言う成分は、脳の血流をよくしたり、動脈硬化を防ぐといわれています。積極的に食べましょう。
- 野菜や果物をたっぷりと
ビタミンC、E、ベータカロテンなどの抗酸化物は、アルツハイマー型の認知症予防に効果があるといわれています。
- 趣味を持つ
自分の好きなことの中で少し難易度が高いことに挑戦し、常に新しいことに挑戦する気持ちが脳の機能を高めます。
(大阪市発行、元気なうちからはじめよう介護予防手より抜粋)

