

☆老人福祉センターは市内在住の60歳以上の皆さんがご利用できる施設です☆

# きらめき

平成30年

# 8月号



社会福祉法人 京都市社会福祉協議会  
京都市山科中央老人福祉センター  
〒607-8344 京都市山科区西野大手先町 2-1  
山科総合福祉会館 2階  
[電話] 501-0242 [FAX] 501-0340  
[E-mail] r-yamashinachuo@kcsw.jp  
[ホームページ] <http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/yamashinachuo.html>  
[開所日・時間] 月曜日～土曜日(祝日除く)・9時～17時  
7月20日発行(毎月第3金曜日発行)

各催しの申込方法 (日曜・祝日は休所)

申込み期間の午前9時から午後5時までに本人が来所にて受付。(FAX・代理人申込不可)

## Let's Try! やまちゅうで英会話



日時：8月6日(月)

(9月からの予定)

9月3日 10月1日 11月5日

12月3日 平成31年1月7日

※いずれも第1月曜日 午前10時～11時

様々なシーンで役立つ英会話をみんなで楽しく学びます!

初心者の方が対象です。



講師：NPO 法人京都国際交流ネットワーク

理事長 中山 貴恵先生

定員：15名 / 費用：200円(テキスト代)

持ち物：筆記用具、飲み物

申込方法：1回ごとに申込必要。

8月6日分の申込みは、  
7月23日(月)～30日(月)

※多数の場合抽選

## 朝から元気にうたごえサロン

日時：8月10日(金)

午前10時30分～正午

さわやかな1日のはじまりを!



ピアノとギターの伴奏でみんな一緒に歌います♪

演奏：京都ピアノとうたの音楽ひろば

進藤 信通さん 上平 知子さん

定員：70名 / 持ち物：飲み物

申込：7月30日(月)～8月3日(金)

※多数の場合抽選

## ふるさと山科を学ぼう会



☆8月のテーマは、醍醐街道/西野道・川田道・大石道です。

日時：8月14日・28日

(9月からの予定)

9月11日・25日 10月9日・30日

11月13日・27日 12月11日

※いずれも第2・4火曜日 午後1時30分～3時30分  
(10月のみ第2・5火曜日)

山科検定テキストとなっている『区民が選んだ魅力を訪ねて京都山科 東西南北』を基本テキストにしながら、毎回テーマを設定して、歌・講義・DVD視聴・練習問題等を織り交ぜた学習会です。みんなで楽しく学びましょう!

講師：ふるさとの会

小島 政彦さん(14日) 林 伸行さん(28日)

定員：15名 / 費用：100円(資料代)

持ち物：筆記用具、飲み物

申込方法：1ヵ月ごとに申込必要。

8月14日・28日分の申込みは、  
7月23日(月)～ ※先着順

## うたごえサロン



日時：8月31日(金)

午後1時30分～3時

ピアノとフルートの心地良い音色に合わせ

みんなで歌います♪

演奏：京都ピアノとうたの音楽ひろば

上平 知子さん 氏本 皓之さん

定員：70名 / 持ち物：飲み物

申込：8月20日(月)～24日(金)

※多数の場合抽選

# スマホを知ろう!

日時：8月29日(水)

午前10時～午後3時  
(正午～午後1時は休憩時間)

「スマホを活用して楽しく 豊かな老後を！」

## 講座内容

- ・アカウント、パスワードってなあに?
- ・アプリのダウンロード方法
- ・地図アプリ
- ・バスの時刻表アプリ
- ・健康長寿のまち・京都いきいきアプリ



日時：8月21日(火)  
午前10時～11時30分  
場所：集會室  
持ち物：上靴、飲み物  
申込：不要  
※ただし、市内在住の60歳以上の方

大盆踊りのつどい

## 第2回世話人会

日時：8月31日(金)



午前10時～11時30分

- 1部：世話人会
- 2部：成果発表会実行委員会  
(1部終了次第開始)

お忙しいところ恐れ入りますが、ご参加いただきますようお願いいたします。

講師：NPO法人 花パソ

定員：15名(申込者が10名に満たない場合は開催しません)

持ち物：スマートフォン(お持ちでない方はお貸しします)、筆記用具、飲み物、昼食

申込：8月1日(水)～17日(金)

※多数の場合抽選



## Breeze(14)

昔から、怖いものと言えはすぐに思い浮かんでくるのが『地震・雷・火事・おやじ』でしょう。怖いと思うものの名前をリズムカルにまとめた文章ですが、最後に出てくる『おやじ』、すぐに怒る怖い『親父』の意味ではなく、漢字をあてると『大山風』(おおやまじ)、もしくは『大風』(おおやじ)、現在の『台風』のことを指しているという説もあります。

さて、西日本では、地震や大雨といった災害が立て続けに発生し、先日の豪雨は平成で最悪の水害をもたらしました。山科区内でも5学区に土砂災害避難情報が発令され、市域では4カ所の老人福祉センターが臨時閉所する事態となりました。当センターは、災害時対応マニュアル等に基づき開所し、自主的に活動を中止された同好会を除き、通常通り皆様にご利用いただきました。しかしながら、西日本豪雨による死者のうち約7割を60歳以上の高齢者の方が占めているという報道に、災害時の予見と予防の視点からこれで良かったのだろうか?と自問自答しています。

例えば、当該地域にその時点で警報等の発令が無くても、雨が続けば道路の地盤が脆くなり、河川が増水するなど、外出時のリスクは増大します。地震が発生すれば余震が懸念されます。さらに、電車やバスなどのインフラが混乱し、駅周辺等は多くの人々で混雑します。そうした中、不要不急な外出や移動を控えることが、自分の生命は自分で守り、常に災害に危機感を持って行動する第一歩につながるのではないのでしょうか。

猛暑を超え、酷暑とも極暑ともいわれる今年の夏、特に子どもや高齢者の熱中症対策は不可欠です。水分補給をこまめに行うため、外出時には必ず飲物を携行する、体調不良の折は無理しないなど自己管理に努めていただき、日々お元気でセンターにご来所くださることを願っています。

