

松崎社協だより

発行
松ヶ崎社会福祉協議会

編集責任者
関 口 力

令和元年度年間事業予定

- 4月** 令和元年度総会

7月 寝具クリーニングの実施
自治連合会主催「夏まつり」への協力

9月 松ヶ崎児童館主催「おやこまつり」への協力
敬老記念品の配布(75歳以上)
社協だより第43号の発行
第24回学区社協交流会への参加
(於京都教育文化センター)

10月 体育振興会主催「区民運動会」への協力
ふれあい敬老会の開催(於エクシブ京都)
福祉ボランティア・社協フェスタへの参加
(於ひと・まち交流館京都)

11月 左京区社会福祉大会への参加(於プリンスホテル)

12月 左京区災害ボランティアセンター設置訓練
(於区役所)

1月 松ヶ崎児童館との共催「餅つき大会」への協力
京都市社会福祉大会への参加

3月 社協だより第44号の発行

健康すこやか学級
5月・6月・7月・9月・11月・12月・2月

訪問ネットワーク 独居老人宅へ毎月随時訪問

子育て支援 毎月第1月曜日(於松ヶ崎児童館)

役員研修会の実施 年4回

役員会 2月・4月・6月・8月・10月・12月の
第1水曜日 (於左京区役所)

顔の見える関係づくりをすすめ
ましょう

区域の取り組みは、私ども左京区社会福祉協議会においては、各学区の社会福祉協議会への活動支援をはじめ、孤立やサービス拒否などの対応の難しい福祉課題に対し、寄り添いながら支援をおこなう「地域あんしん支援員」や認知症や障害等により判断能力が十分でない方の支援をおこなう「日常生活自立支援事業」、低所得世帯等への「生活福祉資金貸付事業」等、生活支援・個別支援の取り組みを強化しています。また、ボランティア活動に関心をもつていただくために「ボランティア入門講座」の実施やボランティア活動をおこないたい方への活動紹介、ボランティアグループやサークルへの支援をおこなっています。

心がつながり、支え合える、福祉のまちづくり

社会福祉法人京都市左京区社会福祉協議会 事務局長 大森

大藤
寒

松ヶ崎学区の皆様には、左京

身近な地域では

況は、引きこもりなどの社会的孤立の増加や厳しい経済状況による生活困窮の問題が深刻化するとともに、一方では、地震や台風、大雨等による災害の増加等、福祉に関する問題が大きく変わる中、近年、社会福祉協議会の役割や期待がますます大きくなっています。

世帯、町内会への未加入が増加するなど、これまでには家族や地域で支え合っていた暮らしが少なくなり、新たな福祉課題が増えてきています。そのようなところからも、あらためて住み慣れた地域において住民同士による新たなつながりをつくり、互いに支え合う力をより強固なものにしていく必要があります。

祉協議会では、高齢の方がいつまでもお元気にお過ごしいただくための介護予防を目的とした「健康そこやか学級事業」をはじめ、「見守り訪問活動」や「配食サービス」、「寝具クリーニングサービス」の推進、気軽に集える居場所づくりや三世代交流等々、それぞれの地域の実情に合わせ様々な活動が展開され、顔の見える関係づくりをすすめています。松ヶ崎祉会福祉協議会におかれましては、松ヶ崎児童館と連携・協力を行い、これからもたちはへの支援にも積極的に取り組まれ、敬意を表する次第です。

近年 全国的に台風や大雨等による災害が増え、京都市においても決して他人事ではありません。災害が起こった際、本会では、区内の被災状況に応じて「左京区災害ボランティアセンター」を開設し、ボランティア活動による復旧・復興のお手伝いをさせていただくこととなっています。松ヶ崎の社会福祉協議会をはじめ福祉関係者の皆様には、引き続き、日頃より顔の見える関係づくりをすすめていただくとともに、災害ボラ

ンティアセンター設置時には、「ボランティアに来てほしい人」と「ボランティアをしたい人」の橋渡しのご協力をいただきますよう、お願い申し上げます。

結びにあたりまして、松ヶ崎社会福祉協議会のますますのご発展と地域にお住いの方々のご健康とご多幸を祈念いたしましてご挨拶とさせていただきます。

京都市児童館連盟主催により、宝ヶ池子ども楽園に於いて左京・東山児童館保育所まつりが開催されました。子どもの楽園、あそびの楽園一日児童館と表し、ミニステージでは紙芝居、人形劇パネルシアター等を楽しみ、各ブースでは工作や、昔あそびが準備され、自然いっぱいの中でのウォーキング等々。繰り広げられる沢山の遊びを楽しみました。中央ステージでは、各児童館の子ども達が日頃練習を重ねている太鼓やダンス、リズムけん玉などを生き生き楽しく発表していました。

私共、社会福祉協議会の役員は自転車小屋の整理と乳幼児コーナーの手形スタンプを可愛いお子さん、ご家族の方と触れ合い、ほっこりする一時を持ちました。当日は、風の強い肌寒い日でしたが、子どもの樂園を走り回る子どもの元気な姿や楽しそうなご家族の姿を見て何よりあたたまりました。

**左京・東山児童館
学童保育所まつり**

五月十八日(土)

京都市児童館連盟主催により、宝ヶ池子ども楽園に於いて左京・東山児童館保育所まつりが開催されました。子どもの楽園、あそびの楽園一日児童館と表し、ミニステージでは紙芝居、人形劇パネルシアター等を楽しみ、各ブースでは工作や、昔あそびが準備され、自然いっぱいの中でのウォーキング等々。繰り広げられる沢山の遊びを楽しみました。中央ステージでは、各児童館の子ども達が日頃練習を重ねている太鼓やダンス、リズムけん玉などを生き生き楽しく発表していました。

五月十七日(金)

青葉・若葉の爽やかな季節に、新元号が令和になつて初めてのすこやか学級が十六名の学級生を迎えて開催されました。今年は変革の年、お試しの年として、すこやか学級も新しい内容を取り入れながらの開催になるため皆さんの協力をお願いしたいと、開口会長からの挨拶がありました。続いて、本年度も博愛会病院の吉田・井栗両先生のご指導の下、まずは季節の歌「こいのぼり」を歌い、手合わせ遊びを楽し

テーマの通り、あそびがいっぱい、自然がいっぱい「乳幼児さんご家族から学童の子ども達まで楽しい一日を満喫していました。

この原則として、①「つけない」、調理前、調理中、食事前後の手洗いを徹底して原因菌をつけないこと、②「増やさない」、低温で保存することで菌の増殖を抑える、③「やつける」食べ物や調理器具についた菌を加熱調理や熱湯での殺菌でやつける、と説明がありました。また、食中毒にかかるためには基本の手洗いのほかに、十分な睡眠、規則正しい生活、適度な運動、水分補給、栄養補給が大事で、これらは日常の健康維持に必要なことなので、日ごろから心掛けて生活してくださいと話されました。少し早めに昼食を済ませた後は工作の時間です。ストロー・ひも・星形の紙を使ってモバイルを作り、そこへ願い事や目標書いた短冊を付けました。短冊には、明るく楽しく元気で長生き、家内一同健康などといった願いを込めて記しました。その後は井栗先生のご指導で手指の体操をしていると、二年生の児童がやつてきて「BINGO」という曲を身振りを付けて大きな声で元気に歌つてくれました。それました。その後は井栗先生のご指導で手指の体操をしていました。

梅雨の小雨が降る中、九名の参加者を迎えて開催されました。まず、開口会長より、アピカルイン閉鎖のため、ふれあい会食会とカラオケ大会がなくなり、秋の敬老会に含めて、ふれあい敬老会となる旨の報告がありました。本日の健康講話は、ゆう薬局薬剤師の今村様に「薬の正しい使い方」のお話を伺いました。薬局でできることは何か、お薬手帳による服薬確認、ジエネリック薬品への変更、一包化、剤型変更、在宅訪問による服薬支援、飲み忘れや間違いを防ぐには、薬が飲みにくい時にどうするか、お薬について知つてもらいたことなど、クイズも交えて、多岐にわたりお話しいただきました。また学級生の方の質問にも親切にお答えいただきました。途中で、五年生が、合唱「素敵な一步」を聞かせてくれました。お茶とおやつをいただき、少し休憩をはさみ、後半は自己紹介と百人一首を使つてのかるた取りをしました。はじめは皆さん久ぶりの百人一首でぎこちない雰囲気でしたが、私が進むにつれ、「この句は覚えていたわ」「この句は覚えていたわ」などと歌つてくれました。その後は井栗先生の紹介と



読まれたものですね」などと和やかな雰囲気に。終わるころにはすっかり打ち解けて楽しいひと時を過ごされていました。「これを機にもう一度百人一首を勉強なおそうかしら」とおつしやる学級生もおられ、企画した役員にもうれしいお言葉をいただきました。

本日も楽しい時間を過ごしました。

七月十一日(金)

梅雨明けが待ち遠しい季節でしたが、この日は梅雨の晴れ間で少し蒸し暑い中、十三名の方々がお集まりくださいました。いつも通り血圧測定を行い、関口会長の挨拶で始まり、出席確認、お誕生日の歌や季節の歌「雨ふり」を歌いました。大原包括支援センターの今村さんより、熱中症対策や防災についてのお話の後、いつもとは順序を変更して工作が始まりました。今回は、「ハワイアンフラワー」作りで、不織布の包装紙で作った色とりどりの花と、短く切ったストローなどを紐に交互に通して丸く首飾りに仕上げます。色々な花を混せてカラフルにされる方、赤い花だけでシンプルにまとめる方など、それ個性的なレイが仕上がりました。フランの音楽が流れる中、ダンスでも踊



九月二十日(金)

厳しい残暑がようやく和らいだ日、

夏を前にしての脳疾患についての健康講話がありました。夏場は起床後二時間が多く、これは一晩で二百回以上の汗をかくことで血圧が低下するため血流が悪くなることが原因なので、就寝前と起床後の水分補給がとても大事だということでした。また、高血圧は脳卒中の最大の危険因子なので、予防のための減塩と適度な運動を中心とするよう注意がありました。その後は、毎回お楽しみの小学生の登場です。この日は育成学級の四名の児童が来てくれ、「あんたがたどこさ」の歌詞の中で「さ」の時だけ手拍子したり膝を叩いたりする遊びを教えてくれました。また、テレビのコマーシャルでよく聞く曲をリコーダーや鍵盤ハーモニカで上手に演奏してくれ、それを聴いて曲当てクイズをしました。続いて、井栗先生タイズで頭の体操、最後にすこやか体操で体をほぐして、今回も楽しい時間を過ごしました。

初参加の方一名を加えた十四名の方にご出席いただきました。順次血圧測定を済ませ、午前十一時に関口会長の挨拶で始まりました。吉田先生の伴奏で、出席の点呼。八、九月生まれの方への歌でお祝い。そして季節の歌は「月」を皆で歌いました。



次に大原地域包括支援センターの谷祝子様より、男性のための筋トレ教室開催の案内と防災の日をきっかけに避難場所の確認やローリングストックの見直しなどしてはどうでしょうかとのご提案いただきました。

次は工作の時間です。今回は十月に開催される「ふれあい敬老会」の時にご参加の方々にプレゼントする「もらってうれしいカード」作りです。カードの表にだるまを貼り、開いたところに「言われてうれしい言葉」を書いてもらいました。一人一枚ずつ、個性豊かなカードができあがりました。

お昼は美味しいちらし寿司をいただきホットひと息。午後一番は京都博愛会病院の長谷川麻実看護師による「冷え性」についての健康講座でした。冷え性の原因は、ストレスや不規則な生活による「自律神経の乱れ」、身体を締め付けるような「皮膚感覺の乱れ」、「血液の流れが悪い」こと、「筋肉量が少ない」ことがあります。冷え性の改善には温かい食べ物や飲み物をとつてます。まだお試しになつておられない方は、是非来年はお申込み頂き、心地よい眠りを体感されはいかがでしょうか。



寝具クリーニングの実施

七月十六日(火)

日々の健康は快適な睡眠から。今年

も七十年以上の高齢者を対象に、快適な睡眠をお届けするため、寝具クリーニングを実施。玄関から玄関への集配を行いました。御負担頂く金額は、布団(掛け・敷き)六百円、毛布三百円と、格安に設定されており

ます。まだお試しになつておられない方は、是非来年はお申込み頂き、心地よい眠りを体感されはいかがでしょうか。

役員名簿	令和元年度 松ヶ崎社会福祉協議会
会長	役員
副会長	監顧書記
磨・会計	事問
大猪中山池三安平水野庄磯後宇村高横齋木大中吉岩中梅浅北島藤山高古岩関佐	大猪中山池三安平水野庄磯後宇村高横齋木大中吉岩中梅浅北島藤山高古岩関佐
嶽飼角田中宅藤岡室澤司田藤美田野田藤村川川田崎川原沼川 井田木谷崎口	嶽飼角田中宅藤岡室澤司田藤美田野田藤村川川田崎川原沼川 井田木谷崎口
康朋良智慶美信由幸美ま真賢な規雅喜靜洋美法禎理慈ゆ憲浩恵和一佐洋	康朋良智慶美信由幸美ま真賢な規雅喜靜洋美法禎理慈ゆ憲浩恵和一佐洋
恵裕美き佐み代称き	恵裕美き佐み代称き
握夫子子子子子子子子子子子子子子子子彦子子力	握夫子子子子子子子子子子子子子子子子子彦子子力

第二十一回 夏まつり



七月二十七日(土)

当日はあいにくの雨模様となり急遽会場は松ヶ崎小学校校内をお借りしての開催となりました。各模擬店のテントは中庭に張られ、ステージ発表等は体育館で行われました。

下鴨中学校吹奏楽部の生徒さん達の演奏とともに開場となつた頃には、雨もおさまり、にぎやかにスタートしました。中庭にびっしりと張られたテントの模擬店、ゲームコーナーなど、雨業されたご高齢の方々が久しぶりの校内の中で懐かしい思い出を語っていました。体育館では、松ヶ崎小学校をご卒業されたご高齢の方々が久しぶりの校がありました。最後に夏まつりのクライマックス「さし踊り」も沢山の方のご参加がありました。大抽選会も例年通り豪華な景品で盛り上りました。

当役員は今年も模擬店の「やきそば」のキャベツ切りと「ゴミ」の分別を担当しました。ゴミの分別に関しては、皆様の多大なご理解を頂きとてもスムーズに出来ました。ご協力ありがとうございました。場所はかわれど賑わいはかわらず何よりでした。



九月八日(日)
九月になつても真夏のような日差しが照りつける中、第二十七回「親子まつり」が開催されました。館長先生の挨拶に続いて、こどもステージの発表がありました。幼児クラブは「バナナくん体操」を、学童クラブは「二〇二〇応援ソング」「パブリカ」を曲に合わせて元気なダンスを披露してくれました。みんなのお揃いの黄色のシャツがキラキラしていました。この後、館内の遊戯室では、缶バッヂやフォトキーホルダーを作つたり、ストローテンボの工作をしたり、水槽の中のお皿に一円玉を落として入れるコイン落としに熱中する子供達の姿が見られました。館庭ではお菓子くじや宝釣りのゲームもあり、子供達がお店の当番になって張り切る姿がかわいらしかったです。また、館内の壁には沢山の切り絵が展示されていて、力作揃いに驚かされました。保護者の皆さんやおやじの会の方々による、焼きそば、カレー、ホットドックを参加者の皆さんのが美味しく食べていました。社協役員は、かき氷・アイス・飲み物・たこせんべいの販売を手伝いました。暑かったため沢山買ひに来て下さいました。

午後からはステージ発表がありました。先ずは「フラッシュユ暗算」の挑戦でした。プロジェクトに入れ替わり映される二桁や三桁の数字の足し算引き算を暗算で答えるのですが、徐々に難問になる中、高学年の女子の連続正解に歓声が湧いていました。続いて、今年新しくできた児童館のけん玉クラブと駒クラブの男子数名の発表がありました。大勢の前での発表で緊張もありうまくできない子もいましたが、何度も挑戦して一生懸命得意技を披露してくれました。きっとこの日に向け

「つり」が開催されました。館長先生のご挨拶に続いて、こどもステージの発表がありました。幼児クラブは「バナナくん体操」を、学童クラブは「二〇二〇応援ソング」「パブリカ」を曲に合わせて元気なダンスを披露してくれました。みんなのお揃いの黄色のシャツがキラキラしていました。この後、館内の遊戯室では、缶バッヂやフォトキーホルダーを作つたり、ストローテンボの工作をしたり、水槽の中のお皿に一円玉を落として入れるコイン落としに熱中する子供達の姿が見られました。館庭ではお菓子くじや宝釣りのゲームもあり、子供達がお店の当番になって張り切る姿がかわいらしかったです。また、館内の壁には沢山の切り絵が展示されていて、力作揃いに驚かされました。保護者の皆さんやおやじの会の方々による、焼きそば、カレー、ホットドックを参加者の皆さんのが美味しく食べていました。社協役員は、かき氷・アイス・飲み物・たこせんべいの販売を手伝いました。暑かったため沢山買ひに来て下さいました。

午後からはステージ発表がありました。先ずは「フラッシュユ暗算」の挑戦でした。プロジェクトに入れ替わり映される二桁や三桁の数字の足し算引き算を暗算で答えるのですが、徐々に難問になる中、高学年の女子の連続正解に歓声が湧いていました。続いて、今年新しくできた児童館のけん玉クラブと駒クラブの男子数名の発表がありました。大勢の前での発表で緊張もありうまくできない子もいましたが、何度も挑戦して一生懸命得意技を披露してくれました。きっとこの日に向け

う。最後に抽選に当たった子供たちに商品の贈呈があり、楽しい一日が終わりました。

第二十四回 学区社協活動交流会

九月十三日(金)

左京学区における二十八の社会福祉協議会の役員、各地域の包括支援センターの方々、及び行政の関係者が京都教育文化センターに会し、「これから

の左京区の福祉のまちづくりを考えよう」とのテーマの下、活発な意見交換がなされた。松ヶ崎からは三名が参加した。実践報告・分散会・各分散会報告の三部で構成され、十時から三時に及ぶ長丁場を感じさせない、実質的、密度の濃い内容となつた。

各地域の取り組みに対する温度差を実感することができると共に、これから活動の方針に関する示唆を得られた一日でした。



▽編集委員△

平	庄	高	梅	関
岡	司	野	原	口
信	規	規	慈	
子	子	子	子	
紀	子	子	子	
力				

印刷所
有限会社 章美プリント
〒601-8441
京都市南区西九条南田町41
TEL 075-691-1624