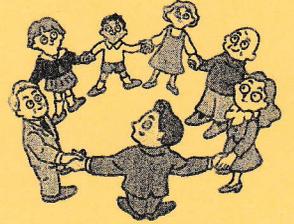


あなたは 助け上手？ 助けられ上手？

～高齢になってもこのまちで自分らしく暮らし続けるために～

高齢になっても住み慣れたこのまちで自分らしく暮らし続けたい！……そのためには、地域の助け合い・支え合いが大切だと言われますが、それはいったいどういうことでしょうか。もし、助け合い・支え合いが“難しい”としたら、その原因は何でしょうか？

自分が住み慣れた地域で暮らししていくことを真剣に考える時、「助け上手・助けられ上手」は、大きなヒントを与えてくれます！



【日時】平成 30 年 2 月 19 日（月）

午後 2 時 から 午後 4 時まで（開場 午後 1 時 30 分）

【会場】西荻地域区民センター（勤労福祉会館）ホール（桃井 4-3-2）

【講師】木原 孝久氏（住民流福祉総合研究所）

【費用】無料 【定員】300 名 【申込み】不要（当日直接会場へ、先着順）

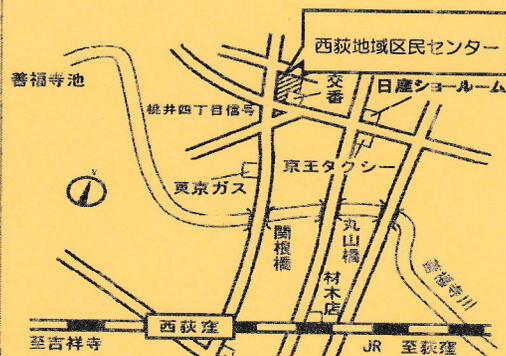
※ 手話通訳・要約筆記があります

講師紹介 木原 孝久 氏

（住民流福祉総合研究所）

40 年以上にわたり“住民流福祉のあり方”を追い求め、「住民主体の支え合いのまちづくり」を提唱・支援する福祉問題コンサルタント。具体策として「ご近所福祉」「助けられ上手」「お付き合い革命」などの普及に力を入れている。全国で講演・セミナーを行う他、執筆、ラジオ・テレビ出演など多方面で活躍。

会場 西荻地域区民センター（勤労福祉会館）



・JR 中央線「西荻窪駅」（北口）徒歩 15 分
・関東バス「桃井四丁目」下車徒歩 1 分

★あなたの“助け合い上手度”チェック！

下記チェックリストの中で、あなたはいくつ当てはまりますか？

- ① 自分に向けられた善意は素直に受け入れる
- ② さびしい時は「さびしい！」と声をあげられる
- ③ いざという時、頼りになる世話焼きさんが身近にいる
- ④ 困っている人がいたら、気になって仕方がない
- ⑤ 向こう三軒とは日常的にあいさつし合う

チェックが 0～2 個の方！

ぜひこの講演会をおききになることをお勧めします！

チェックが 3 個以上の方！

この講演会でさらに“助け合い上手度”を高めましょう！

＜主催＞杉並区 ＜問い合わせ先＞ 杉並区保健福祉部高齢者在宅支援課日常生活支援事業係

電話 3312-2111 (内線 3222) FAX 5307-0687