

日ノ岡だより

平成27年12月号

<発行元>



高齢サポート・日ノ岡

京都市日ノ岡地域包括支援センター
〒607-8493

京都市山科区日ノ岡朝田町50-7
Tel.595-5575 / Fax.582-6087

<http://ryokuiukai.com>

e-mail hinooka@ryoujukai.com

やまサポ(仮称)はじめました

最近では連日のように新聞やテレビでも高齢化の進展に伴う諸問題について報道されておりますが、日本の高齢化は待たなしのスピードで進行しています。また、この紙面でも何度もお伝えしていますが、山科区は京都市内の行政区の中でも二番目に高齢化率が高い地域です。特に北西部に当たる日ノ岡の周辺は昭和のはじめから京阪電車が通っていたこともあり、早くから開けていたためか、高齢化率も他の地域より頭一つ飛びぬけて高くなっています。

当然高齢化率が高くなると、要介護のリスクが高まりますが、中でも最も端的に現れるのが、「認知症高齢者」の増加です。

認知症になるとその病状の進行に伴い、様々な生活場面で支障をきたすようになります。また先日には認知症の高齢者が運転する車が歩道を暴走して、7人もの死傷者が出たというニュースがありましたが、判断能力の低下から他人に害を及ぼすような事例も増えてきています。こういった認知症高齢者の増加に伴う問題は今後社会問題として益々顕在化していくことになると思われます。

ではこれらの事態に対して、我々地域包括支援センターをはじめとした介護保険事業所は法

律に則って、介護保険事業を実施するだけで、職責を果たしていると言えるのでしょうか。

現在山科区には100を越える介護保険関係の事業所があります。これらの事業所は互いに競争相手ではありますが、一方単なる商売敵という訳ではなく、常に連携が求められている商売仲間ともいえます。これらの事業所が一致団結し、地域の認知症高齢者やその高齢者を抱えるご家族を支援していく取組みが始められればこんなに強力なネットワークはありません。

山科区地域包括支援センター連絡協議会では区内の介護保険事業所や山科医師会に呼びかけて、「やましな認知症サポート連絡会」(略称:やまサポ)を結成すべく現在水面下で組織の基盤づくりに動いています。この会を結成し、組織率を高めることができれば区内に100箇所もの認知症の相談窓口ができることとなり、山科区民の皆さんの安心にもつながることが出来ます。その第1回会合を来る12月12日に開催する予定です。今後のやまサポに乞うご期待下さい。



やぐらの家

12月11日

三笑堂さんによる下肢の筋力測定会
座った状態で下肢の筋力を測れるそうです。日ごろの介護予防の成果を確認してみませんか。定期的に受けることで励みにもなりますよ。

12月25日

前回好評を博した針金を使った工作シリーズ第2弾で、今回は指輪作りをします。どんなかな?



● 注 イラストはイメージです

北花山元気倶楽部

12月1日

ホットケーキづくり

12月8日

山科苑岸田副施設長によるオカリナ演奏

12月15日

来年の干支の申のちぎり絵

12月24日

クリスマスおたのしみパーティー



1日(火)		⑧北花山
2日(水)		⑦かもと
3日(木)	①市田公園	
4日(金)	②みどりの径	
5日(土)	③六兵工池公園	
6日(日)		
7日(月)	④洛和グループホーム山科鏡山	
8日(火)		⑧北花山
9日(水)		
10日(木)	①市田公園	⑤別所町
11日(金)	②みどりの径	⑨やぐらの家
12日(土)	③六兵工池公園	
13日(日)		
14日(月)	④洛和グループホーム山科鏡山	
15日(火)		⑧北花山
16日(水)		⑦かもと
17日(木)	①市田公園	
18日(金)	②みどりの径	
19日(土)	③六兵工池公園	⑥日ノ岡
20日(日)		
21日(月)	④洛和グループホーム山科鏡山	
22日(火)		⑧北花山
23日(水)	天皇誕生日	
24日(木)	①市田公園	⑤別所町
25日(金)	②みどりの径	⑨やぐらの家
26日(土)	年末のためお休み	
27日(日)		
28日(月)	年末のためお休み	
29日(火)		
30日(水)		
31日(木)	年末のためお休み	

今年も一年
ありがとうございました

カレンダーの各行事の説明



公園体操			
	音楽に合わせて行う20分ほどの簡単な体操です。申し込みも不要ですので、どなたでもお気軽にどうぞ。雨天の場合は中止になります。「のぼり」が開催の目印です。		
会場名	開催日時	費用	備考
①市田公園／柳田邸横私道	毎週木曜日 午前9時30分	無料	年末年始の予定は会場により変則的になっていきます。各会場でもボランティアさんに実施日をご確認下さいませ
②みどりの径	毎週金曜日 午前9時30分	無料	
③六兵工池公園	毎週土曜日 午前9時30分	無料	
④グループホーム山科鏡山	毎週月曜日 午前9時30分	無料	

いきいき筋トレ教室			
	京都市の筋トレ指導者養成講座を終えられたボランティアさんの指導による室内で行う軽い運動です。時間は1時間～1時間30分ほど。寝たきり予防のため、一緒に汗を流しましょう。		
名称	会場	開催日時	費用
⑤別所町元気倶楽部	別所町自治会集会所	第2、4木曜日 午前10時	無料
⑥日ノ岡元気倶楽部	高齢サポート日ノ岡	第3土曜日 午前10時	無料
⑦かもと元気倶楽部	こんこう会館	第1、3水曜日 午後2時	100円
⑧北花山元気倶楽部	北花山公会堂	毎週火曜日 午後2時	200円

茶話会			
	おいしいコーヒーなどのお飲み物を頂きながら、よもやま話に花を咲かせます。愚痴でも自慢でもドンと来い!!健康についてのお話や映画上映会などイベントも盛りだくさんです。場所は裏面の地図を見てください。		
名称	開催日時	費用	備考
⑨やぐらの家	第2、第4金曜日 午後2時	100円	お話し相手のボランティアも募集中

公園体操以外の事業は雨天の場合も原則実施しますが、**台風の接近等による警報発令の場合などでお休みになることもあります。**その場合は当日の朝9時までに各会場の入り口に案内を掲示しますので、ご確認ください。電話での実施の照会は当日朝8時30分から対応しています。
その他、ご不明の点がありましたら当センターまでお気軽にお問い合わせ下さい。

高齢サポート・日ノ岡
京都市日ノ岡地域包括支援センター

Tel : (075) 595-5575
Fax : (075) 582-6087
E-mail : hinooka@ryokujukai.com



公園体操 in 九条山 フレ開催しました



本誌のカレンダーでも毎月報告させて頂いているとおり、当センターでは現在日ノ岡の日常生活圏域内の4箇所にて「公園体操」をほぼ毎週実施しています。

公園の場所や広さによって、お越しになる方の数に違いはありますが、いずれの会場もますますの盛況ぶりです。

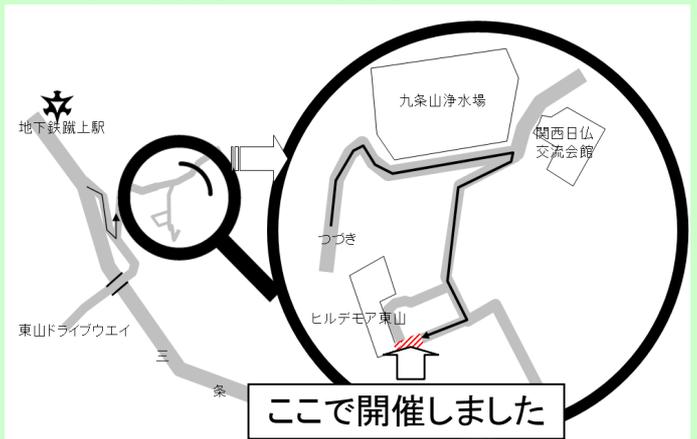
4箇所のうち3箇所は公園の多い鏡山学区で、陵ヶ岡学区は唯一、みどりの径にて実施しています。

陵ヶ岡は人口は鏡山より少ないのですが、東西に長い形をしており、特に昔京阪の九条山の電停があった辺りの丘陵地一帯は学区の中心部からかなり離れており、不便な場所となっています。

そこでこの度試験的に九条山でこの公園体操を実施しました。もっとも公園体操とは銘打っていても、九条山に公園はないので、車通りのない道路を会場にしたのですが、思いのほか多くの方にご参加頂き、「いい運動になった」「久しぶりに〇〇さんとも会えて楽しかった」と感想を頂きました。

この公園体操でもっとも大変なのはボランティアさんの確保なのですが、地域のニーズがあることは確認できましたので、何とか早い機会にボランティアさんを確保して九条山でも定期的に開催できるようにしたいと考えています。

九条山周辺にお住まいの皆様！定期開催できるようになった暁にはぜひご参加下さいませよう、ご案内申し上げます。



地域のみなさんとリレートーク！！



今回は当法人の特別養護老人ホーム山科苑の岸田副施設長です。コントラバスを初め
いろんな楽器を器用に弾きこなす芸達者です。



特別養護老人ホーム山科苑で副施設長をしています岸田と申します。地域の皆さまとのリレートークのようですがやはり内輪のリレートークに益々発車を掛けるようで恐縮です。日ノ岡包括のオ

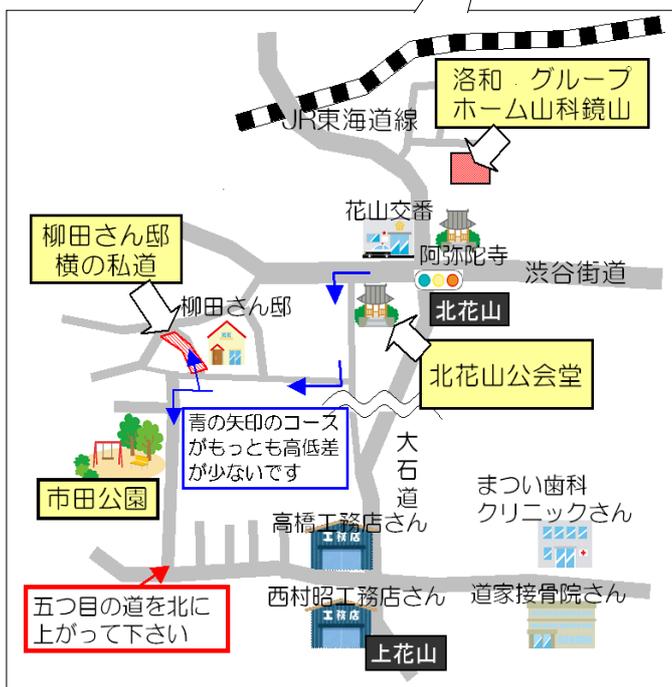
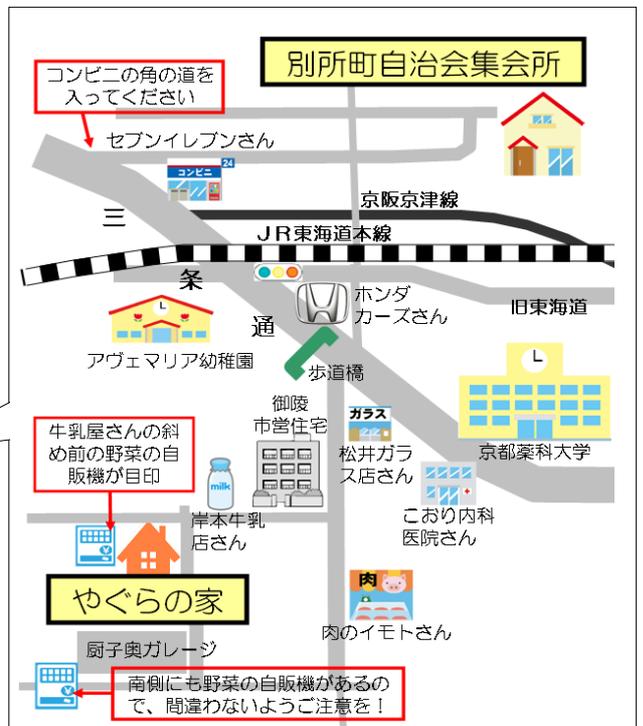
オレンジカフェやキャラバンカフェでの音楽会にも何度もオファーがありお邪魔させて頂いていますが、このリレートークももれなくオファーがきました。

この山科に来て23年。堀田センター長とは同期の入社で緑寿会の最古参。それまでは伏見の某老人病院の医療ソーシャルワーカーでその前は愛知県の某福祉大学でその前が京都の某大学でその前が八幡市の印刷工場でその前が大阪天王寺の高校生。でも私の人生の生活基盤は大阪岸和田仕込みの山科区民。地元の方々と同じ目線に立とうと仕事とは別に“山科ふるさの会”でその歴史を少し勉強したり、やましなを語りつぐ会の紙

芝居にふれたり、四ノ宮祭りの奉納演奏に出たり、山科疎水を散歩する中で、“山科”は決して京都と天津の通りすがりの町ではなく、歴史上に置いては坂上田村麻呂から大石内蔵助に明治の疎水にと山科区の奥深さを実感するところです。そして今では、山科も路線電車から地下鉄になり駅前開発が始まった頃から、隣接の各市の高齢者施設を遙かに超える程の銀座街に様変わりです。当時を思うとこれほどの豊富な社会資源がある地域は無いと思うほどです。しかし、それを活用するための介護保険制度が迷走していることが気懸かりで、日本の高齢者福祉がどのように進むか危惧せずにいれません。改めて本来の福祉の精神である目の前の困っている方々に手をさしのべる。その原点から年を取っても、病気になっても、障がいを負っても、ともに生きがいを持って生きていくために制度構築を考え、フロンティアに実践していければと思っています。

日ノ岡 地域支援事業 元気マップ

各会場のおおまかな地図です。
お越しになる際にご参照下さい。



最新情報はフェイスブックで絶賛更新中です。
「高齢サポート・日ノ岡」で検索してみてください。
パンダのマークが目印です。