

“ 東山区民ふれあいひろば ” バザー出店

今年も5月22(日)、東山開晴館で出店します。
物品提供をお願いいたします。
雑誌・古着・食料品以外、なんでも結構です。
ご協力をお願いします。



～平成28年度 年会費納入のお願い～

平成28年度介護者の会「つくし」の会費納入を次のとおりお願いいたします。

★納入方法★

- ① 事務局へ持参
- ② 世話人に手渡し
- ③ 左記郵便局へ振込み⇒
(③の方は、依頼人記入欄へ

お名前のご記入をお願いいたします。)

□座番号：00960-1-81888
□座名：東山区介護者の会「つくし」
金額： ¥1,000-

介護者の会「つくし」のお手伝い求む！

活動の企画や運営を手伝っていただける方は、お近くの世話人が事務局までお声掛けください。

いっしょに仲良く活動を盛り上げていきましょう！



つくしタイムズ69号は6月発行予定です。

編集後記

三寒四温のことばどおりに、春が一步ずつ近づいています。世間では、高齢になることが悪い事のように言われていますが、長生きすることは素晴らしい事です。いつまでも『幸齢』で過ごせるように、そのためにも「助けられ上手は助け上手」を心がけましょう。

東山区介護者の会「つくし」機関紙



発行 東山区介護者の会「つくし」
東山区五条通大和大路東入5丁目梅林町576
東山区社会福祉協議会内 電話551-4849

平成28年度 第1回例会（総会）のご案内

平成28年度の総会を下記のように開催いたします。

- ☆ 日時 平成28年4月27日(水) 午前11:00～午後3:00頃まで
 - ☆ 場所 やすらぎ・ふれあい館
 - ☆ 参加費 ¥1,000
 - ☆ 内容 第1部(総会)
 - 平成27年度 事業報告・決算報告
 - 平成28年度 事業計画・予算
 - 世話人の選任第2部(昼食会)
 - 豆ふ家 (松花堂弁当)第3部 皆でゲーム!! (スカイクロス)
 - 第4部 ふれあいタイム (コーヒー&ケーキ)
- ☆ 申込み 平成28年4月18日(月)までに、ハガキでお返事下さい。
(事務局 TEL: 551-4849)

※食事の都合がありますので、やむをえずキャンセルされる場合は4月25日(月)までに、木村(TEL: 551-9092)までご連絡ください。ご連絡がない時は、キャンセル料をいただきます。

第4回例会(公開講座「病気×病気を防ごう」)



「つくしタイムズ代 68号」に寄せて

2月24日(水)の公開講座は、40席程用意した椅子も足りない位の大勢の方々が話を聞きに来られました。当日頂いたエーザイのパンフレットを持ち帰り、もう一度読んで、頭に入れておこうと思いました。さて、いつまで(頭の中に)入っているでしょうか…。

「認知症は病気」です。早く気がついて、正しい知識で進行を和らげる治療が必要です。

3月2日の京都新聞朝刊で、テレビでも報道された認知症徘徊事故に関する記事が大きく取り上げられていました。その時、自分も周りも対象になる場合があると思いました。

その後、夫婦でテレビを見た時、「認知症の番組は嫌や。認知症になりたくない。なったら困る。世話になりたくない。なったら、あんたが困る。」夫は色々な事を言っていました。最後、お互いに「その時は、よろしくな〜。」となりました。子供はどう思っているのか、子供には子供の生活があるので…。色々考えさせられます。

今回の講座では、とても良いお話を聞く機会に出会えて大変良かったと思います。

(M.M)



第4回例会に参加致しました。手越先生にはお忙しい中、「認知症」のお話をありがとうございました。

最近テレビや新聞等あらゆる情報から認知症という言葉を見かけ、大変身近に感じています。私自身、鍵の置き忘れや必要な物がすぐに見つからず、困った事も時々あります。今まで年のせいと思っていましたが…。両親もそんな事があったなあと思いつつ…。一度受診したく思っています。

今後は毎日の生活が元気に楽しく暮らせたらと願っています。

(N.T)

「みかん茶房・東山」の活動に、認知症ネットワークの一員として参加させて頂き、平成27年度は活動の在り方を模索した一年であったように思います。月に一度の居場所であることから、プログラムはどうすればよいか？区民の皆様のニーズはどこにあるのか？

あまり窮屈に考えなくてもよいのか…。認知症ネットワークの会議の中でも活動内容や広報の仕方を話し合ってきました。みかん茶房に来て下さる方が一人でも多く「息抜きできたわ。来てよかった。」と思って頂けるものをこれからも皆さんと作っていきたいと思います。介護者の会の皆様、区社協の皆様、今後ともどうぞよろしくお願い致します。

京都市洛東地域包括支援センター
河原 祥代



オレンジサロン「みかん茶房・東山」に思うこと

以前、参加した勉強会で講師の先生から聞いた「認知症の方を支えられる地域はどんな方をも支えられる頼もしい地域である」という言葉が今も強く残っています。それは認知症という病気の症状が他の病気と違い、その人の長い生活歴や、価値観・人生観やもとの性格により一人ずつ、そして少しずつ違う為、支援者はその人らしいその人にあった対応が求められるからです。

スタッフの一員として私が参加させて頂いております「みかん茶房・東山」は認知症の方とその家族の方が一緒に気楽に来て、話しあい、楽しく情報交換をする集いの場です。「何かをしてもらう場所」という受け身の場ではなく、皆で会話をし、一緒に作業をする事で全員が「明日の力」を身につけて帰れる場所になると私は考えております。

「みかん茶房・東山」はスタートしてまだまだ1年です。地域にあったサロンを目指し、スタッフ一同、常に模索中です。今後とも地域の皆様の応援を頂きながら「認知症の方を支えられる頼もしい地域、東山」を目指し、微力ながら私も一緒に頑張りたいと思います。

東山地域包括支援センター
主任介護支援専門員
山田 めぐみ



「みかん茶房・東山」の活動への期待

京都市の行政区の中では、約3万9千人の最も人口が少ない区ではありますが、高齢化率は約32%と最も高く、高齢化が進んでいる区でもあります。勿論、現在の世帯構成を鑑みれば、これからの10年間で高齢者人口も増加し、認知症カフェを利用する必要があるとされる地域住民の方も増えてくることでしょう。

京都市版認知症ケアパスでは「認知症の度合いでは気づき～軽度、中等度の方が通う場所(社会資源)として認知症カフェがあります」とされている所です。東山区においても認知症カフェとしての意味合いが強い居場所として「みかん茶房・東山」の活動が始まりました。今年の活動が継続できたのは、東山区介護者の会「つくし」の協力があったからであると思います。次の活動目標としては、「みかん茶房・東山」の地域住民や専門機関(例えば病院など)への周知ではないかと考えます。「みかん茶房・東山」の活動が益々発展されることを期待します。

京都市粟田地域包括支援センター
センター長
堀田 裕