

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

嵐山東社会福祉協議会

令和8年度 総会報告

嵐山東社会福祉協議会会長 中路 枝里子



5月11日（土）嵐山東小学校会議室に於いて、令和8年度総会を実施いたしました。

当日は、各自治会の評議員・福祉協力員の方々、御来賓として、荒尾自治連合会会長、嵐山東小学校・河崎由佳校長、同じく土井大輔教頭、西京区社会福祉協議会事務局長・野原孝彦さまをはじめ、総勢37名のご出席をいただきました。夫々の自己紹介の後、議事の進行となり、前年度事業報告・会計報告・会計監査報告と続いて、今年度の事業計画・予算

案をご審議いただきました。その結果、全ての議案について、ご承認いただきました。また、「住みよいまちづくり」のため、嵐山東学区の皆さまと一緒に、楽しく活動出来たらと思っています。今後とも、皆さまの温かいご支援をお願いします。



澄み渡る青空の下 みんなで「わっしょい!!!」

子ども神輿保存会会長 上野 博



松尾山からの新芽の香りが漂う5月17日、松尾大社還幸祭（おかげり）に併せての、子ども神輿巡行を行いました。本年度会長に就任し、初めての巡行に関わることとなりました。5月に入ってから空模様気がかりで、毎日、天気予報とにらめっこでしたが、当日は、これ以上の好天に恵まれ、最高の巡行を行うことができました。子どもたち、元氣

温かいご支援をありがとうございました

令和7年度の賛助会員の募集につきましては、多くのみなさまの温かいご賛同をいただき、291,700円のご厚志を賜りました。心より、お礼申し上げます。

今回は、14自治会様のうち、10自治会様より一括でのご厚志をいただきました。

嵐山東社会福祉協議会では、これからも地域福祉事業に精一杯取り組んでまいります。



追伸 当保存会顧問であります高田政明氏が、神輿巡行後にお亡くなりになりました。謹んでお悔やみ申し上げます。

令和8年度 嵐山東自治連合会役員名簿

役職	氏名
会長	荒尾 哲司
副会長 (会計担当)	倉田 伸代
副会長 (事業担当)	本田 典久
副会長 (事業担当)	氏内 牧子
副会長 (総務担当)	塩見 大樹
副会長 (総務担当)	阪部 珠乃
常務委員	松原 常夫
常務委員	村田 純一
常務委員	河原 保男

ご挨拶

日頃より自治連合会の活動に対し、ご理解ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。各自治会や各種団体と連携しながら、誰もが安心して暮らせるまちづくりに取り組んでおります。本年度は「顔の見えるつながり」を大切に

募集

配食ボランティア



履き物が揃えられ、お店の心配りに感謝しながら三々五々帰路につきました。

今年もお会いできました 渡月亭でのお食事会



令和8年1月30日（金）年初めから寒暖差の激しい日々が続いていましたが、当日は幸いにお天気に恵まれて、53名のお元氣なお顔が集いました。広々としたお座敷に、窓からの暖かい日差しが差し込み、丹精込めたお料理も一層美しく、美味しくいただきました。熱中症や事故もなく、無事、巡行を終えることが出来ました。連合会をはじめ、各種団体の役員さま、各自治会長さま、そして子ども会役員の皆さまには、厚くお礼申し上げます。

令和8年度 事業予定		
毎月以下のふれあい事業を行います		
配食サービス	第2土曜日（8月9日）	嵐山東小学校家庭科室
筋力アップトレーニング	主に第4土曜日（8月26日）	嵐山東児童館
シニアサロン	第3木曜日（8月24日）	嵐山東児童館
子育て支援	毎週火・水曜日	嵐山東児童館
月	日	事業内容
7	31	世代間交流（おむすび会）
8	1	広報誌「ふれあいだより」発行
9	12	あらひがまつり・車椅子体験会
10	11	区民体育祭
11	14	西京ふれあいまつり
	21	児童館まつり
	29	学区防災訓練 評議員、福祉協力員研修（防災備品展示）
12	13	西京福祉大会 年末自治会館等大掃除（賛助会員募集説明）
9年	1	京都市福祉大会 いきいきボランティア研修
2	15	広報誌「ふれあいだより」発行
	21	世代間交流 賛助会費集計 理事会
3	1	評議員、福祉協力員選出の依頼 理事会
	23	自治会年度末総会

*日程変更・中止の場合があります

介護用品展示会
自分や家族を思って



形、左右の足のサイズの違うトラブルのある

方などにも対応できるように、工夫されています。

また、杖は今まで

のものより、デザインにも配慮され、グリップは柔らかくて軽く、握力が弱くなつた方にも使いやすいものでした。今回の展示を見て、福祉用具は、単に不便なところを補う道



具としてだけでなく、利用する方の日々の生活の可能性を広げ、毎日の笑顔を増やすものになればと思います。

東一川 村田 ゆり子

介護用品販売のスタッフさんも、一つ一つの質問に丁寧に答えていただき、納得することができました。

嵐山東社協の皆さま、良い企画をありがとうございました。感謝です。

第三東部 渡邊 公子

今の福祉用具にはどのようなものがあるのかと思い、展示会に参加しました。



福祉用具といえば、介護ベッドや車椅子などの実用性重視のシンプルなもの想像していましたが、今回展示されていた中では、靴がデザイン性を兼ね備えられ、転倒を防ぐためのつまづきにくい設計になっていたり、足のむくみや変

口コモを防ごう！

筋力アップトレーニング
いつまでも自分の足で歩くために



にはピッタリでした！
他にもたくさんさんのメリツ

2月、洗濯物を干そうと前屈みになったとたん腰痛に！その後、半月近くも身動きがとれなくなりました。顔を洗おうとして、動けなくなったことも。腰痛は、何気ない日常動作でも引き起こされます。

それからというもの、20年以上も腰痛を繰り返し、何とかならないものかと、悩んでいた時、社協さんの「筋力アップトレーニング」に誘っていただきました。

筋力のトレーニングは、筋肉をフル活用出来るように神経の伝達を良くし、体幹や四肢の筋力を鍛えます。また、骨や関節を支えたり正しい姿勢を保つためのインナーマッスルが鍛えられるため、姿勢の改善や腰痛予防にもつながります。まさに私

第三西部 福島 恵美

昨年、社会福祉協議会の評議員となり

「筋力アップトレーニング」のお手伝いに行くことになりました。驚いたのは、男女問わず、皆さん真剣に楽しく取り組



は、体調も良かった！
私にとっても合っていると思えたので、仲間の方々と、その後も楽しく続けていきます。

令和8年度 嵐山東社会福祉協議会名簿

理事会		評議員・福祉協力員		
役職 所属自治会	氏名	所属自治会	評議員氏名	福祉協力員氏名
顧問	荒尾 哲司	嵐山第一	濱田 渉	小澤 晋三
会長	中路 枝里子	東一川町	中西 美和	
副会長	阪部 珠乃	茶尻町	富江 覚	仲江 有里恵
副会長	蘆田 佳子	東海道町	神田 美穂	宮本 悦子
副会長(総務)	和田 義幸	第二東部	山手 亮輔	傍末 真由美 原田 美麗
会計	田中 嘉代子	第二中部	高部 通生	松浦 卓広
理事	谷田 敦	第二西部	南部 直人	河野 正孝 田中 健文
理事	諸戸 稔次	第三東部	吉松 直子	臼木 隆志
理事	中嶋 貞一	第三西部	船越 正実	北村 麻美 鳥井 真弓
理事	北野井 照枝	薬師下町	下村 代利恵	福田 恵子 勝山 知佳
理事	植村 節子	朝月町北部	福田 祥雄	橋本 武代志
理事	中野 緑	朝月町南部	中西 慧	山野 誠
理事	林 史子	宮ノ北町	岩瀬 亮太	太田垣 真吾
理事	藤岡 純子	宮ノ前町	岩崎 健志	浜田 朋治
理事	辻井 初江			
理事	臼木 暁			
監事	林田 廣子			
監事	殿西 玖仁子			

認知症かも

● 早めに気づくポイントガイド ●

時間・曜日が分からない
ゴミを出す日や時間を間違う



新しいことが覚えられない
同じ話を何度も話す、聞く



興味・関心・意欲がなくなる

- ・季節に合わない服装をしている
- ・身だしなみに気を使わなくなる
- ・今までと違う感じがある



表情が暗く、活気がなくなったように感じる
記憶がバラバラになり、今までできていたことができなくなる

空間の距離感や位置関係が分からなくなる
家用車の擦り傷が、今までになく増えた



イラスト・テキスト 出典：
西京医師会「認知症かも!! 早めに気づくポイントガイド」