



発行 福 祉 会  
福 西 社 議 員  
責任者 山 崎 治 男  
福 協 編 集 山 崎 治 男  
福 協 編 集 山 崎 治 男

### 住み慣れた地域で いつまでも

福西社会福祉協議会  
会長 山崎 治 男

日頃は、地域福祉の発展の為、自治会役員の皆さん、各種団体、老連の皆さんのお世話になっております。ありがとうございます。

二月末に六年生を対象に認知症サポーター養成講座が開催され、参加してきました。真剣に講義を聞き、DVD事例を見て、認知症の高齢者への対応を民生委員も一緒に考えました。福西でも迫ってきている超高齢化社会をどう迎え、安心して暮らしていくために日々準備して行きたいと思えます。昨年四月から始まった「総合生活支援事業」についてもブルーキヤップをはじめ、南福西三丁目、コーポ自治会でも活動を始めています。庭の掃除や電球の交換などお互い助け合える所は助け合いながら、介護保険や施設を上手に利用して安全、安心な福西を目指したいと思えます。地域包括支援センター、老人福祉員、民生委員、社会福祉協議会、老人会の皆さんのご協力を今後も引き続き宜しくお願い致します。

### 西京区社協賛助会費のご協力 ありがとうございました

賛助会員の募集に際し多くの皆様にご協力いただき、合計で324,900円が集まりました。早速、区社協に納め、次年度の事業に有意義に使わせていただきます。

### 健康すこやか学級

11月16日(木) 10時より

当日は、三年生と共にでしたが、学校側の都合により中止。残念…。高齢者サポーター杏掛より

「渋谷美智子様」のお話

- ・免疫力を高める冬場の注意点
- ・栄養ある食事をしっかりと
- ・体をこまめに動かすこと
- ・よく眠る(休息も大切に)
- ・水分は少しずつこまめにとる
- ・手洗い(食事前は30秒しっかりと)
- ・加湿器はほどほどに、咽が痛くなる時は、マスク利用ですがご自身の体と相談してとのお話しでした。

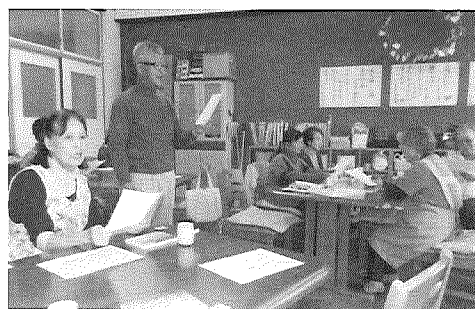
いつものすこやか体操の後は歌を中心に大声で歌いましょう。(懐かしい童謡)

### 活動理念

- 1、安全・安心・交流のあるまちをめざそう
- 2、住民同士が支えあい、助け合つまちをめざそう
- 3、高齢者や障害者にとって住みよいまちをめざそう
- 4、子どもを健やかに育み、支援するまちをめざそう
- 5、明日を支えるボランティアの多いまちをめざそう

さくら/赤い  
くつ/しゃぼ  
んだま/むし  
の声。

◇「小池リー  
ダー」によ  
るすこやか  
「愛唱歌集」  
より何曲か  
歌もお口の  
体操とは言え、少しお疲れのご様子。



◇シルバー川柳

- ・いびきより静かなほうが気にかかり
- ・万歩計、半分以上は探しもの
- ・中身より、字の大きさで選ぶ本
- ・メモ帳のしまい場所にもメモが要る
- ・デザートは昔ケーキで今くすり
- ・お辞儀して、共によりけるクラス会
- ・大きな声で皆様を笑わしておられました。我が身とくらべ領いたりクッスと笑つたりの一時でした。
- 川柳コーナーは、今後もボチボチと…。

### 福西子育て休憩室



2018年2月7日は福井が大雪に見舞われた寒い日でしたが、洛西は快晴で、今年初めての子育て休憩

室が福西児童館で開かれました。民生委員の方々が、地域連携の子育て支援事業として続けられていた「子育て休憩室」ですが、昨年5月から福西児童館の先生方のご協力を得て月一回共同で企画運営される様になりました。毎年夏はお休みでしたが、昨年は西陵中学校の前庭をお借りし、プールで水遊びを3回開催し大盛況でした。今年の夏もご計画をされているそうです。10時半頃からお母様と一緒に来られたお子様達は、児童館の遊具で自由に遊び始め、カートに乗ったりフープやマット遊びをしたり、元気いっぱいでした。その間、出会われたお母様どうしや、先生との会話も弾み、楽しいひと時を過ごして居られました。11時15分頃からお片付けをし、その後はグッパ体操、お歌、紙芝居を楽しみました。最後に民生委員さんとお母様方とお茶を戴きながらの情報交換の場が持たれました。子育て中の孤独になりがちなお母様、お出かけ下さいね。



# 卓球バレー大会

たけの子会(障害者事業)

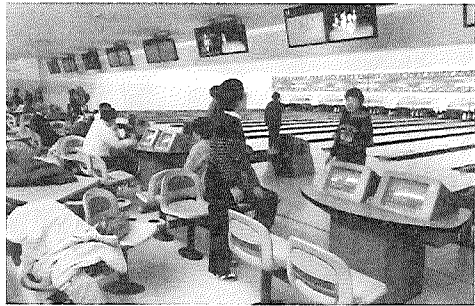
平成29年12月3日(日)、この時期恒例の地域交流事業「卓球バレー大会」が福西会館で行われました。この取材に訪れ、記者は始めて卓球バレーなるものを体験しました。率直な印象は想像していたより遥かに簡単で、かつ面白かったです。これなら老若男女誰もがすぐに出来るし、また障害者にも極めて優しく、健常者と平等に取り組める、とても優れたゲームだと感じました。ここで卓球バレーをご存じない方々に簡単に説明しましょう。卓球台を使って、6人1チーム、バレーボールのルールで行います。椅子に座って、木製のラケット(かまぼこ板のようなもの)でピョン球(金属球入りで音が鳴る)をネット下に転がし、相手コートへ3打以内で返すというものです。この日A・B2チームに分かれ数試合対戦、追いつ追われつのいずれも僅差の好勝負でした。時には少年の大人顔負けの強烈なスマッシュ?が決まり、どうだと言わんばかりの得意顔もあれば、はたまたネットまで届くかどうか、ギリギリの超スローボールで対抗、卓上はいつどんなボールが誰に来るか全く予測がつかず、この緊張感がまた一層楽しくしており、このゲームの素



晴らしいところかも知れません。参加の皆さんの顔を見ると、終始満面笑顔に包まれていました。一緒にゲームに参加させてもらい、スポーツ音痴の記者も本当に堪能しました。このゲームがもつと幅広く浸透すればよいのにと心から思った次第です。まだ経験したことのない人はぜひ一度「卓球バレー」を一緒にやりませんか。きっと大ファンになりますよ!

## ボーリング大会

今年最初の事業として、1月14日(日)地域交流ボーリング大会をエミナスボーリング場で行いました。当日は天候にも恵まれ、車いすの方も参加いただき応援もカッと楽しめました。



今年度高齢者独居者を対象に配食サービスは10月から2月まで実施したところ22名の申込みを頂き、福西老連の協力と各町内社協の役員の方に配達をして頂いて、皆さんに喜んで頂きました。賛助会費を助成に役立させていただきました。

H29年度 福西社会福祉協議会事業日誌

実施日	事業名	実施日	事業名	実施日	事業名
	健康すこやか学級	毎週金曜日	ふれあい喫茶(主催コスモス会)		西京区区社協関連事業
4月11日	筋トレ教室		障害者交流事業	4月15日	区社協ふれあいバス旅行
4月20日	健康すこやか学級	4月2日	お花見	4月18日	健康すこやか学級事業説明会
5月9日	筋トレ教室	5月28日	たけの子会総会	6月5日	第1回西京区地域福祉推進委員会
5月18日	健康すこやか学級	8月5日	福西ふれあいまつりたけの子会支店	6月20日	定時評議委員会
6月13日	筋トレ教室	10月8日	区民運動会 障害者参加	8月25日	区社協役員研修会
6月15日	健康すこやか学級	10月29日	西陵文化まつり	9月8日	市社協地域福祉推進セミナー
7月11日	筋トレ教室	12月3日	卓球バレー大会	10月13日	第1回学区会長会議
7月20日	健康すこやか学級	1月14日	ボーリング大会	12月6日	歳末助け合い募金活動
9月12日	筋トレ教室		子育て休憩室	12月8日	第2回西京区地域福祉推進委員会
9月21日	健康すこやか学級	4月5日	子育て休憩室 花見会	12月12日	第2回地域支え合い研修
10月10日	筋トレ教室	5月10日	子育て休憩室 室内遊び	1月9日	京都市社会福祉大会
10月19日	健康すこやか学級	6月7日	子育て休憩室 歌・手遊び	1月30日	ボランティアセンター登録訓練セミナー
11月14日	筋トレ教室	7月5日	子育て休憩室 親子交流	2月23日	市社協地域福祉ボランティア交流会
11月16日	健康すこやか学級	7月25日	子育て休憩室 ぶんぶんゴマ	3月3日	西京区社会福祉大会
12月12日	筋トレ教室	9月6日	子育て休憩室 紙芝居・手遊び	3月4日	市社協ボランティアフェス
12月8日	健康すこやか学級	10月4日	子育て休憩室 クリスマス会	3月27日	第3回区社協評議委員会
1月9日	筋トレ教室	11月1日	子育て休憩室 自由遊び	1月~2月	西京区社協賛助会員募集
1月18日	健康すこやか学級	11月21日	子育て休憩室 鬼遊び		自治連合会関連事業
2月13日	筋トレ教室	12月14日	子育て休憩室 認知症講座	6月12日	西陵文化祭実行委員会
2月15日	健康すこやか学級	1月16日	子育て休憩室 茶話会	6月22日	福西ふれあいまつり実行委員会
3月13日	筋トレ教室	2月7日	子育て休憩室 絵本・歌	7月4日	社明ティッシュ配布西陵中
3月15日	健康すこやか学級	3月7日	子育て休憩室 茶話会	7月8日	洛西河川を美しくする会清掃
	配食サービス		広報事業	7月8日	福西敬老のつどい実行委員会
10月21日	配食サービス 21食	7月12日	回覧「福西社協だより85号」布団乾燥	8月5日	第16回福西ふれあいまつり
11月18日	配食サービス 22食	10月21日	広報紙「福祉のまちづくり69号」	8月30日	区民体育大会実行委員会
12月16日	配食サービス 22食	3月1日	回覧「福西社協だより86号」すこやか募集	9月18日	第36回福西敬老のつどい
1月20日	配食サービス 22食	3月1日	回覧「福西社協だより87号」ふれあい事業	10月8日	第37回福西市民運動会
2月17日	配食サービス 22食	3月20日	広報紙「福祉のまちづくり70号」	11月18日	西京区民ふれあいまつり
	高齢者ふれあい事業	3月27日	陽だまり通信配布	11月23日	福西防災避難訓練
8月2日	ふとん丸洗いサービス			12月14日	賛助会員募集説明会
5月~3月	ひとり暮らし友愛訪問			1月22日	西京区自治連研修会

### 編集後記

これからの世はAIの時代となり各種のロボット研究も目ざましく、こんなことまでもと、人手不足のため中小企業も中心となり活躍、喜ばしいことです。介護に目をやると更に人材不足が課題となり、介護福祉を目指す学生が減り今では約12万人不足との事。又、毎日のように火災が発生、高齢者の痛ましい結末をニュースで聞きます、老々介護の結果も同じです。

食について、人の食する95%は土から育っているとか、未来を託す子供には「農業教育」の体験もし、多くの人とのかわりや遊びを通じて心身共にたくましく育ってほしいものです。

