



心でつなく 地域でつむ

医療 介護 福祉



京都市沓掛地域包括支援センター (愛称) 高齢サポート・沓掛
TEL335-2201 センター長 内山裕之



第42号

新林社会福祉協議会

編集 広報委員

こんにちは。京都市沓掛地域包括支援センターの内山裕之と申します。
この度は、京都市沓掛地域包括支援センターの紹介をかねまして、ご挨拶を申し上げます。私共は、自宅で暮らされている65歳以上の方々の福祉や健康づくりについて、病気ケガのあとの療養や介護についてなど、ご相談をお受けしている福祉相談窓口です。

いまの体の調子を保つためには、どうしたらよいのか、どのようなことに取り組めば、いまより悪くならずにいられるのか。皆様ができる限り長く健康でありつづけられるよう私共は応援したいという思いをもって、ご相談対応に努めております。それでも、生活の中でちょっとした困ることや、これらの暮らしを考えると悩むこと、心配なことはごなれどもお持ちかもしれません。私共は、お困りごとやお悩み、ご心配ごとなどはまずはお話しくださいと聞かせいただきましたうえで、それではどうしたらよいのかという解決に向けての対話を重ねていく中で、ご相談に応じます。
これから、予期せぬことで生活に困ることはごなれども起こることかもしれません。私共は、これからは職員一丸となって、福祉相談の役割を果たせるよう取り組んでまいります。ぜひ、京都市沓掛地域包括支援センターを身近に感

認知症とは

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで、認知機能が低下し、さまざまな生活のしづらさが現れる状態を指します。



認知症の人の気持ち

自分がこれまでとは違うことに、まず気付くのは本人です。もの忘れや失敗が増え、「この先自分はようになっていくのだろう」、「家族に迷惑をかけているのではないか」というような不安を感じるようになります。



不安を感じる



落ち込む

自分がそれまでできたことができなくなってしまうので、気分が沈んでうつ状態になることがあります。趣味活動をやめてしまったり、人とのコミュニケーションも少なくなることで、引きこもりがちになる生活になってしまいます。



怒りっぽくなる

何か失敗した時に、どうしていいかわからずに混乱し、いらいらしくなったり、不機嫌になったりすることがあります。時には声をあげてしまったり、つい手を出してしまうことがあります。

じていただき、気軽にご利用していただけたら幸いです。
新林社会福祉協議会の今後ますますのご活躍と、新林にお住まいの皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。ご挨拶と致します。

◆◆◆◆◆
社協活動を振り返って
◆◆◆◆◆
記録係一同
行事内容を記録するとう記録係として、行事に参加させて頂き、お手伝いさせて頂きました。

「老化によるもの忘れ」とは異なります。

老化によるもの忘れ	認知症
・体験の一部を忘れる	・体験全体を忘れる
・ヒントがあれば思い出せる	・ヒントがあっても思い出せない
・人や場所、時間はほぼ正しく認識できる	・人や場所、時間を正しく認識しにくくなる



「お手伝い」と言いながらも、いろいろなことを参加者の方々とともに経験させて頂き、その中で多くのボランティアさんのお力添えがあつてこの事業が成り立っていることを知るなど多くの事を学ばせて頂くことができました。1年間ありがとうございました。

庶務係一同
私たちは社協の配布物の印刷を毎月行い、季節のイベント、活動のお手伝いをさせていただきました。地域の多くの方とふれあい、知り合いにもなることができ大変喜んでおります。この経験を活かして今後も積極的に活動のお手伝いをさせていただきます。本当に一年間ありがとうございました。

広報係一同
一年間社協広報係を経験し、たくさんの季節の行事やイベントをお手伝いさせていただきました。地域の高齢者の方々、子どもたちと沢山ふれあうことは、社協委員にならなければ、なかなか出来ない貴重な経験だったと思います。

皆で協力し、無事に広報紙を発行することが出来ました。一年間ありがとうございました。

新林社会福祉協議会

会長 片山 千恵子

新林学区の総人口は8350人、そのうち0歳〜14歳は995人(総人口の11%)、65歳以上2072人(総人口の24.8%)、この数字は平成26年度のもので、27年に国税調査が行われ、高齢化率は増していると思われます。その中であつて、昭和52年4月に発足した新林社会福祉協議会は、今も自治連合会と共に「ぬくもりのある新林」をスローガに活動しています。

高齢者サークル「こでま」で、「子育てサークル」たんぽぽ、誰もが集える「まちの縁側」をはじめ、小学校での季節ごとの行事、視覚障がい者施設「洛西寮」での行事、単身高齢者の方々への行事や、交通安全推進会と共に「高齢者交通安全教室」も行ってきましました。今年度行われた洛西寮での障がいのある方とのふれあい活動の「卓球バレー」は15回目、「ふれあい茶話会とカラオケ」は30回目の開催となりました。平成17年に発足した社協ボランティア「なごみの会」は、各自治会からの社協委員の皆様と共に活動を支えていただいております。

社協からのお知らせ

まちの縁側



第3火曜 1時〜4時
新林会館エントランス

赤ちゃんからお年寄りまで楽しいひとときを。
お茶やおもちゃをご用意しています。

子育てサークル「たんぽぽ」

第3木曜 10時30分〜12時
Aコープ2階

幼児と保護者 おじいちゃん
おばあちゃん どうぞ一緒に

すこやかシニアサークル「こでま」

第4土曜 1時〜3時
新林会館2階

手芸・水彩画・折り紙・パソコン
大人のぬりえ

健康体操いきいきシニアサークル

第2火曜 1時〜3時
新林小学校会議室

介護支援センター指導員から役立つお話し、楽しい体操、血圧測定等

参加者は、生き甲斐と健康、友達作りを目指して楽しく過ごされています。居場所作りとして皆様の参加をお待ちしています。



委員と「なごみの会」の方々と共に、高齢者から乳幼児まで新林の皆様が明るく笑顔で、いつまでも住み続けたいと思える、温もりのあるまちづくりを目指しています。学区民の皆様のご理解とご協力を宜しくお願い致します。



12月19日(土)お一人暮らしの65歳以上の方88名に「ふつくら缶入りパン」をお配りしました。この缶入りパンは5年間賞味期限があり、災害時の非常食としてとても重宝です。一軒、一軒お渡しすると、とても喜んでいただきました。



布団丸洗い 乾燥サービス

(独居、障がい者向け)

ふんわり布団に蘇ります。今年もサービスを利用して頂き大変喜んでいただきました。

いきいき健康 ふれあい会食会

10月26日(月)京都エミナス3階金閣の間にて開催されました。ボランティアグループ京都熱愛会による「南京玉すだれ」の演技と気さくなおしゃべりに手拍子で盛り上がり、初めて参加された方々も和やかな雰囲気になり、参加最高齢の森田さんの「乾杯」でお食事が始まり、食べやすく調理された美しい料理を頂きました。楽しいジャンケンゲームもあり、和気あいあいの賑やかなひとときでした。



ティークンサイト

11月7日(土)の午後のひととき、新林小学校にておいしいコーヒーとケーキを

頂きながら、フルートとハーブの美しい音楽を聴くことができました。クラシックやなつかしい曲など多数演奏してください、50名程の方々は、こうした身近な場所での演奏を心ゆくまで楽しんでおられました。



新林まつり

10月31日(土)新林小学校太鼓やダンスの発表から始まり、各体験コーナーではスタンプを押してもらい、プレゼントも頂いたりして子供達は楽しく弾んでいました。疑似老人体験や車椅子体験、アイマスキュして感覚で物を当てたり、視覚障がい者の手引き体験も熱心に行っていました。良い体験になった事でしょう。



ふれあい茶話会とカラオケ大会

2月13日(土)洛西寮4F洛西寮でのこの大会も今年で30回目との事。寮生と一般人が交流を持ち、明るい笑顔でお茶菓子や温かいぜんざいを頂きながら楽しい時を過ごされました。寮生の皆様の歌唱力には感心しました。最後は参加社協員が合唱して終了しました。



社会福祉協議会への賛助金
ご協力ありがとうございました