＼ そんな活動をしてみたい方を ／

地域支え合い活動創出コーディネーターが応援します!

あったらいいなをいっしょに作っていきませんか?
まずはお気軽にお問い合わせください。

上京区地域支え合い活動創出コーディネーター※
〒602-8511 京都市上京区今出川通室町西入堀出シ町285番地
上京区総合庁舎2階 上京区社会福祉協議会
TEL:075-432-9535　FAX:075-432-9536

※ 京都市が地域で高齢者を支えていくために必要な生活支援サービスの創出や担い手の養成、ネットワークの構築等を目的として各区社会福祉協議会に配置している職員です。

つむぎマップを持って、おでかけしてみませんか?

上京区 すこやかつむぎマップ

健康寿命を伸ばすための「おもてなし」、上京区内のサロン、公園体操などの情報をまとめたマップをご用意しております。上京区社協、区内の地域包括支援センターにて配布中!

上京区社会福祉協議会からのお知らせ

日常生活自立支援事業
生活支援員さん募集中!

日常生活自立支援事業とは?

高齢の方や知的・精神に障害のある方などで、判断能力が十分でなく、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理に不安をもっておられる方々と契約を結び、福祉サービスの利用援助や金銭管理などをお手伝いする事業です。

現在、上京区では生活支援員が不足しており、本事業の利用を待っていただいている方が多数いらっしゃいます。ぜひ一緒に、上京区で高齢者や障害のある方が安心して生活するためのお手伝いをしてみませんか?
ご関心いただけた方は、ぜひ上京区社協までお問い合わせください!

生活支援員とは?

「日常生活自立支援事業」で利用者と担当職員が話し合って決めた支援計画に基づいて、定期的に利用者宅を訪問し、銀行でのお金の払い戻しや、各種支払い、福祉サービスの利用などのお手伝いをします。
活動しやすい曜日(平日)と時間に合わせて活動をお願いしています。活動は月に1～2回程度、時間は1回あたり1時間程度となります。
生活支援員には、活動時間に応じた活動費が支給されます。

資格要件

- 福祉活動に関心のある方
- 資格、経験不問
- 京都市(近隣市区町村)在住、75歳未満の方
- 指定する養成研修(2日間/年2回程度開催)を受講していただける方

生活支援員さんの声

Tさん
(50代 男性)

福祉関連の経験がなく不安もありましたが、担当職員と連絡をとりながら、自分の可能な範囲で地域支援を始めました。利用者の方のご様子を見たり、お話を聞いたりすることで、新しいことを知ったり支援内容を考えたりと、刺激とやりがいをいただいています。

Tさん
(60代 女性)

仕事を退職後、念願だったゆっくりした生活を過ごしていましたが、ふと何か社会や人との繋がりをもてることはないかと思うようになりました。そんな時、市民しんぶんで生活支援員の事を知りました。養成研修もあり、居住地での活動で時間も配慮していただけます。何より利用者さんとの会話の上で成り立つ活動です。自分も成長でき、学ぶこと・やりがいも多く、本当に良かったと感じています。

発行 社会福祉法人 京都市上京区社会福祉協議会
上京区ボランティアセンター
上京区地域支え合い活動創出コーディネーター
〒602-8511
京都市上京区今出川通室町西入堀出シ町285番地 上京区総合庁舎2階
TEL.075-432-9535
FAX.075-432-9536
https://kamigyo-syakyo.jp/
WEB　Facebook

アクセス

- 地下鉄「今出川」駅下車 徒歩5分
- 市バス「上京区総合庁舎前」下車すぐ
(51・59・201・203系統)

社会福祉法人 京都市上京区社会福祉協議会 広報誌

区社協ニュース KAMIGYO

vol. 30
令和5年10月 発行

この食堂を通して
お互いが
顔見知りになれたら

家の近くで
みんなで出来たら
いいな

合言葉は
「細く、長く、無理なく」

地域で育む新たな活動　子どもの居場所

子ども食堂 あすにこ食堂

「食事はもちろん音楽やアートに触れることで、子どもたちが将来の夢や希望を持つきっかけになってほしい！」食堂を立ち上げられた佐々木さんにお話をお聞きしました。

Q 立ち上げのきっかけは？

A 私と子どもとの経験がきっかけです。制度には様々なしばりがあります。「もっと柔軟に、困っている人を助けられる方法はないか。」「この食堂でお互いが顔見知りになり、何かあった時いつでも私たちの店に駆け込んできてもらえたら良いな。」と考え、立ち上げました。

Q 実施してみていかがですか？

A すごく楽しかったです。夢が実現しました。開催日の前の晩は眠れませんでした。たくさんの親子連れが参加してくれました。中でも、中学生9人組が参加してくれ、すごい食欲で1升炊きの炊飯器で炊いたごはんがすべて無くなりました。食後は、スマホを置いてウクレレ体験に参加してくれ、「ありがとうございました！」と元気よく挨拶してくれたのがすごく嬉しかったです。

INFORMATION

あすにこ食堂

開催場所
京都保健会 咲あん上京

開催日
毎月 第3土曜日 11:30~14:30

詳しくはこちら

Q 今後の抱負を一言いただけますか？

A 食堂には様々な参加者がいらっしゃいます。子ども食堂で出会った親子の、どんなシグナルに注意すればいいのか、まだまだ知識不足を痛感しています。食堂を始めてみて改めて感じているのは、「居場所づくりの必要性」です。子どもだけではなく、20代30代の居場所づくりも気になっています。今後は他の活動団体とのつながりも増やし、知識や情報をたくさん得て、これからの活動に活かしていきたいなと思います。

令和4年秋に佐々木さんが「子ども食堂をやりたい。」と区社協に相談に来られました。
熱い想いを絶やすことなく準備を重ね、開設まで至った強い信念には、本当に頭が下がります。
今後の活動の広がりにも期待したいです。

上京こども応援団

上京こども応援団は、上京区内で子どもの居場所づくりに関連した活動に取り組む団体のゆるやかなネットワークです。

- 子どもたちがのびのびと、自分らしく成長できる上京区を作る
- 活動団体同士が顔の見える関係になれるきっかけを作る
- 活動団体同士がつながることにより、活動の幅の広がりや新たな取り組みの開始といった、さらなる展開が生まれる

これらを目的とし、令和3年度に結成されました。
「私も参加したい！」という方は、ぜひ区社協までご相談ください。

大切にしたい地域のつながり　地域福祉活動

聚楽学区 聚楽ヨガ

「こんなことやりたいねん」を言葉に出してみたら、聚楽学区で新たな『健康すこやか学級』が生まれました！ 立ち上げメンバーのみなさんにお話をお聞きました。

Q 立ち上げのきっかけは？

A 井上さん 北区のヨガ教室に通う中で「高齢になっても家の近くで、みんなで出来たらいいな。」「元聚楽小が空いている！ ここで出来たらいいな。」と思い立ったことがきっかけです。
じゅらくエンジェル（地域の子育てサロン）のメンバーの仲間に相談をしたところ「いいね！」と賛同してもらえました。
聚楽社協の八木会長の後押しもいただき、区役所や区社協に相談しながら準備を進めて、5月から開始しました。

俵さん 聚楽学区は小さい学区です。みんなが顔なじみだからこそ、スピード感を持って進めることができたと思っています。

INFORMATION

聚楽ヨガ

開催場所
元聚楽小学校2階

開催日
毎月 第2・4木曜日
10:30~11:30

Q 実施してみていかがですか？

A 米田さん みなさん、笑顔で参加してくれているのを見ると「良かった！」と思いますね。

俵さん 「ムリしないで。」と遠慮せずに言い合え、参加者みんなでお互いに声をかけ合えるのが聚楽ヨガの良いところと感じています。

出口さん すでに学区で実施していた「手芸」「コーラス」とはまた違う活動なので、選択して好みに合わせて参加していただけているのが聚楽の特徴かなと思います。

Q 今後の抱負を一言いただけますか？

A 井上さん 今は女性の参加者ばかりなので、これからは男性も参加してくれるといいな、と思っています。

米田さん 家にこもりがちな人も聚楽ヨガをきっかけに出てきてくれたらうれしいですね。

俵さん 参加者の中には病院から退院して在宅復帰後、歩行器で参加されている方もいます。聚楽ヨガが外に出て参加してくれるいい機会になっています。各々のペースで無理せずに参加できる場。ここはみんな顔なじみなので。これからもアットホームな温かい場として続けていきたいなと思います。

プライベートの時間を過ごす中で「〇〇出来たら良いな」と、ふと思い立ったことが、地域活動につながり、地域の方の楽しみが創出されています。
メンバーのみなさんの明るく楽しい仲間関係が作り出した賜物だなと感じました。

大切にしたい地域のつながり　地域福祉活動

西陣学区 西陣ミニデイ

コロナ禍で3年間お休みしていた西陣ミニデイ。令和5年6月、ついに再開！ もう一度活動を始めようと思ったきっかけや、これからに向けた思いをお聞きしました。

Q 再開のきっかけは？

A 山中さん 新型コロナウイルス感染症が5類に移行したことが大きかったですね。ミニデイではお弁当とお吸い物をお出ししているのですが、食事をみんなでいただくというのは、とても貴重な機会だと考えています。西陣住協の藤林会長の再開へ向けた熱意とお力添えもあり、「よし、もう一回始めようか！」とスタッフ同士で話し合えました。

湯浅さん 西陣学区では8の付く日に開催する「茶房はと利べ」や、月1回「年功会サロン」がコロナ禍でも継続して開催していました。地域の方が集い合える場所がしっかりと続いていたからこそミニデイも再開しやすかったと思います。

INFORMATION

西陣ミニデイ

開催場所
元西陣小学校

開催日
偶数月 第1土曜日
9:30~13:00

Q 西陣ミニデイおすすめポイントは？

A 湯浅さん 由緒ある建物の中で開催している点かもしれませんね。

山中さん 参加者のみなさんにも、スタッフの家族にも、元西陣小学校の卒業生や家族が通われていた方が沢山おられます。地域のみなさんにとって、大切な場で活動できていることですね。

Q 今後の抱負を一言いただけますか？

A 山中さん 参加者のみなさん、とてもお元気なんですよ。スタッフと参加者の垣根なく、例えば100歳になられても「ボランティアをしたい！」というお気持ちが有れば、ぜひミニデイで活躍してもらいたいです。

湯浅さん 人生のお手本として尊敬できる方が沢山おられるんです。私たち自身が、地域の先輩から大切に受け継いできた活動です。これからも「細く、長く、無理なく」を合言葉に受け継いでいきたいですね。

ドラマに出て来そうな木造校舎の中で、朝から手作りのお吸い物のお出汁の香りが出迎えてくれる西陣ミニデイ。
「初めまして」の方も、「また来るわ」と笑顔でお帰りになる、心地良い時間を過ごせる西陣ミニデイに、ぜひご参加ください！