



広げよう

「おれんじパートナー」の

輪

問い合わせ 高齢介護グループ、地域包括支援センター

いつまでも
住み慣れた家やまちで
暮らすために

とが重要です。

厚 生労働省は65歳以上の約4人に1人が認知症もしくは軽度認知障がいであると発表しました。これを大阪狭山市に当てはめると、市内では認知症、軽度認知障がいの人は約4300人いると推計されます。

認 知症は誰でも発症する可能性があります。認知症の人は覚えることが難しくなり、考える時間がかかるため、同時にいくつもの話をすると混乱しやすく、困ることがあります。症状は徐々に進みますが、周囲の支えでできることがあり、趣味を持つことや人との交流、家事などを本人に担ってもらうことで、その人らしい生活を続けることができます。まずは、かかりつけ医へ相談し、専門医を紹介してもらうこ

今 後、認知症の人やその家族が住み慣れた地域で暮らし続けるためには、地域で彼らを支える仕組みづくりが重要となってきました。市では「認知症サポーター養成講座」や「高齢者SOSネットワーク事業」など、認知症に対する理解を深め、見守り体制を構築する事業を積極的に進めています。これらの事業は行政の力だけではなく、地域の協力が必要になります。そこで、新たな取り組みとして「おれんじパートナー」の養成を進めています。認知症の人が身近な地域でのつながりをより強くすることで、認知症の人の閉じこもりを防ぎ、家族の介護負担の軽減などをめざします。

おれんじパートナーの活動

おれんじパートナーは、認知症になっても、住み慣れたまちで暮らせるよう家族や専門職などとともに本人の生活を支える「伴走者」です。

活動内容としては、認知症の人や家族に対する見守りや声かけ、認知症の人の話し相手や催しへの誘いだし、認知症の人や家族の生きがいづくり(趣味活動など)の手伝いなどのいずれかにご協力いただきます。

充実した活動ができるように、パートナー同士の意見交換の場の提供など、地域包括支援センターが支援します。

おれんじパートナー養成講座

おれんじパートナーになるには、養成講座の受講が必要です。認知症の人ができること、おれんじパートナーとしてできること、どんな環境が安心できるのか一緒に考えましょう

とき 29日(水)・9月5日(水)・12日(水)・19日(水)いずれも午後1時30分～4時30分(全4回)

ところ 市役所・第2会議室(9月12日は市内の事業所)

対象 市内に住んでいて受講後におれんじパートナーとして活動できる人

内容 認知症に関する基礎知識、認知症の人のコミュニケーション、入居施設などでの実習など

定員 30人(先着順)

申し込み 20日(月)までに市役所高齢介護グループ、地域包括支援センターで配布する申込用紙に必要事項を書いて、地域包括支援センターに直接。または、住所・名前・電話番号を、ファクシミリ(FAX 368・9933)も可

さやりんおれんじカフェ
スタッフ 湯井美里さん



イベントなどの時には人手が必要です。「おれんじサポーター」のような知識のある協力者がいるととてもありがたいです。

さやりんおれんじカフェ
ボランティア 勢馬充雄さん



知人に誘われておれんじカフェで演奏のボランティアを始めました。皆さんに喜んでもらえることが自分の楽しみになっています。

認知症の妻と暮らす北野さん

「人とつながりがあることが大切」

認知症になる前から人とのつながりをつくっておくことが、サポートが必要になった時に気楽にサポートしていただくためにも大切だと思います。妻は、趣味や自治会活動で地域とのつながりができました。外出時に友人とあいさつを交わすだけで、妻はその日を満足そうに過ごしています。

◆市の取り組み◆

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を見守る応援者です。平成18年度から開始した養成講座は、延べ約6,700人が受講しました。

さやりんおれんじカフェ(認知症カフェ)

市内に6ヵ所あり、認知症の人や家族、地域の人が仲間づくりや情報交換をする場です。※開催日など詳しくは12ページ



高齢者SOSネットワーク事業

協力機関と地域が高齢者を見守り、登録者が外出時に困ったときはネットワーク関係者で支援をします。

RUN^{とも}伴

認知症の人や家族、支援者などが認知症の啓発のためリレーをしながら1つのタスキをつなぎ、ゴールをめざすイベントです。



ONE HEARTソフトボール大会

認知症の人が仲間と一緒に力を発揮し、楽しむことを目的に河内長野市と共同で開催しています。

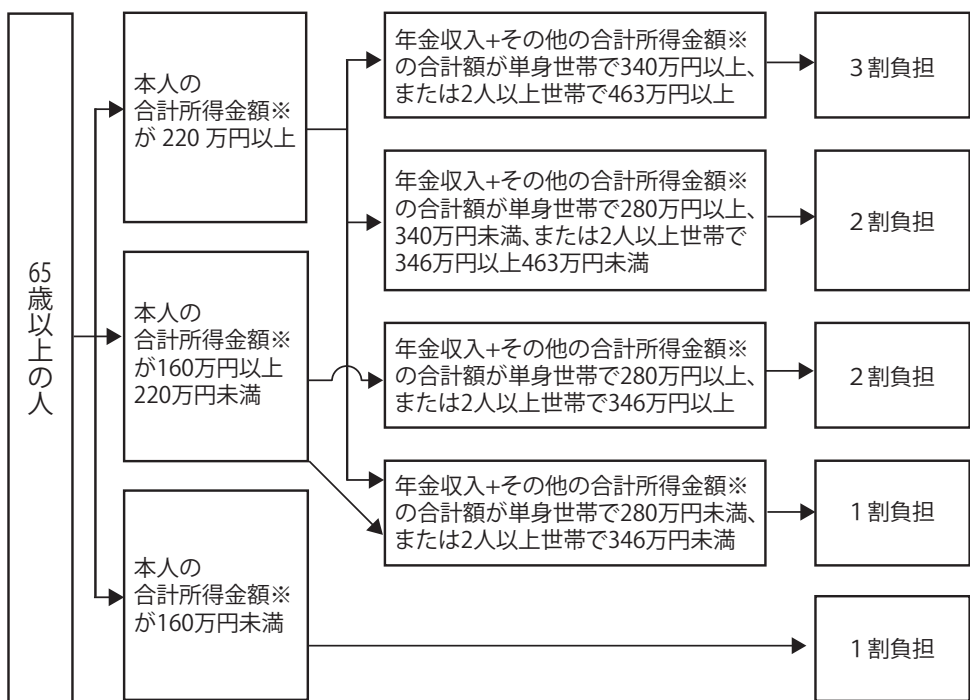


利用者負担が見直されます

介護保険制度の持続可能性を高め、世代内・世代間の負担の公平性を確保し、能力に応じた負担を求める観点から、8月のサービス利用分から、2割負担者のうち特に所得の高い層の負担割合が3割となります。なお、第2号被保険者(40歳以上65歳未満の人、市民税非課税者、生活保護受給者は所得にかかわらず1割負担となります)

対象者

第1号被保険者(65歳以上の人)で要介護認定を受けている人または、事業対象者の人

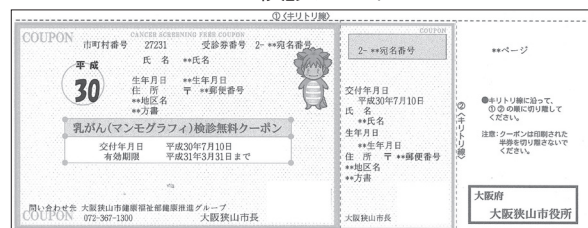


※「合計所得金額」は地方税法上の合計所得金額から長期譲渡所得および短期譲渡所得にかかる特別控除額を控除した額です。

問い合わせ 高齢介護グループ

子宮頸がん・乳がん(マンモグラフィ) 大腸がん検診、成人歯科健康診査

がん検診クーポン



市では、右表の対象者に「子宮頸がん検診」・「乳がん(マンモグラフィ)検診」・「大腸がん検診」・「成人歯科健康診査」の無料クーポンを送付しています。このクーポンを使うと、平成31年3月31日(日)まで、指定医療機関で検診(健診)を無料で受けることができます。

無料クーポンは、4月20日現在、市の住民基本台帳に記録されていた人を対象に送付しています。該当する人で無料クーポンが届いていない場合は、保健センターへ連絡してください。

対象者で、すでに該当するがん検診または成人歯科健康診査を受診した人は、自己負担分を返還します。詳しくは、問い合わせてください。

■ 問い合わせ 保健センター



クーポン お届けしています!

対象となる検診	対象者(年齢・生年月日)	
子宮頸がん検診《女性》	20歳	平成9(1997)年4月2日～平成10(1998)年4月1日
乳がん(マンモグラフィ)検診《女性》	40歳	昭和52(1977)年4月2日～昭和53(1978)年4月1日
大腸がん検診		
成人歯科健康診査	50歳	昭和42(1967)年4月2日～昭和43(1968)年4月1日
	60歳(今年度60歳になる人)	昭和33(1958)年4月2日～昭和34(1959)年4月1日

パブリックコメントを募集します

大阪狭山市生産緑地地区の区域の規模に関する条例(素案) 問い合わせ 都市計画グループ

市では、条例(素案)に対する市民の皆さんの意見を募集します。市内に居住・通勤・通学する人などが対象です。団体で提出する場合は、意見を取りまとめて提出してください。いただいた意見の概要と、それに対する市の考え方については、市ホームページで公表します。住所・名前など個人情報公表しません。また、個別に連絡することはありません。

この条例は、食糧生産、防災機能、景観形成などの多様な役割を担っている市街化区域内農地をさらにきめ細やかに保全していくことを目的としています。

生産緑地地区の区域の規模に関する要件を500㎡以上から300㎡以上に引き下げるもの

■ 募集期間
1日(水)～31日(金)

■ 条例(素案)の閲覧場所
市役所都市計画グループ、情報公開コーナー、ニュータウン連絡所、保健センター、福祉センター、市立公民館、図書館、市民活動支援センター ※市ホームページからも閲覧できます

■ 意見の提出方法
書面(様式自由)に住所・名前・電話番号・条例(素案)に関する意見を書いて、都市計画グループへ直接。または、〒589-8501大阪狭山市役所都市計画グループへ郵送、ファクシミリ(℡367-1254)または電子メール(toshikikaku@city.osakasayama.osaka.jp)が可

平成30年度 市民公益活動促進 補助金申請事業 審査結果

4月15日に実施した市民公益活動促進補助金申請事業の公開プレゼンテーションでは、市民公益活動促進委員会協働事業評価部会の9人の委員が審査員となり、申請団体による工夫を凝らしたプレゼンテーションが行われました。審査の結果、チャレンジ部門は1事業、自立促進部門テーマ型は1事業、自立促進部門提案型は3事業に補助金の交付を決定しました。

詳しくは、市ホームページを確認してください。

問い合わせ 市民協働推進グループ

運用状況

情報公開制度 個人情報保護制度

情報公開制度は、市が持っている情報について、公開を請求する権利を市民に保障する制度です。

また、個人情報保護制度は、市が持っている情報に含まれる個人情報を適正に取り扱うことを定めた制度で、自分自身の情報の開示を請求するなどの権利も保障しています。

平成29年度中に利用された件数は、下表のとおりです。

		情報公開制度	個人情報保護制度
請求状況	請求者数	69 者	3 者
	請求件数	69 件	3 件
	公文書の件数	453 件	4 件
決定状況	全部公開	92 件	1 件
	部分公開	354 件	2 件
	非公開	4 件	0 件
	不存在	2 件	1 件
	取下げ	1 件	0 件
不服申立て		0 件	0 件

問い合わせ 法務・契約グループ

V.O.S. (野菜たっぷり・適油・適塩) メニューを知っていますか？

【V.O.S. メニューの基準】(1食あたり)

Vegetable
野菜たっぷり！
野菜量120g以上

Oil
適油！脂肪エネルギー
比率30%以下

Salt
適塩！食塩3.0g以下



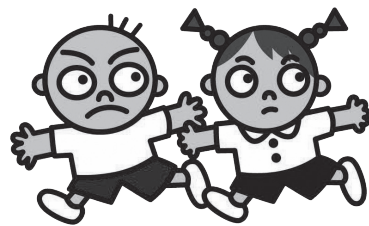
生活習慣病予防のためには、野菜をたっぷり摂り、油と塩は控えめにした健康的な食生活が大切です。大阪府では、野菜(Vegetable)・油(Oil)・塩(Salt)の量に配慮した食事を「V.O.S. メニュー」とし、左記のロゴマークと基準を作成しました。V.O.S. メニューの提供店舗は大阪府のホームページで紹介しています。
(<http://www.pref.osaka.lg.jp/kenkozukuri/vos-menu/index.html>)
また、ロゴマークを使用する場合は、大阪府へ申請する必要があります。申請・相談は藤井寺保健所広域栄養チームまで
問い合わせ 大阪府藤井寺保健所企画調整課広域栄養チーム
☎072-955-4181

29日(水)から9月4日(火)は 子どもの人権 110番強化週間

フリーダイヤル ☎0120-007-110

「子どもの人権110番」は、大阪府人権擁護委員連合会の子どもの人権専門家による、いじめ、不登校、体罰、児童虐待など子どもの人権問題についての電話相談です。29日(水)～9月4日(火)を強化週間として、相談時間を拡大します。相談は無料で秘密は厳守します。
相談時間 午前8時30分～午後7時 ※9月1日(土)・2日(日)は、午前10時～午後5時
問い合わせ 大阪法務局人権擁護部 ☎06-6942-9496

こども110番月間



次の5つの約束を守るよう子どもに伝えましょう。

- 1 一人で遊びません
 - 2 知らない人について行きません
 - 3 つれて行かれそうになったら大声を出して助けを求め、こども110番の家へ逃げ込みます
 - 4 だれとどこで遊ぶか、いつ帰るか、を家の人に言うてから出かけます
 - 5 友だちがつれて行かれそうになったら、すぐに大人に知らせます
- 子どもたちが登下校や遊びで外出する際には、防犯ブザーやホイッスルを持たせ、しっかりと活用するように教えましょう。
- 問い合わせ** 社会教育・スポーツ振興グループ

1日5皿野菜を食べよう！



野菜の適正な摂取量は、大人で1日350g(1皿70gで5皿)が目安です。3食バランスよく摂りましょう。野菜にはビタミンやミネラル、食物繊維がたくさん含まれ、体の抵抗力を高めたり、おなかの調子を整えるなどの大切な働きがあります。また、低カロリーで満腹感があるため、食べ過ぎによる生活習慣病の予防効果もあります。

食育推進強化月間

大阪府では、8月を「食育推進強化月間」とし、食育の取り組みを進めています。

大阪狭山市でも、平成25年3月に「大阪狭山市食育推進計画」を策定し、「おいしく 楽しく！感謝の気持ちでいただきます！」をスローガンに掲げ、食育推進に取り組んでいます。

野菜を手軽に食べる方法

- ①加熱してかさを減らす(茹でる、電子レンジで加熱する、汁物に入れる)など
- ②市販の冷凍野菜や缶詰を利用する
- ③外食では野菜料理を選べるお店を選び、野菜の具材がたくさん入ったメニューを選ぶ

8



月は

さやまっ子食育教室

小学4年～6年生を対象に、2回にわたって食育講座を開催します。実際に旬の食材を手にとって「食を選ぶ力」と、調理実習をして「自分でつくる力」を身につけましょう。詳しくは15ページをご覧ください。

楽しい食育広場

健康レシピを市ホームページで毎月紹介しています。
問い合わせ 保健センター



道路ふれあい月間

道路を美しく！
公園・緑道を美しく！

- 次のような心無い行為によって道路や公園は汚されています。
- ゴミ、空き缶のポイ捨て
 - 犬のフンの放置
 - 不法投棄
 - 不法看板
 - ちらしの貼り付け

- 落書き
 - 違法駐車や自転車の放置
- 最近では、手入れが不十分な生垣や庭木の道路へのはみ出しが多く見られます。生垣や庭木のはみ出しは、歩行者の安全確保や車両通行に支障をきたし、緊急自動車の進入の妨げにもなります。このような行為をなくし、一人ひとりがマナーを守ることに努めてまちは美しくなります。誰もが気持ちよく利用できるように心がけましょう。
- 公園を利用する際は、他の利用者や周辺の住環境にも配慮してください。なお、次のような行為はご遠慮ください。
- バイクの乗り入れ
 - リードなしでの犬の散歩
 - 深夜まで騒ぐこと
 - 爆竹や打ち上げ花火をすること
 - 場所を占有した危険なボール遊び
- 問い合わせ** 土木グループ
公園緑地グループ

推進標語

「きらきらのこの道 ずっと 守ろうよ」

平成30年度 安全安心スクール 推進リーダー

認定証書交付式を行いました

6月30日に「安全安心推進リーダー認定証書交付式」を行いました。市では安全安心スクールの全メニュー(基礎・入門編、応用編(普通救命講習)、上級編(上級救命講習)、特別編(防犯講演会、防災講演会)を受講した9人の受講者を、「安全安心推進リーダー」に認定しました。安全安心スクールは、平成20年度から、市民を対象に開講したもので、これまでに97人が「安全安心推進リーダー」に認定されました。



問い合わせ 防災・防犯推進室

地域防犯 パトロールベストが 寄贈されました

7月3日、大阪南農業協同組合から「地域防犯パトロールベスト」350着が寄贈されました。

「地域防犯パトロールベスト」は、市内の各小学校の子ども安全見守り活動で活用していただきます。



問い合わせ 防災・防犯推進室
社会教育・スポーツ振興グループ

造血細胞移植によって 定期の予防接種で得た 免疫が低下、 または消失した場合の 再接種費用を 助成します

対象者 20歳未満で、造血細胞移植(骨髄移植、抹消血管細胞移植およびさい帯血移植)によって、定期の予防接種で得た免疫が低下、または消失し再接種が必要と医師が認める人
※平成30年4月1日以降に受けた予防接種を対象とします。対象となる予防接種、申請手続きの方法などについては問い合わせてください。

問い合わせ 保健センター

原爆死没者の 慰霊と平和祈念 黙とうを

6日(月)午前8時15分
9日(木)午前11時2分
15日(水)午後0時

昭和20年8月6日広島市に、9日長崎市に原爆が投下され、多くの尊い命が奪われました。両市では、それぞれの日に原爆死没者のめい福と世界の恒久平和を願う式典が開かれ、原爆投下時刻に合わせて1分間の黙とうが捧げられます。

また、8月15日の終戦記念日には、全国戦没者追悼式が行われ、午後0時に1分間の黙とうが捧げられます。皆さんも職場や家庭で黙とうをお願いします。

問い合わせ 市民相談・人権啓発グループ

おおさか依存症土日ホットライン

依存症に悩む人への土・日の相談窓口が開設

アルコールや薬物、ギャンブルなどの依存症に関することで困っていませんか? 依存症は回復が十分可能な病気です。本人や家族だけで抱えこまず、まずはご相談ください。大阪府では、「依存症に関する電話相談」を毎週土・日曜日に開設しています。

電話相談 おおさか依存症土日ホットライン ナビダイヤル ☎0570・061・999

開設日 毎週土・日曜日/午後1時~5時 ※詳しくは、大阪府こころの健康総合センターホームページ「こころのオアシス」(<http://kokoro-osaka.jp/>)を確認してください

問い合わせ 大阪府地域保健課 ☎06・6944・7524



禁煙ポスターを募集します

禁煙や受動喫煙防止を推進するポスターを募集します。入賞者には後日表彰状と記念品の贈呈を行います。また入賞作品は、11月11日(日)に開催する「健康まつり」会場に展示し、市が実施するたばこ対策事業に活用させていただきます。

◆テーマ 「たばこの煙のないまちにあなたの気づかいみんなの笑顔」

◆対象 市内に住んでいる小学5・6年生と中学生(未発表の作品に限る) ◆規格 4つ切りサイズ画用紙(縦向き)。彩色、画材は自由。作品は絵のみとし、作品に入れたい標語やキャッチフレーズがあれば作品の裏面へ書いてください。 ◆申し込み 9月5日(水)までに、作品の裏面に住所・名前・電話番号・学校名・学年、キャッチフレーズなど(あれば)を書いて、〒589・0032大阪狭山市岩室一丁目97・3保健センターへ郵送または直接※市立小・中学校に通学している人には学校から案内します

◆問い合わせ 保健センター

セアカゴケグモ に注意

セアカゴケグモは、市内の各所から発生が報告されています。このクモは比較的小となしく攻撃性はないものの、強い毒を持っています。万一かまれたときはできるだけ早く病院で治療を受けてください。

セアカゴケグモの特徴

メスの体長は約7~10ミリメートルで全体的に黒色をしており、腹部背面はオレンジ色から赤色のネクタイ様の模様があります。体型は大きなエンドウ豆形でほっそりとした脚を持っています。オスの体長は約4~5ミリメートルで、体色は腹部背面が灰白色、中央に白い斑紋があり、その両側に黒紋が2列に並んでいます。体型は腹部が細く、触肢が丸くなっています。卵のうは直径10~15ミリメートルの乳白色の球形をしています。

生息場所 日当たりが良く、暖かいところや排水溝の側面やふたの裏など

駆除方法

絶対に素手で捕らえたり、触らないでください。成虫は踏みつぶすか市販の家庭用殺虫剤(ピレスロイド系)を噴霧して駆除してください。卵のうは踏みつぶしてください。クモが生息しそうな場所や、巣をつくりそうな場所は普段から注意して、こまめに清掃しましょう。

問い合わせ 生活環境グループ



セアカゴケグモのメス
(出典:大阪府健康医療部環境衛生課)