



第21号  
平成28年9月1日  
発行  
桂東社会福祉協議会  
責任者 中川 智雄  
編集 岡本 正晴

### 高齢化加速

桂東社会福祉協議会

会長 中川 智雄



四月十四日二十時二十六分、熊本地方を震源とする、最大震度七の地震が発生しました。又、九州に記録的大雨による大きな被害が相次ぎ出ています。被災された方々に心からお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興を願うばかりです。

今年の夏はラニーニャ現象の影響で、猛暑の夏が過ぎたかと思えば、朝夕肌寒ささえ覚える秋の襲来。今年も異常気象が続いています。皆さん元気で過ごしていきましょうか。

日ごろは、桂東社協の福祉活動にご理解とご支援を賜り心から感謝いたしております。特に、平成二十七年年度の賛助会費の募集に際しましては、学区民の多くの方々や企業（法人）団体様から温かいご賛同をいただき、総額「七五六、〇一七円」の御厚志を賜り、ご協力に感謝し心から厚く御礼申し上げます。

本年度（来年二月）も引き続きご協力を賜りますようお願い申し上げます。  
近年、少子・高齢化の進行とともに、家族や地域におけるつながりの希薄化が進行することにより、孤立死や自殺、虐待などの様々な福祉課題が深刻化しています。そういった中、総務省が発表した二〇一五年国勢調査によると「総人口に占める六五歳以上の割合は、一九二〇年の調査開始以来、初めて高齢者が四人に一人を超えた。一五歳未満は〇・五ポイント下がり、最低を更新。少子高齢化加速が一段と進み、社会保障の財源確保や地域の維持に大きく影響しそうだ。世帯人数は一人暮らしが最多。若年層を中心に未婚者が多いことに加え、高齢者の単身世帯も増加傾向で、六五歳以上では男性の八人に一人、女性の五人に一人が一人暮らしだった」と報じている。  
このような状況にある今、私たち役員とボランティア一同は、力を合わせて福祉事業に取

り組んでまいります。今後とも一層のご支援とご協力の程お願い申し上げます。

### 私たちの地域にある

### 高齢者福祉サービスの現状とこれから

京都市桂川地域包括支援センター

横山 陽一

【京都市桂川地域包括支援センターの役割】  
京都市桂川地域包括支援センターは、京都府の委託を受けて運営している高齢者のための公的な相談窓口です。桂東・桂徳・川岡・川岡東学区にお住いの高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていくためのサポートを行います。私たちのところには「介護」「福祉」「医療」などに関する様々な相談が寄せられます。相談内容に応じて、保健師（看護師）、社会福祉士、主任介護支援専門員、介護支援専門員といった資格を持つ専門職員が担当させていただきます。

### 【認知症に関する取り組み】

最近では認知症に関する相談が多く、介護に困り果てたご家族や、徘徊していた高齢者を保護した交番から問い合わせが入ることもあります。認知症に関する取り組みとして、小学校で「認知症あんしんサポーター養成講座」を毎年開催しています。認知症の人への関わり方を学んで学び、自分たちに何ができるかを一緒に考えています。また、平成28年10月14日に「認知症徘徊模擬訓練」を予定しています。桂東学区にお住いの方々もご参加していただけます。認知症の人とその家族が安心して暮らせる地域づくりを一緒に考えていきたいと思います。

### 【介護保険サービスを利用するには】

介護保険サービスを利用したいという相談は毎日のようにいただきます。訪問介護や通所介護など介護保険サービスを利用するには介護保険の申請を行い要支援認定、要介護認定を受ける必要があります。申請窓口はお住いの区役所になります。地域包括支援センターの職員が自宅や入院中の病院などを訪問して申請代行できますのでお困りの際はご相談下さい。

### 【地域の高齢者施設の現状】

高齢者施設への入所についての相談も増えています。高齢者施設と聞いて皆様が最初に

### 平成28年度 ボランティア総会

平成28年度桂東社会福祉協議会総会（ボランティア総会）は、4月18日午前10時より、北川文化ホールにて、出席者18名（来賓2名を含む）の下に、開催されました。中川会長の挨拶に始まり、桂東自治連合会井上副会長より、防災の黄色カード（無事カード）や安心マップを中心としたご挨拶と西京区社協の上野事務局長より、災害ボランティア派遣に関するご挨拶をいただきました。議事に入り、平成27年度事業実施報告および収支決算報告が、原案通り承認されました。次に、平成28年度事業実施計画ならびに平成28年度予算が提案され、何れも、原案通り承認され、議事は滞りなく終了しました。

- 平成28年度 役員並びに担当
- 会長 中川智雄 副会長 中川弘子 (B担当)
  - 副会長 岡本正晴 (A担当) 事務局長 曾根博徳 (B担当)
  - 副会長(会計) 中村洋子 (C担当) 事務局次長 山口尚佳 (D担当)

### 平成28年度 事業実施計画 (9月以降の行事予定)

実施予定月日	事業内容
9月 1日 (木)	広報誌「桂東ふれあいだより」第21号発行
9月 9日 (金)	第3回健康すこやか教室と昼食会
9月29日 (木)	第3回「桂東サロン」御霊神社
10月 4日 (火)	寝具クリーニングサービス A・B地域
10月 5日 (水)	同上 C・D・E地域
10月14日 (金)	第2回配食サービス
10月21日 (金)	第2回健康すこやか体操
10月27日 (木)	第4回「桂東サロン」御霊神社
11月 (日時未定)	秋の一日レクリエーション
11月 (日時未定)	①小学生との交流会 [地域のお話、歌、演奏等]
11月24日 (木)	第5回「桂東サロン」御霊神社
12月 2日 (金)	防災・防火教室と 第4回健康すこやか教室と昼食会
12月23日 (金祝)	年末友愛訪問
1月13日 (金)	「新年の集い」と 第5回健康すこやか教室と昼食会
2月中	平成28年度 賛助会員（賛助会費）の募集
2月 3日 (金)	第3回配食サービス
2月 (日時未定)	②小学生との交流会 [戦争体験、昔の暮らしや遊び]
2月17日 (金)	第6回健康すこやか教室と昼食会
3月10日 (金)	第4回配食サービス
3月17日 (金)	第3回健康すこやか体操
3月23日 (木)	第6回「桂東サロン」御霊神社

思い浮かぶのは特別養護老人ホームではないでしょうか。特別養護老人ホームは原則「要介護3」以上の方が対象です。  
老後が心配だから早めに申し込んでおきたいという方がいらっしゃいます。入所については申し込みができません。入所については申し込みではなく、心身の状態、家族の介護力、住環境などを総合的に判断して選考されます。最近では西京区内にも有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅が増えてきました。特別養護老人ホームよりも待機期間が短く、要介護認定が軽度でも入所申し込みができる所が多いようです。施設によって費用や特徴が異なりますので、関心がある方は見学に行き、詳しく話を聞いてみるのが良いと思います。

### 【介護予防・日常生活支援総合事業に向けて】

京都市では「介護予防・日常生活支援総合事業」を平成29年4月に開始する予定です。先程述べました介護保険サービスの中の訪問介護・通所介護については介護予防給付から外れて「介護予防・日常生活支援総合事業」へ移行します。これまで以上に地域の支え合いが大切になりますので、桂東すこやか教室のような活動の場を増やしていくことが望まれます。私たちも桂東学区にお住いの皆様と一緒に考え、取り組んでいきたいと思います。

ボランティア活動に参加して

(上豆田町) 中路 常子

私事ながら、大変仲の良かった前任者の突然の訃報に接し、このたび後任として老人福祉委員のお役を勤めさせて頂くことになりました。身も心も引き締まる思いです。併せて、関連の深い社協のボランティア活動にも参加させて頂きました。

最初に北川文化ホールでの健康すこやか教室・お食事会の行事に参加させて頂き、大変おどろきました。

元気なお年寄の方はもとより、社協役員の方、ボランティアの方々のお世話されている姿には頭の下がる思いがしました。

そして配食サービスや御霊神社事務所での桂東サロンの催しでは皆さま方と一緒に、コーヒーやお菓子をいただきながら歌を唄い、軽い体操をして、日頃の生活や過ごし方などのお話を聞かせて頂き大変勉強になりました。そして私でもお役に立てれば頑張っておこうと、改めて思いました。又昨年11月6日秋のバスツアーリクレーションでは、湯の花温泉京都河にて美味しい昼食を頂きながらゲームをして、足湯に浸かり一日楽しく皆さんと一緒に過ごさせて頂きました。亀岡名物のコスモス園を眺めながらの帰りのバスの中で、参加された皆さんにステキな時間を有難うと感謝して頂き本当に嬉しい思い出が私にも出来ました。最後にになりましたが、私は元より、皆さまの健康と、すこやかな毎日を送って頂く為のお手伝いが出来まうように、皆様方に寄り添って行きたいと思っております。これからも宜しくお願致します。



桂東サロン、極楽寺の拝観



年六回開催している桂東サロンは、今回常設会場の御霊神社社務所から徒歩三分ほど離れた極楽寺を拝観させて頂いたことになりました。秋の好天に恵まれた十一月二十六日のことでした。当日はご住職が直々にお迎え頂き、丁

寧なご説明を拝聴することができました。極楽寺は、1549年に建立され、桂離宮を造営された八条宮家代々の位牌所です。庭園は、築山林泉形式に造られており、昭和62年に京都市名勝庭園に指定されたことでした。参加者一同は、見事な庭園に感嘆の声を上げながら、至福のひとときを過ごすことができました。

小学生との交流会

第一回の交流会は、昨年十一月二十四日、桂東小学校で、三年生3クラス83名の児童と、地域社協役員、ボランティア、高齢者約20名との間で開かれました。

【小学生の出し物】

「手をつなごう世界の子ども」と題して、世界各国のお国柄に合わせた帽子や衣装を身につけ、良く知られたそれぞれの国の歌を元氣よく合唱したり、リコーダーや木琴の演奏を披露してくれました。平和な世界をつくるためには、世界の子供が仲良くなり、交流を深めることが大切であることを教えられました。

【地域のお話】

京都市は、東京を除く都市の中で、6番目にランクされる大都市であることをクイズ形式で児童の皆さんに答えていただいた後、焦点を住んでいる地域に合わせていき、「地域の今と昔」をテーマにして、桂離宮・御霊神社・桂地蔵・阪急桂駅・桂大橋・桂消防署・桂警察署・桂東小学校の順に、歴史の変遷をお話しました。最後に、自治会や社協の活動を説明し、児童の皆さんに、住んでいる地域の理解を深めていただきました。児童の皆さんからプレゼントをいただきました。



第二回の交流会は、今年一月二十六日、三年生3組合同85名の児童と社協役員3名との間で、アイルームで開かれました。まず、戦争体験の話では、終戦時、小学校2年生だった前後の体験を、保存していた当時の作文を朗読しながら説明しました。

続いて、当時の生活用品について、自家製のへちまたわしやシュロ製の箒の実物を見せつつ、衣食住の不足で苦労した話をしました。最後に、昔の遊び道具について、水鉄砲、竹トランプ、おしゃみ、紙風船、ビー玉、メンコなど実

演を交えての説明には、立ち上がりつつ見学するなど大いに盛り上がりました。今後もこうした交流を続けていきたいものです。(岡本記)

新年の集いに参加して

(稲荷山町) 下村 律子

平成二十八年一月十五日、朝十時、北川ホールに於いて、社協の新年の集いと健康すこやか教室が開催されました。

はじめに中川会長の御挨拶がありました。今日の催しは、マンドリンコンサートと大型スクリーンに映し出される美しい画像と歌詞を見ながら参加者全員で歌うという、新しい企画をたのしみにして出席しました。中央の真白いスクリーンの前に奏者の安田長次郎様が、マンドリンを抱えて来られました。



楽器に就いての熱のこもった説明があり、やがてスクリーンに映し出された画像や歌詞、マンドリンの美しい音色に誘われ、合唱が始まりました。映画主題歌やロシア民謡など大正・昭和の時代に有名だった場面やつかしい唄、久し振りに声を出し、とても楽しかったです。

後の体操の時間に少々ずれ込むほど盛り上がり、楽しい余韻を残しました。身体を動かして脳を働かせての体操、色々と健康を考へて下さる先生に感謝。賀正の昼食、皆様和気あいあいの中でおいしく頂き、よき一時を過ごさせて頂きました。今年も色々と楽しい催しをして頂きますよう期待しております。お世話下さる皆様方、本当にありがとうございます。

春の一日レクリエーション

京都鉄道博物館を見学して

(市ノ前町) 澤山 昌子

日本で最大級の鉄道の殿堂京都鉄道博物館が四月二十九日にオープンしました。早速、五月三十一日に、私たちは、鉄道博物館を訪れ晴天にも恵まれ、とても有意義な一日を過ごしました。ワクワク気分で会場へ入ると、大勢の方で賑わっていました。当初、男性の方が多いだろうと想像していたのですが、意外にも女性の方

が多く、ビックリしました。

特急つばめを引く張ったSLスチーム号や「団子鼻」の愛称で親しまれた初代新幹線など昔を思い出しながら懐かしさがこみ上げ感動しました。朝から夜へと景色が変わる中を走る「鉄道ジオラマ」も童心に帰り楽しかったです。特製の舞妓弁当も品数多くとてもステキで美味しかったです。役員の方々が行き届いたご配慮には頭が下がっている思いでした。本当にありがとうございました。



【編集後記】

◆民放人気番組「笑点」のある日の出題は「18歳と81歳の違い」でした。答は以下のとおり。

- (その1) 道路を暴走するのが18歳、逆走するのが81歳
- (その2) こころがもろいのが18歳、骨がもろいのが81歳
- (その3) 偏差値が気になるのが18歳、血糖値が気になるのが81歳
- (その4) 恋に溺れるのが18歳、風呂で溺れるのが81歳
- (その5) 東京オリンピックに出たいのが18歳、それまで生きたいのが81歳
- (その6) 自分探しの旅をしているのが18歳、出掛けたままわらなくなつて、皆が探しているのが81歳

◆高齢化が進む中で、健康寿命を延ばすことが課題となっています。そのための心掛けとしてよく言われるのが、睡眠をしっかり取ること、栄養バランスの良い食事を摂ること、無理のない運動(ウォーキングなど)を続けること、家に閉じこもらず社会参加(趣味やボランティアなど)を図ること等々。

◆我田引水になるかもしれないませんが、社協の行事(健康すこやか教室や桂東サロン)での茶話会、レクリエーション等に継続して積極的に参加することが、その目的を果たすことになりまう。参加を通じて、役員やボランティアさんに要望を気軽に伝えてください。