嵐山東ふれあいだより

発　行
嵐山東社会福祉協議会

責任者
中路　枝里子

支えあう住みよい社会　地域から

嵐山東民生・児童委員協議会長　足立信次郎

新年あけましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、穏やかに平成30年の新年をお迎えのことと、心からお喜び申しあげます。

昨年、民生委員制度創設１００周年を迎えました。地域において、人と人のつながりが希薄になるなか、住民の福祉課題が多様化、深刻化しています。民生委員・児童委員と社会福祉協議会は、地域の福祉充実を担う「車の両輪」として、密接な連携のもとに活動してきました。

２０２５年には、団塊の世代が75歳以上となり、京都市の高齢者人口が43万人、高齢化率も30％を超える見込みです。

高齢者が豊かな地域生活を送れるようにするため、民生、社協のみならず老人福祉員、包括支援センターとも手を取り合って活動を推進して参ります。区民の皆様の一層のご支援をお願いいたしますとともに、皆様方のご健勝とご多幸をお祈り申し上げて、新年のご挨拶といたします。

新年のご挨拶

嵐山東児童館長　後藤　進

嵐山東小学校の校歌、①番は「朝に夕べに照り映える～」で始まり、②番「光に満ちて流れゆく～」と続きます。

児童館は、児童一人一人が自分のやりたいことをやりたいだけ、自由に遊んだり作ったり運動したりして、素敵な自分と出会うことが出来る所です。

そんな子ども達の成長を、校歌の③番に付け加えて読んでみました。

『夏に冬に麗し姿、後にそびえる愛宕山、心優しくおおらかに、仲間と楽しく支え合い、素敵な自分と出合える、嵐山東児童館』

愛宕山は、嵐山のうしろにそびえる京都一の帽子をかぶった山です。愛宕山のように季節ごとにいろんな色の帽子をかぶった素敵な自分に出会ってほしい。地域のご支援ご協力を得、地域の皆さまと心のつながりを大切に、愛される児童館を目指して職員一同がんばりますので、本年もよろしくお願いします。

敬老の集い

まずは、実行していただいた皆様方に感謝です。

参加された女性「お弁当美味しかったわ」「お味も最高でしたわ」私も同感。社協の皆さん、さぞ何回もミーティングを重ね完成されたものとお察しします。「まさに思いやり弁当」ですね。

プログラムもさくら幼稚園のかわいい演技、松尾中学のブラスバンドはおなかにずんと来る迫力。みんなで歌った懐メロ、優しい筋トレ、その他の演技も素晴らしく、時間の経過も忘れ、本当に至れり尽くせり、ありがとう。

一方作品展示会も併設していただきました。老人会(嵐寿会、桜寿会)の皆さんが手塩にかけたものばかり、会場の皆さんにも熱心に見ていただき感激です。わが地区にも立派な特技の持ち主がたくさんいらっしゃる事に驚きです。

また機会があればこのような企画もよいのかなと思いました。

懐メロの
あまりにとおき
歌詞おぼろ

嵐山東老人会副会長
平田　孝太郎

花でつなげる あらひがスマイルプロジェクト

「わたしたちのふるさと、嵐山東を花でいっぱいにしよう。」そんな思いからスタートした**「花でつなげる あらひがスマイルプロジェクト」**。子どもたちが自ら植えた小さな花の苗を、地域のご高齢の方々にプレゼントしようという取組を10月14日に行いました。

当日は小雨の降る中、26人の花プロキッズが集まりました。配食ボランティアの方とともに、自分たちで育てた苗を大事そうに持ち、元気に学校を出発していく子どもたち。お花のプレゼントが、お届け先のみなさんにとても喜んでいただけたことで、子どもたちもとても嬉しい気持ちになったようです。学校で育てた小さなお花の苗を通して、このあらひがのつながり、そして地域の絆を深める一助になれたら幸いです。

子ども達の笑顔をもらって

見守り隊　河原正樹

私達十数人で、小学生の登下校の見守りを実施しています。

近年、無謀な運転で、集団登校の列に車が突込むという大事故が多々生じています。

幸い嵐山東学区内では、この種の事故は無く、安心・安全のまちづくりの一助となっております。

見守りで生じる様様な場面で、子ども達とコミュニケーションをとることがあります。そのことで若い感覚に戻り、一緒に歩くことにより、大きなエネルギーをもらい、これ以上ない生命力になっております。

一番嬉しいことは、小学校を卒業し、中・高・大学生や、或は社会人になった人達と出合った時、挨拶をしてくれます。そんな時、やりがいを感じます。

一方、物集女街道の郵便局前では、大変恐い経験をしました。

朝、児童達が青信号で渡ろうとする前に、信号を無視して進入する車があり、その中で、悪質なドライバーの車が接触、私の持つ旗をたたき折ったケースが三回あります。その時は、自分の身の危険を感じました。

見守り隊発足当初から、多くの子ども達の笑顔を貰いながら続けてこられたことに感謝し、これからも、元気で活動出来たらと、思っております。

社会福祉協議会
賛助会員（賛助会費）募集のお願い
自治会単位だけでなく、
個人も受け付けています。
よろしくお願いします。
中路（090-9112-2605）まで
京都市西京区社会福祉協議会

嵐山東体育振興会

嵐山東学区民の皆様、平成28年4月より嵐山東体育振興会の会長を仰せつかりました松原常夫と申します。

この地域に居住しまして、今年で44年余りになるかと思います。体育振興会に関しましては、31年余りお世話になっており、当初は、体振の活動内容も充分把握せず入会をしました。子供の頃より身体を動かすことが好きで、何時もヤンチャをしていた事が功を奏したのか、水が合っていたのか、永年在籍をさせて頂いております。

私は、会長と言う器では有りませんが、24名の仲間と共に自治連合会の一員として、地域の皆様の健康維持と、親睦をモットーに色々な行事を企画立案し、実行して行き、地域に根付いた体振を築いて行きたいと考えております。

また、体振として最大の行事でもあります体育祭は、嵐山東各種団体様の発表の場としても活用頂いております。競技の内容にも各団体のカラーを取り入れて行きたいと思っています。

今後とも、嵐山東体育振興会にご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

敬老の集い　作品展から

スイート嵐山　見学会

平成28年1月、内田町にオープンした介護施設「スイート嵐山」の見学会を昨年11月4日に実施しました。地域役員含む21名が参加。

細川施設長から施設の概要や利用経費の事などの説明をしていただきました。参加者からはいろんな質問があり、身近な事としての関心の高さを感じました。

施設内には、高齢利用者に配慮した設備や気持ち良く生活ができるような環境設定がされていました。

見学後、職員の手作りの美味しい昼食を利用者の方と談笑しながらいただきました。

高齢化が進む時、身近にある介護施設との連携が今後増えて行くと思われます。見学を快く受け付けてくださいます。関心のある方は、一度電話されてはいかがでしょうか。

使用済み　てんぷら油回収事業

回収してま～す

回収日　第1水曜日　10:30～11:30

回収場所
- ☑ 東海道　田中幹夫宅前
- ☑ 風呂の橋　佐原和子宅前
- ☑ 宮ノ北　平田孝太郎宅前
- ☑「ライブ嵐山」の跡地前

美しい地球を未来に残そう！

桜寿会会長　平田孝太郎

合同筋トレ

筋トレ指導員　尾崎　茂男

筋トレ……筋力をつけるトレーニング?!　この年になってムリ……そんなこと言わないで。

特別な道具を使わずに手軽に出来ますよ。

社協では「すこやか筋力アップトレーニング教室」を、毎月第1・第4木曜日に実施しています。長年指導してこられた先輩方に続き、現在9名が認知症予防を兼ねた脳トレと筋トレを指導しています。

私達は「京都市健康増進センター・ヘルスピア21」にて、正しいトレーニングを取得、さらに毎年数回の更新講習会を重ね、皆さんに楽しんでいただけるような指導を心がけています。

11月23日、嵐山東小学校体育館にて、今回合同筋トレを、ヘルスピア指導員の島津さんを講師に実施しました。

身体と脳を同時に使うトレーニングなどを丁寧に指導いただき、改めて筋トレの大切さを学べました。

お弁当をいただき、午後からも室内グランドゴルフを行い、一日楽しく過ごしました。

火事のない嵐山東学区を！

厳しい寒さがまだまだ続く中、暖房器具が出火原因となる火災が増加しています。電気ストーブは火を使わないから安全……そう思って油断していませんか？　ふとんの横に電気ストーブを置いて、寝付くまでの暖を採るうちに寝入ってしまい、寝返りをした際、ふとんに接触、火事に至るという事例が多くみられます。

就寝中の出火は、発見が遅れやすく、特に高齢者においては死傷者につながる危険性があります。次のことを実践し、火災から身を守りましょう。

京都市の 焼死者防止実践ファイブ！

- 「き」気付けばすぐに 119
- 「よ」用心！ たばこと暖房器具
- 「う」うちのふとんは防炎品
- 「と」とにかく逃げよう 戻らない
- 「し」しっかり付けよう 住警器（住宅用火災警報器）

嵐山東消防分団長　古川 史久