

ひがしやま petit

すっかり寒くなり、もうすぐ新しい年がやってきますね。みなさんの2024年はどんな1年でしたか？
 今年度3号目の「ひがしやま petit」では、11月末に開催した「やすらぎアート展覧会」の様子をお届けします。こちらの展覧会では、京都市社会福祉協議会主催「ところつながる作品展」へ出展した作品のほか、東山区にお住まいの方や区内の福祉施設・事業所の皆さまよりご応募いただいた40点以上の作品を展示し、やすらぎ・ふれあい館にも芸術の秋が訪れました。



高齢者施設「地域密着型
 ケアセンターいまくまの」さん
 の作品。制作された利用者
 さんが来場され、作品の
 解説をしてくださいました。
 ちぎり絵とぬり絵はどちらも細
 かく美しかったです♪



ぬいぐるみやバッグなどの作
 品を展示して下さった方も。
 ひとつひとつ丁寧に作られたの
 が伝わってくる作品でした。

絵画、書などの作品を
 鑑賞中♪ 様々なジャンルの
 作品を見ながら、「きれい！
 」「どうやってつくった
 んだろう？」と感想を言
 い合う時間も素敵でした。



日常生活自立支援事業『生活支援員』を募集します！

無料！

■ 生活支援員 とは…

日常生活自立支援事業では、高齢の方や知的・精神に障害のある方など、ひとりで判断することに不安がある方の福祉サービスの利用や日常的な金銭管理を、本人との契約に基づき支援しています。

生活支援員は、利用者のお宅などを定期的に訪問し、地域で安心して暮らせるよう支援をしています。生活支援員になるには、研修の受講と登録が必要です。

- 資格要件 ①概ね20歳～満75歳未満の方
 ②実際に活動できる方
 (月1回～週1回、1回30分～1時間半)

- 活動費 1,060円/h (交通費別途支給)

第4回「生活支援員養成研修」開催！

- 日時 1月23日 (木) 9:30～16:15
 ① 9:30～11:50 動画視聴会
 (事前にオンラインで視聴した方は受講不要)
 ② 13:20～16:15 講義、グループ別懇談会
- 場所 ひと・まち交流館 京都 3階 第5会議室
- 申込〆切 1月16日 (木) 詳細・申込はこちら ↓↓
- お問い合わせ 京都市社会福祉協議会
 自立支援部 (TEL: 354-8734)



詳細は2次元コードよりご確認ください。
 今年度最後の養成研修となります。
 ぜひご参加お待ちしております。

「京都府断酒平安会 東山支部」にインタビュー

会員さんの思い

京都府断酒平安会東山支部では毎週月曜日に、これまでの体験（お酒を飲んで苦しんだり苦しめたりした体験）を共有する例会を開催されています。

例会では助言やコメントはせず、“言いつばなし聞きつばなし”が原則です。他者の酒害体験やお酒を断ち続けられたエピソードを聞くことで、自分にも断酒できるかもしれないと前向きな気持ちが生まれるそうです。「一日断酒」「例会出席」を合言葉に、一人ではなく仲間アルコール依存症を克服することを目指しておられます。

第4月曜日には、アルコール依存症当事者のご家族を対象とした家族例会も開催されています。ここでは、日々の生活の中で感じるストレスや、家族だから感じる苦悩などを分かち合われています。参加された方は「自身の思いを受け止めてもらうことで気持ちが楽になる」とお話しされていました。

<大切にしていること>

一人でお酒を断つことは難しくても、同じ思いを持った仲間と共感し合うことが断酒への近道となります。なにも言わずに受け止め合える場づくりを大切にしています。

<周囲の方へ>

アルコール依存症について正しく理解してくれている人が周囲にいることは、当事者にとって断酒への大きな励みになります。当事者ではない方にも、ぜひ気軽に例会へご参加いただき、依存症について知っていただくと嬉しいです。



京都府断酒平安会 東山支部

申込不要
気軽にご参加
ください。

日時：毎週月曜日 18:30～20:30

（第4月曜日のみ家族例会あり）

場所：第1～3月曜日 東山区総合庁舎B1会議室
（東山区清水五丁目130-6）

第4月曜日 やすらぎ・ふれあい館
（東山区梅林町576-5）

『ひがしやま子どもあきまつり』を開催しました！

11月30日(土)、やすらぎ・ふれあい館にて、「ひがしやま子どもあきまつり」を開催しました。

「子どもをまんやかに、みんなであそぼう！

つくろう！つながろう！ひがしやま」をテーマに、子育て中の親御さんたちと東山区



区社会福祉協議会がいっしょに企画。子どもたちが楽しめるイラストエコバッグづくりやボードゲーム、折り紙教室などのブースの他、「お母さんも癒されたい！」という企画メン

バーの強い願いのもと、親御さんが受けられるヘッドスパ・マッサージコーナーも準備しました。



また、おまつりを通じて、なにか次につながる新たな出会いが生まれてほしい！

と、区内の子育て応援活動をパネルで展示して紹介したり、「子ども用品お譲り交換会」・「イヤイヤ期はやるやる気！ぷち写真展」も実施しました。

当日は100名近くの方が来場され、にぎやかな雰囲気。めいっばいに遊ぶ子どもたちや親御さん・出展者さんが交流する様子も見られるなど、つながりの輪が広がる1日になりました。



共催団体



ひがしやママ



子育てコミュニティベース
「ひなたぼっこ」東山



東山区まじゅう
図書館プロジェクト

修道
学区

『修道ふくしまつり』が開催されました!

修道社会福祉協議会では、10月19日(土)に東山総合支援学校体育館にて、「修道ふくしまつり」を開催しました。

「修道ふくしまつり」は、修道社会福祉協議会と東山総合支援学校が中心となり、なづな学園・小松谷保育園といった地域の施設や、シニアクラブ等の地域団体など、修道学区にある多様な団体が協力して実施しています。

当日は、あいにくの雨模様でしたが、250人



近くの方が来場され、会場は参加者の熱気でいっぱい。ステージでは、各団体がダンスやコーラス、バンド演奏な

どを披露しました。京都女子大学の学生による管楽器演奏では、東山総合支援学校の生徒たちとの即興コラボがはじまるなど、遊びごころにあふれた楽しいひと時を過ごしました。

他にも、たくさんの展示やなづな学園の製品の販売、地域包括支援センターの健康チェックなど盛りだくさん。誰もが同じ場で楽しめる素敵な一日となりました。



最後はみんなで輪になって炭坑節!

修道社会福祉協議会では、健康すこやかサロンやカフェ、体操教室などに取組んでいます。活動に関心のある方や参加してみたい方は、ぜひ東山区社協までご連絡ください。(TEL:551-4849)

有
済
学
区

有済健康すこやか学級 開催中♪

有済社会福祉協議会では、毎月第2土曜日10時30分から元有済小学校ふれあいサロンにて、有済学区にお住まいの高齢者を対象に、介護予防や交流の場づくりを目的として「有済健康すこやか学級」を開催しています。

会では、簡単な体操や脳トレクイズをしたり、先生を招いてみんなで昔懐かしの歌を歌ったりしています。歌の時間では、先生を中心にわきあいあいとした雰囲気の中、歌詞の意味を味わいながら、曲が発表された時代に思いを馳せ、当時の思い出に花を咲かせます。



月によっては、テレビゲームを活用したボウリング体験を取り入れるなど、みんなで楽しみながら身体を動かしたり、健康づくりや交流ができるよう、工夫を凝らして活動に取り組んでいます。



日時：毎月第2土曜日10時半～12時
場所：元有済小学校 ふれあいサロン
対象：有済学区内にお住まいの、65歳以上の方で、ご自分で会場までお越しいただける方
参加費：500円 (お弁当をお持ち帰りいただけます)
※参加には申込が必要です。

関心のある方はぜひ東山区社協までお問合せください。(TEL:551-4849)

活動をお手伝いいただける方も募集しています。

東山区社協職員のおしごと

5月号からのリレー企画！『東山区社協職員のおしごと』のコーナーです。
東山区社協で働く職員の姿や、日頃感じていることなどを皆さんにお届けします。
第3弾は、**東山区地域あんしん支援員**の島田さんにお話を伺いました。



どんなお仕事ですか？



福祉や社協の仕事をしようと
思ったきっかけは？



いわゆる「社会的孤立」等の状態にあり、福祉的な支援が必要であるにもかかわらず、制度や地域だけでは対応が困難な方に対し、地域や関係機関と連携して、寄り添いながら福祉的な支援に結びつけることにより、だれもが安心して生活できる地域社会づくりを目指しています。



障害をもつ家族を近くで見ている、暮らしやすくなるにはどうしたらよieldろうと考えるうちに福祉に興味を持つようになりました。
そして社協の実習で、職員の方が他の業務の合間に気になる方のご自宅に立ち寄り姿を見て、制度や業務にとらわれ過ぎず、自然にひとりひとりの支援ができるところに魅力を感じました。



お仕事のやりがいや
大切にしていることはなんですか？



相手の方から拒否された時は自分が否定されているようでしんどさを感じることもありますが、本心でなかったり生きづらさからくる言葉だとわかってからは、その背景にある思いを考えられるようになりました。支援をする中で笑顔が見られるようになるなど変化に立ち会えることがやりがいだと感じます。
生きづらさや生活の難しさについて地域の人に知っていただくことで、少しでも多くの方がいっしょに考えたり気にかけていただけると嬉しく思います。

認知症サポーター養成講座を開催します！

住み慣れたまちで、自分らしく暮らし続けることができるように、認知症について学びます。
あなたもいっしょにサポーターになってみませんか？

- **日時** 1月29日(水) 10:00～11:30
- **場所** 東山老人福祉センター
(東山区総合庁舎南館地下1階)
- **対象** 認知症に関心のある方はどなたでも
- **定員** 20名 (先着順／申込1月6日(月)～)
- **持ち物** 上履き、飲み物、筆記用具
- **主催・申込み・問合せ** 東山老人福祉センター
(TEL:541-0434)

要約筆記の体験講座を開催します！

聴覚に障害のある方へ書いて伝える要約筆記のミニ体験や交流を通じて、聴覚障害に関する理解を深め、要約筆記の技術を学びます。

- **日時** 2月22日(土) 10:00～12:00
- **場所** やすらぎ・ふれあい館 (東山区梅林町576-5)
- **対象** 要約筆記に関心のある方はどなたでも
- **定員** 20名 (先着順／2月14日(金)×)
- **主催** 京都市中途失聴・難聴者協会 東山支部
京都市要約筆記サークル「かたつむり」
(協力：東山区社会福祉協議会)
- **申込み・問合せ** 京都市東山区社会福祉協議会
(TEL:551-4849 FAX:551-4858)

