



第22号  
平成29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

今年、毎年

桂東社会福祉協議会

会長 中川 智雄



長かった炎暑もようやく勢いがおとろえたように思われますが、皆様にはご健康にてお過ごしのこととお喜び申し上げます。平素は、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、平成二十八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「七四五、〇〇〇円」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。さて、毎年異常気象が続くとそれが当り前であるような気がしてきました。案の定、今年も又 七月五日九州北部で記録的豪雨（線状降水帯、流木大量流出）による、大きな被害が発生しました。九州以外の各地にも相次ぎ被害が出ています。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。又、今年困ったことに、各地で発見が相次ぐ南米原産の強毒アリ（ヒアリ）対策について京都府舞鶴でヒアリ対処法の講習会が開かれたりしています。このような最中、もしかして、西京区が大雨が引き起こす水災害とか、地震で被災した際に、住民相互の助け合いがどのようにならなければならないかを考える機会になったと思います。日常から住民同士の交流と互いに支え助け合い、協力し活動することで災害時はもとより、それ以外のケースでも地域に福祉活動の輪を広げる事で、安心、安全の福祉と地域の絆のまちづくりを目指しています。そのためには、社協と各種関係団体との連携の下に、近所同士の交流から始まりさまざまな活動への積極的な参加によって進めていく事が重要です。私たち役員も高齢化し地域活

動に苦慮していますが、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。今後も一層のご支援とご協力のごお願い申し上げます。

桂川地域包括支援センターの役割と現状

京都市桂川地域包括支援センター 松島 説

【桂川地域包括支援センターの紹介】

現在、8名の職員が在籍しており、社会福祉士、保健師、主任介護支援専門員が各専門分野の視点で連携し、業務をさせていただいております。高齢者の介護、福祉、健康、医療など、様々な相談業務ですが地域包括支援センターだけで解決できないことも多くあり、多機関と連携をとり、つないでいくという役割もあります。

【地域との関わり】

地域の方からの直接の相談も増えてきておりますが、地域で支え合うことに桂東学区の皆さんは力を入れておられます。私たちも本日のような桂東学区サロンには、できるだけ参加させていただき、顔を覚えていただき、相談しやすいようにと考えております。

【権利擁護】

安心して暮らせるように、高齢者の権利を守ることや、虐待に対しての対応も行っております。成年後見制度の利用や、社会福祉協議会の事業も利用させていただいております。

【超高齢化社会】

高齢者数も増加し、要介護・要支援率も年齢とともに上昇し、85歳・89歳は約半数の方が認定を受けておられる現状です。今後、医療や介護を必要とする人も増加してきます。今後、一人暮らしや高齢者夫婦世帯も急増し、介護保険のサービスだけでなく、様々な生活支援が必要になります。桂東学区の皆さまは、地域内のネットワークづくりや、サロンの充実などで顔の見える関係づくりを率先してされています。先日の地域ケア会議でも、まずは挨拶が大切であり、日頃からの基本となる挨拶はとても重要だという意見が出ておりました。

【介護予防】

元気なうちから介護予防を意識し、自分で生活機能をチェックすることも必要です。体を動かすこと、楽しく食することも大切です。口の健康を維持することで心身の健康にもつながります。認知症の予防、うつ、閉じこもりの予防を行いながら、活動的な85歳を目指してほしいと思っております。

【地域づくり】

皆様と顔の見える関係づくりから地域づくりは始まると思います。お互いを知り、協力していくことが重要だと思っております。信頼関係と支え合いがあつてこそ地域関係が深まると思います。話ができる関係づくりを目標としていきたいと思っております。



平成29年度 ボランティア総会

平成29年度桂東社会福祉協議会総会（ボランティア総会）は、4月21日午前10時より、北川文化ホールにて、出席者15名（来賓3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 小石会長、西京区社会福祉協議会 上野事務局長、北川顧問よりご挨拶をいただきました。議事に入り、平成28年度事業報告及び収支決算報告が原案通り承認されました。次に、平成29年度事業実施計画ならびに平成29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29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 (金)	広報誌「桂東ふれあいだより」第22号発行
9月 8日 (金)	第3回健康すこやか教室と昼食会
9月28日 (木)	第3回「桂東サロン」御霊神社
10月 3日 (火)	寝具クリーニングサービス A・B地域
10月 4日 (水)	同上 C・D・E地域
10月13日 (金)	第2回配食サービス
10月20日 (金)	第2回健康すこやか体操
10月26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
11月30日 (木)	第5回「桂東サロン」御霊神社
12月 1日 (金)	防犯・交通安全教室と 第4回健康すこやか教室および昼食会
12月23日 (土)	年末友愛訪問
1月12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29年度 賛助会員（賛助会費）の募集
2月 2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
2月16日 (金)	第6回健康すこやか教室と昼食会
3月 9日 (金)	第4回配食サービス
3月16日 (金)	第3回健康すこやか体操
3月22日 (木)	第6回「桂東サロン」御霊神社

秋の一日レクリエーション

るり溪温泉の食事会に初めて参加して

(稲荷山町) 小亀 広治

平成二十八年十一月八日、予報通りの雨が降りそうなお出立前でしたが、道中は降られる事なく、バスの中は三十八名の参加者で、皆さんの話し声で賑やかでした。千代川から宮川を過ぎると、山間の谷筋の車道に入って行きます。峠に差し掛かるあたりから、下の谷間と向いの山が、黄色と朱の色に染まって来ましたが、見頃はまだ少し先になるようです。途中バスを降りて、道からゆっくりと溪谷に下り、各自のペースで散歩です。非常に静かな人造湖を見て『るり溪温泉』に到着しました。



本館に入り、浴場の場所や午後の予定時間等を聞いて休憩タイム入り。各々が売店等を見て歩き二階の食事部屋に入り楽しみの昼食です。施設特製の彩り御膳を賞味しました。女性含めてのアルコール好きな人は自前でビールの乾杯。食事時間がゆっくりに出来た為、あちこちで話が、たくさん聞かえて来ました。食後は全員参加のビンゴゲーム楽しみました。帰りの時間まで気楽ですので、皆さん温泉組、シヨツピング組、散策組に分かれての自由行動です。家族連れや、高齢者等の温泉施設の様だと想います。キャンプ場も見学して来ました(私個人)。お互いに年を重ね、各グループ、何々会と言った団体で、余裕ある時間を取っての動きも、身体の運動になると思います。年に一回か、二回程度は、有れば良いのかなア、と思います。この様な催しには、初めて参加しましたが、良かったと思っております。ラッキーなことに、家に入るまで雨に濡れませんでした。(了)

〔補足〕

「るり溪」は、南丹市園部町の南西部、大阪府・兵庫県に隣接し、起伏の緩やかな山地にできた溪谷で、滝や岩も多く、国の名勝地にも指定されています。人造湖「通天湖」から「るり溪」へ流れ落ちる水は、幅も落差も十メートル以上あって壮観です。

新年の集い「二胡」の演奏を楽しむ

今年の新年の集いは、一月十三日 北川ホールにて、五十名の参加の下、開催されました。今回は、Dグループのボランティアならびに高齢者の皆さんが、それぞれの感想を寄せ書きしてくださいましたので、掲載させていただきます。

●中国の楽器、「二胡」のさわやかな音色で、私達も良く知っている曲を奏でられ、皆で歌い心から魅了されました。毎回、色々と楽しい催しを企画していただき、また来年はどんな催しかしらと、今から楽しみです。(岡本恵子)



●私の小学校時代は、戦争の最中でした。でも、今日の二胡が奏でる「故郷」は、懐かしく、カラオケで歌った「昂」など、今日の歌はすべて懐かしく、また、もの哀しくもあり、素晴らしい時間でした。(岸本アサ子)

●歴史ある異国の伝統楽器「二胡」日本華楽学院講師三人の皆さんの演奏で、哀愁漂う音色に耳をすまし又昔なつかしい唱歌の演奏に口ずさみ、新春に心温まるひと時を過ごし、参加者の満面の笑顔を拝見し、今年も健康な一年を過ごされることを願いました。(岩本暢子)

●時間を忘れるくらい楽しい演奏を聞かせていただき、若い時の唄を皆で愉しみました。その後は、体操で体をほぐし、気持ち良かったです。お昼の食事もおいしくいただきました。毎年の行事を楽しみにしています。(大石初恵)

●初めて聴く「二胡」に感動しました。日本の雅楽に奏でられる胡弓に良く似ていると思いが、哀愁を帯びた音色に聞き惚れつつ、騎馬民族の知恵で、弦が落ちない工夫がされていることに感心し、ちょっと触ってみました。(中略 咲子)

●十年ほど前にも、北京で、「二胡」の演奏を聴きました。その時は、キーキーと、煩わしかったのですが、今回の演奏は、音が良く、静かで、聴いていて、心地よかったです。(須田康子)

●お弁当で出た甘く煮付けた「くわい」が栗のようでした。私は、くわいが嫌いでしたが、とてもおいしくいただけました。(山口尚佳)

小学生との交流会

今年の交流会は、従来と異なり、学校の要請もあって、昔の生活体験「七輪で火を起こして、お餅を焼く」というテーマでした。

平成二十九年一月二十三日、二十五日、二十六日と三回に分けて、三年生の児童を対象に、校舎の中庭で、各クラスを八組(二組四人)に分けて実施。

内容は、七輪(こんろ)を囲んで、マッチを擦る体験、七輪に点火用の紙切れを底に並べ、炭を格子状に置く体験、うちわで風を送る体験、火加減を調節する体験、お餅を焼く体験、別に用意したきな粉をまぶせての試食会、後片付けの体験等を、社協ボランティアの方々をサポートしました。観察しての感想は、マッチの擦り方が判らず戸惑ったり、点火してもこわがって、すぐ手放す児童が多かったこと、火勢の調整ができず当惑していたこと、等々。

それでも、七輪で自分たちが焼いたお餅は、少々焦げすぎているも、美味しかった様子で、笑顔の輪が広がる体験学習でした。(岡本記)



春の一日レクリエーション

(その一) 苧亭での食事会「旬の苧料理」

五月三十日、三十八名の参加の下、地域からは送迎バスで十分ほどの距離にもかかわらず、人里離れた竹林に囲まれた隠れ里にひっそりたたずむ(苧亭)は、俗界を離れた別天地でした。苧のシーズンも終盤にさしかかっていましたが、さすが、洛西の産地だけに、朝掘りの柔らかく新鮮な苧料理の数々に舌鼓を打ちました。大広間のガラス窓に映る孟宗竹が風情を一層引き立ててくれました。食後はビンゴゲームに興じ、全員に賞品が行き渡り、なごやかな空気に包まれました。帰りには、裏山の竹林を散策する人、店内で、竹にちなんだお土産を買う人等、思い思いの楽しい時間をすごしました。(岡本記)

参加者のお一人、北尾様からレポートをいただきましたのであわせて掲載させていただきます。

(その二)「苧亭」の思い出

(木ノ下町) 北尾 冴子

新緑に恵まれた苧亭での集いに参加させていただき心安らぐ楽しい一日を過ごさせていただきました。四季折々幾度も寄せていただいた思い出の「苧亭」です。今から四十四〜五年前か檜原周辺の古墳や史跡を尋ねて散策した事があります。今の様な近隣の建物もなくひっそりとした静かな田舎でした。帰路少し早い目の夕食をとるため「苧亭」に立ち寄った時の事です。「よくこの地を歩いてくたさった。お疲れでしょう。丁度お風呂の仕度が出来てます。お入り下さい」と。突然の客に当たったか言葉でした。何も用意してないのでお断りしましたが勧められるまま好意に甘えました。大きなお風呂にお湯一杯親子三人のんびりさせていただいた思い出があります。あの頃は随分変わりましたが近くにこんな所があつて一寸羨ましい気分です。料理は美味しいし、ゲームまでして楽しませて下さりお礼の言葉もございません。お世話下さった皆様感謝し厚く御礼申し上げます。又の機会を楽しみに日々元気に暮らしましょう。



〔編集後記〕

◆「桂東ふれあいだより」第二十二号をお届けします ◆ご一読いただいたところで、息抜きのために、全国老人ホーム協会が公募したシルバー川柳のなかから、共感を覚えた句を選んでみました。

- 手を引いたつもりが孫に手を引かれ
- 孫やさしさき聞いたと言い出さず
- 俺の愚痴聞いてくれる大と猫
- 身振張って杖は要らぬと傘を持ち
- つまずいて足元見ても何もなし
- 病状を言えば云うほど薬増え
- 体調の良い日は医者をはしこする
- 脳トして信じたくない老いを知り
- 本性が出るというからボケられず
- 持病には医者顔負けの知識あり
- OB会みんな無医に早変わり
- 美しく言えば云うほど薬増え

皆さんのご感想は如何ですか?これを機に、脳トレのつもりで、一句ひねり、当会報に投稿していただければ幸いです。

◆外出することや、様々な社会活動に参加することは、介護予防になり、健康寿命を延ばすことにもなります。

当社会福祉協議会のボランティア活動に参加し、人のお世話をし、積極的にコミュニケーションを図ることは、人助けになるだけではなく、自らの健康にも直結します。住み慣れた地域で、ぜひボランティア活動にご参加ください。お申し出を歓迎します。