

1. 高齢者が暮らしやすい平野区をめざして

誰もが等しく年を重ねます。こんな心配や悩みはありませんか？

自分や家族の健康

家族の介護

買い物などで困った

孤立しないか

健康づくりや介護予防の取組に参加したり、介護の悩みを相談してみませんか？

隣近所同士のつながりづくりのために、あいさつや声かけをしてみませんか？

身近に相談できる場所を知っていますか？

まだまだ、元気で活躍できるぞ！
自分の経験を活かして、社会に何か貢献したい！
何か、ちょっとしたボランティアに参加したいなあ
こどもたち（平野区の未来）のために、何かやりたいなあ

その温かい気持ちと力を、地域社会へ活かしてみませんか？

高齢者の身近な相談窓口「地域包括支援センター」と総合相談窓口「ランチ」は
平野区 高齢者 相談 検索 <http://bit.ly/2xzrwu>

2. 認知症になっても安心して暮らし続けることができる平野区をめざして

高齢化がさらにすすむなか、認知症の人は増加すると考えられます。あなたが、家族が、認知症になったら… 誰にも発症のリスクはあります。

認知症の予防が重要

進行を遅らせたい

周囲の見守りが大切

早期の発見が大切

お互いの見守りや、徘徊発生時に発見の協力者がいると安心しませんか？

認知症を理解し、予防したいですね！

あれっ?! と思ったら
「ひらのオレンジチーム」
(認知症初期集中支援チーム)
認知症の人とその家族への
初期支援など
06-6769-0015

みんなが認知症サポーターになって、見守り、
支えあえるまちって、ステキですね！
※キャラバン・メイト連絡会が認知症サポーター
養成講座を行っています。

※平野区の認知症
対策の取組例

地域住民が主人公！支える人も支えられる人も、 お互いを支えあえるまちをめざして

「障がい」って
なんだろう？
みんなにも「障がい」のこと
知ってもらいたいなあ～

障がいがあっても
どんどん社会参加
していきま～す♪

子育ての
相談ってどこで
やってるん？

大切なこどもの
将来のために
何をしたらいいの かなあ♥

地域で何か
ボランティア
したいなあ♪

介護や認知症が
心配やねん

わしらがこどもたちの
ために役に立てることが
あるやろうか？

認知症になっても
住んでる地域で
安心して暮らし
続けたいねん

近所に顔見知りがい
い～っぱいいたら
ええなあ♪

3. 障がいのある人もない人も支えあえる平野区をめざして

「障がい」とは何かを少し考えてみませんか？

障がいがあることに気づいてもらえない

おまつりなどのイベントに参加してみたい

障がいの状態も困りごと人それぞれ

自分ができることでも貢献したい

誰もが安心して暮らし続けるためにも、困っている人がいれば、その人の気持ちに寄りそい、みんなで「支えあえる」まちにしませんか？

あなたのほんの少しの勇気と温かい気持ちで、『大きな力』になっていきます。

「平野区障がい者相談支援センター」
障がいがある人や、その家族などの
地域における生活を支援
06-6797-6691

4. こども・子育て世帯をみんなで支えあえる平野区をめざして

みんなの宝物「こどもたち」の将来を、みんなで支えていきませんか？

子育ての悩み

児童虐待

こどもの貧困

こどもの居場所の少なさ

生きる力を育む

こどもたちが将来に向けて自立できる力を育めるように、
みんなで考えていきませんか？

大切なこどもの笑顔、将来のために、子育てに悩まず、相談を！まずは06-6762-0088「児童虐待防止協会」(子どもの虐待ホットライン)、または06-4302-9936「平野区役所」(子育て支援室)まで。

地域で子育てをがんばっている人たちに、手を差し
のべてみましょう！

もし虐待を発見したら、気になるこどもがいたら…身近なところに相談を！
地域の民生委員・児童委員や主任児童委員、区役所、学校園、警察などにも相談してください。

児童虐待ホットライン
0120-01-7285
※匿名でもかまいません。
ご連絡いただいた方の
プライバシーは守られます。

5. 平野区の 地域におけるセーフティネットの構築

みなさんが働きやすく
暮らしやすい平野区をめざして、
住民・企業・行政などが
一体となって取り組んでいきます。

医師会・歯科医師会・薬剤師会 病院(地域連携室)

在宅医療ケアネットワーク委員会 介護保険事業者連絡会

地域包括支援センター・ランチ 地域ケア推進会議

民生委員・児童委員、主任児童委員 地域団体 福祉サービス事業所

ボランティア NPO法人 民間企業 老人クラブ連合会

地域の担い手のみなさん 区社会福祉協議会
くらしサポートセンター平野、
見守り相談室、
平野区ささえ受支援員、
地域福祉活動コーディネーター

老人福祉センター 学校園 区役所などの行政機関

平野区のみんなが
力をあわせて…

住民一人ひとりが孤立しないように

困ったときに家庭で抱え込まず、
気軽に相談できるように



自助

生活の中で困ることがない
ように自分(家族)でできること
※健康づくりや近所づき
あいなど

公助

福祉制度サービスによる
専門的な支援
※医療・介護サービスや
その他福祉的な公的
支援など

共助(互助)

住民同士がともに(互いに)
協力し支えあうことなど、その
ための環境づくりを行うこと
※まつりやふれあい喫茶など

新たな民助

企業の地域貢献や非営利活動
による住民のサポート
※就労訓練の協力や、送迎
サービスなど

つながり、支えあう
平野区みんなの力

平野区(行政)

平野区社会福祉協議会(民間)

総合的な福祉活動の下支え・
取り組みやすいしくみづくり など

まずは、『わたし』『家族』でできることを考えて、はじめてみませんか？

◆ みんなの将来のために、一人ひとりが自分のこととして考えることが、最初の大切な一歩です。例えば、こんなことはどうですか？

★規則正しい生活やバランスの取れた食事、運動習慣を持つなどにより、健康維持、生活習慣病の予防に努めましょう。

★日頃から、どんな相談窓口があるのか調べておきましょう。そして、困ったとき、個人や家庭で抱え込まず、気軽に相談しましょう。

★困ったときに、お互いが助けあえる関係づくりのため、日頃からのあいさつを心がけましょう。

★悩みを抱え込まず「手伝って」と言える人を増やしましょう。

★困っていることがあったり、困っている人がいれば、周りに相談する勇気を出しましょう。

★近所の行事への参加を考えてみましょう。

そして、『みんな』でできることを考えてみたり、手伝ってみたりしませんか？

◆ みんなの将来のために、一人ひとりの力を少しずつ出しあうと、大きな力と希望になります。例えば、こんなことはどうですか？

★隣近所の暮らしを気にかけて、ごみ出しなど“ちょっとしたお手伝い”を頼める関係を隣近所でつくりましょう。

★「ふれあい喫茶」や「いきいき百歳体操」など、地域の福祉活動にご近所同士で声をかけあいながら参加し、孤立しないようにしましょう。

★支えあいの想いを広げるため、地域でみんなで「認知症サポーター」になりましょう。

★地域の福祉課題について、小・中学生や関係機関といっしょに、地域一体となって話しあいましょう。

★世代を超えて顔見知りになり、こどもの成長・安全を支える“見守りの輪”を広げましょう。

★災害時に備えて自身の避難場所や近所に孤立するおそれのある人がいないか把握しましょう。

【いきいき百歳体操】

平野区の将来に向けて、
みんなの『心と力』を合わせましょう！

助けを必要とする人が増えていく将来は…

つながりの希薄化

孤立への不安

健康への不安

生活や将来の不安

災害への備え

担い手の不安

みんなで力を
合わせながら…

すでに活躍
されている
担い手

つなぐ
しくみ

新しく芽吹く
担い手
※共助(互助)・
民助など

エコや災害時を
テーマにした
クッキングセミナー

子育てフェスタなどでの
「いのちの大切さ」講座

「キッズひらちゃん
子育て応援団」