

日ノ岡たより

令和3年4月号



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

法人HP <http://ryokujukai.com>

e-mail hinooka.h@ryokujukai.com

書面での地域ケア会議を開催しました。

令和2年度は新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、大小さまざまな規模の会議、研修、講座、元気倶楽部、公園体操・・・などなど多くが中止になったり、パソコンを使った開催に振り替えられたりしてきました。

地域の民生委員さんや老人福祉員さんにご参加いただいている学区および圏域単位での「地域ケア会議」もその例外ではなく、一度も開催できないままこれまで経過してきました。

これは何も当センターに限ったことではなく、全市の高齢サポートが直面していることなのですが、このまま何もせんと、新年度を迎える訳にはいかんだろうと考え、他のセンターの取組みを参考にしつつ、「書面による地域ケア会議」を開催しました。

内容的には、今年度開催した「個別地域ケア会議」の内容の報告と、地域でコロナ禍における友愛訪問活動や、サロン活動をどうしているのか？困っていることは？ また連携の必要性を強く感じている団体は？あるいは行政や包括に対する要望は何か？といったご意見をお伺いし、まとめたものを山科医師会の先生や、地域のケアマネさんのご意見を付して地域にフィードバックするという方式で開催しました。

両学区の民生委員・老人福祉員42名、学区社協の役員12名の計54名の方からご意見の返信を頂きました。

集計して感じたこととして、民生委員さん、老人福祉員さんは、コロナ禍において直接の訪問以外の方法で、地域のご高齢者の安否確認に取り組まれていることや、学区社協さんは高齢者の支援策としてはサロン活動が主なため、代替手段が取れず、情報把握のため、民協との連携を求めている人が多いこと、共通することとしては、単身高齢者の町内会加入率の低下が、高齢者の実態把握を難しくしている一番の要因と考えている方が多く、そのことは、孤独死の発生要因となるだけでなく、発災時の高齢者の安全確認、救出の妨げにもなると考えている人が多いということがわかりました。

令和3年度はこれらのご意見も参考にさせてもらいながら、更に取り組みを拡充させていきたいと考えていますが、新コロの影響の余波が冷めやらぬ中どうなることでしょうか。更にこの4月は介護報酬の改定もあり、年度末から忙しくなることは間違いないのですが、2月末時点では、緊急事態宣言のため、訪問活動もできないので、時間に余裕がありながら、気持ちだけは忙しいというもどかしい状況です。

新コロも介護報酬もまだ不明なことが多いですが、一つ自信をもって予言できることがあります。「4月から介護保険料は上がります」

(実際には市民税の減免が決まる6月に保険料が決定しますが) ご覚悟を・・・

若干紙面が余ったので

唐突にちょっといい話



先日仕事の帰り道、バイクで家路を急いでいる時の話です。信号が赤になったので停車したのですが、すると前方の横断歩道を杖を突いたおじいちゃんが渡り始めました。一見して麻痺があると思われるおじいちゃんはゆっくりと、道路の反対側に向かって歩を進めていったのですが、あまりにゆっくりなため、横断歩道の真ん中あたりで信号が点滅を始めました。おじいちゃんは信号の点滅に気づくと、杖歩行ながらスピードアップし、何とか赤になる前に渡り切ることができました。

ホッとして見ていると、次の瞬間そのおじいちゃんは「やったーっ！」と歓声をあげたのです。「青信号の間に横断歩道を渡り切る」このおじいちゃんが自分に課した目標だったのでしょうか。見て

いたこっちも思わず目頭が熱くなりました。

障がい者になったからと全てを投げ出すのではなく、また、誰かと競い合う訳ではなく、自分を相手に戦い、目標を決めてそれを乗り越えていく。

「失ったものを数えるな 残されたものを最大限に生かせ」これはパラリンピックの創始者ルートヴィヒ・グットマンの言葉ですが、このおじいちゃんの目標はこの精神とも通底していると言えるでしょう。

そして、そういう目標をご利用者様と一緒に考えて、共有していくケアマネという自分の仕事に重要性和責任の重さを改めて感じることでできた出来事でした。皆さん、勝手に人生を投げ出してないですか？目標は持っていますか？

4月 行事カレンダー

カレンダーの各行事の説明



1日(木)	①市田公園
2日(金)	②みどりの径
3日(土)	③六兵工池公園 ⑤上花山公会堂
4日(日)	
5日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山
6日(火)	
7日(水)	⑥北花山大林公園
8日(木)	①市田公園
9日(金)	②みどりの径
10日(土)	③六兵工池公園
11日(日)	
12日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山
13日(火)	
14日(水)	
15日(木)	①市田公園
16日(金)	②みどりの径
17日(土)	③六兵工池公園 ⑤上花山公会堂
18日(日)	
19日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山
20日(火)	
21日(水)	⑥北花山大林公園
22日(木)	①市田公園
23日(金)	②みどりの径
24日(土)	③六兵工池公園
25日(日)	
26日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山
27日(火)	
28日(水)	
29日(木)	①市田公園
30日(金)	②みどりの径
1日(土)	③六兵工池公園

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	会場名	開催日時
①市田公園／ 柳田邸横私道	毎週木曜日 午前9時30分	④洛和グループ ホーム山科鏡山	毎週月曜日 午前9時30分
②みどりの径	毎週金曜日 午前9時30分	⑤上花山公会堂	毎月第1.3土曜日 午前7時
③六兵工池公園	毎週土曜日 午前9時30分	⑥北花山大林公園	毎月第2.4水曜日 午前9時

3月4日より既に再開しております。マスク着用、他の人とは距離を取る、体操が終わったら長々とおしゃべりをしない、の三つのルールを守っていきましょう。

元気倶楽部

京都市の筋トレ指導者養成講座を修了し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30分程。介護予防のため一緒に汗を流しましょう。**水分とタオルの持参をお忘れなく。祝日は休みになります。**

名称	会場	開催日時	費用
⑦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
⑧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
⑨かもと元気倶楽部	かもとこつ会館	第1、3水曜日 午後2時	100円
⑩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
⑪みささぎ元気倶楽部	洛和ホームラ イフみささぎ	第2、4水曜日 午前10時	無料

*お持ち帰り工作等を行なった際には100円追加で頂くことがあります。
*途中参加でも途中退場でも参加費は同額です。

オレンジカフェ

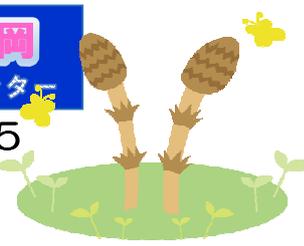
認知症の人でもそうでない人もみんなが集って自由に悩みごとなどを相談し合える空間です。お飲み物や菓子がつきます

名称	開催日時	費用
⑫やぐらカフェ	第1木曜日 午後2時～4時 申込制となりました	200円

公園体操以外の事業は雨天の場合も原則実施しますが、朝9時の時点で台風の接近等による警戒が発令されている場合はお休みとしますので、ご注意下さい。また、インフルエンザ等の感染症が流行しているときは当方の判断で中止とすることもあります。ご了承ください。開催の時は入り口前に「元気倶楽部」のノボリを立てています。ノボリの出ていない場合は中止となります。電話での実施の照会は当日朝9時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.h@ryokuiukai.com



🐾 こわげつのおんこ 🐾

(左)・・・カカオ(男の子・2歳・セントバーナード)
(真ん中)・・・ソルト(男の子・3歳・グレートピレニーズ)
(右)・・・バニラ(女の子・4歳・グレートピレニーズ)

これまで飼い犬ばかりだったこのコーナーですが、今回はプロのセラピー犬の登場です。

デイサービスセンター健やか倶楽部の大切な仲間のワンコたちです。アニマルセラピー犬としてご利用者や職員の心を癒し、和ませ、元気にしてくれます！

写真左側のカカオは甘えん坊で元気すぎるほど元気いっぱい！まだまだ甘えたい盛りの男の子です☆ココアという姉弟わんこがいて一緒に来てくれます。

真ん中のソルトも人が大好きでこれまた元気いっぱい走り回ります！お尻を触られるのが嫌いなのであまり触らないでね🐾

右側のバニラは人懐っこく優しい女の子🐾膝枕でスヤスヤ寝ちゃいます。健やか倶楽部の大将に恋する乙女なの♡バニラとソルトは姉弟わんこです。

ご利用者に温かく前向きな気持ちになって頂く為に始まったアニマルセラピーですが、みんなのことが大好きなこの子達もご利用者と触れ合っ、元気を分け合っているかのような時間が流れます。

遠くから眺めるだけのご利用者、側に寄り添って触れ合うご利用者、一生懸命撫でながら話かけるご利用者…

皆さんそれぞれの触れ合い方がありますがワンコたちはお一人お一人の気持ちに寄り添うかのように合わせてくれます。かと思えば、そこはやはり元気なワンコたちでとっても嬉しくなると大はしゃぎです。大きな身体で「遊んで～！」と駆け寄って、笑顔と笑い声が絶えません。

今は新型コロナウイルス感染予防の為、アニマルセラピーは長いお休み中です。早く元の生活に戻り、みなさんに会える日を楽しみに待っています🐾



地域の皆さんと

ワコト



今回は成年後見制度の申し立て便宜供与をはじめ、この制度が広く知られるように活動されているへいあん後見福祉ネットワークの中西様にご寄稿いただきました。事務所は山科駅前にあります。

皆様はじめまして。一般社団法人へいあん後見福祉ネットワークの中西と申します。地域の皆様及び関係支援事業所の皆様には日頃から大変お世話になっており、この場をお借りして感謝申し上げます。

単身、少子高齢、老老介護、所得格差、家族や地域関係の希薄化等など、挙げれば気分は落ち込むことばかり。そのような中ですが地域にとって一つの希望になればと、2017年4月に当法人は設立されました。

当法人では、福祉や生活に関する総合相談と、何かしらの障害により財産の管理や契約、手続きなどに不安を持たれている方に対しての、成年後見制度の申立支援及び受任をさせていただいております。

『あなたの質問にはいてないに、あなたの望まれる生活の実現には一緒に一生懸命に、そしてあなたの笑顔を大切に』を法人の理念としておりますので、関わるあなたが少しでも望まれる居場所で長くお過ごしいただけるよう、今後も精一杯に取り組んでまいりたいと思っております。

私自身のことで言えば、縁もあり2020年7月から現法人で勤めることとなったのですが、それまでの約13年間は伏見区にある社会福祉法人等で過ごしてきました。当時から地域の方々と共同で地域づくりを行うことが多く、人と人とのつながりや出会いは人生を豊かにするものだと思身にも感じることも多くありました。もっと遡れば17年前、私は就職を目的に他県から山科区に転入し、4年ほど過ごしたこともありました。それが巡り巡って現在、今思えば何かと縁のある山科区で仕事をしております。私達法人職員一同が、この山科区の元気の源として少しでも貢献することができればと思います。

皆様、今後ともどうぞよろしくお願い致します。

一般社団法人
へいあん後見福祉ネットワーク
事務局長／理事 中西哲也



3月以降の公園体操・元気倶楽部・オレンジカフェの再開について

1月14日に京都府下に発出されていた「緊急事態宣言」ですが、2月28日で漸く解除されました。

しかし、まだ飲食店などへの時短営業の要請が全面解除された訳ではなく、引き続き注意が必要なおことは間違いありません。

そこで、現在休止している当センターの圏域内の公園体操や、元気倶楽部ですが、取りあえず、次のような予定で考えております。

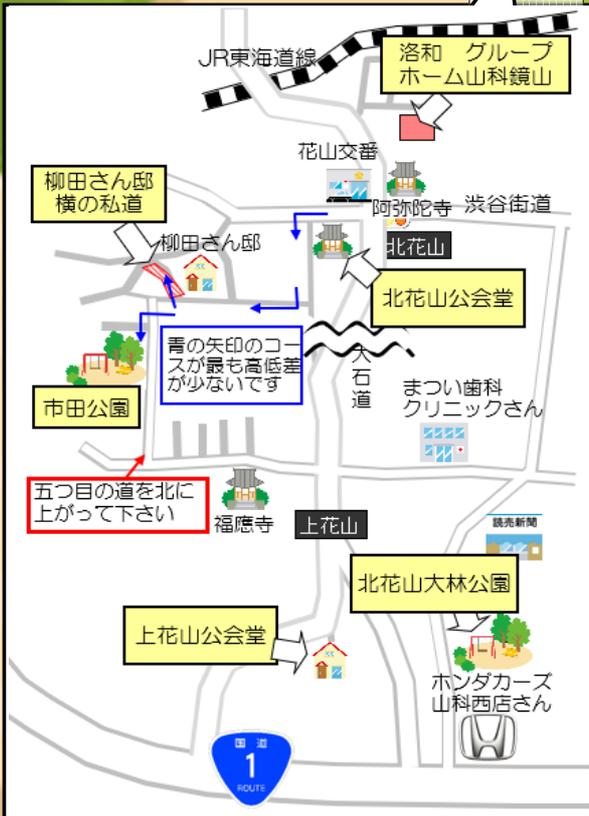
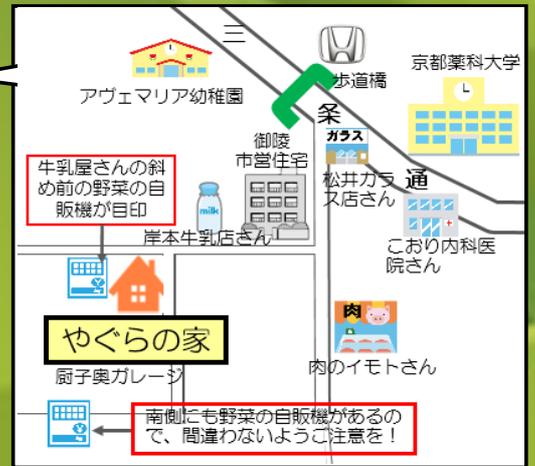
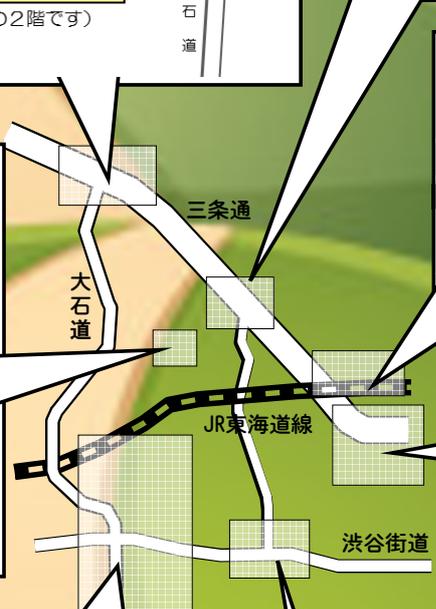
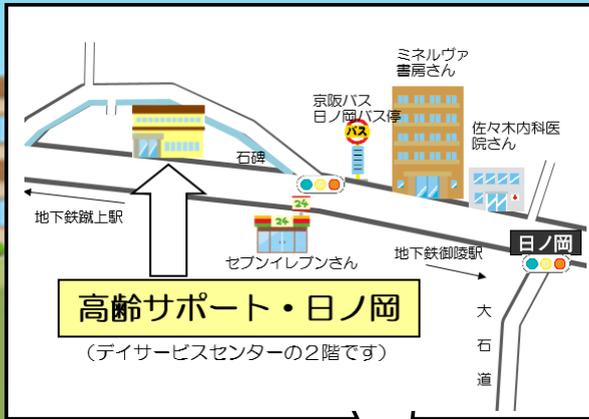
◇公園体操:3月から再開

◇元気倶楽部・オレンジカフェ:社会の動向を見極めたくうえで、ボランティアさんの手配や再開に向けての周知ができた後と考えております。もうしばらくお待ちくださいませ。



日ノ岡 日常生活圏域 元気マップ

各会場の大まかな地図です。
お越しになる際にご参照ください。



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。