

☆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31年

2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
平成31年1月18日発行(毎月第3金曜日)発行

①～④の催しの詳細はセンターのポスターやウェブサイトをご覧ください。



各催しの申込方法

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。
(電話・FAX・代理人申込不可)(日曜・祝日は休所)

① 体のトリートメント講座 2月6日(水) ①午前10時～10時45分
②午前11時～11時45分

運動

講師：川崎 美智子さん

心も体もほぐしながら、筋力維持を目指しましょう!

定員：①②各30名 / 持ち物：上靴、汗拭き用タオル、飲み物

申込：1月19日(土)～30日(水)【抽選】



② 笑いヨガ講座 2月15日(金) 午後1時30分～3時

笑いヨガは、笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせたものです。
健康寿命を延ばす「笑い」。笑いでストレスをゆるめましょう!

講師：上田 弘子さん(看護師)

定員：20名

持ち物：汗拭き用タオル、飲み物

申込：1月28日(月)～2月8日(金)【抽選】



③ ロコモ予防いきいき筋力トレーニング教室 2月16日(土) 午前10時～11時

ロコモティブシンドローム予防をご家庭で取り組んでいただくため、
京都市が開発した運動プログラムを健康運動指導士が紹介します。

講師：山科地域体育館(健康運動指導士)

定員：20名 / 持ち物：汗拭き用タオル、飲み物

申込：1月21日(月)～31日(木)【抽選】



④ うたごえサロン 2月9日(土) 午後1時30分～3時

ピアノとギターの生伴奏に合わせてみんなで一緒に歌いましょう♪

演奏：京都ピアノとうたの音楽ひろば

ピアノ伴奏 上平 知子さん ギター伴奏 重吉 和久さん

定員：70名 / 持ち物：飲み物

申込：1月28日(月)～2月1日(金)【抽選】



うた



学び

⑤

鏡山次郎氏 山科を大いに語る 2月20日(水) 午前10時~11時30分

私たちの住む京都市山科区の歴史・伝統・文化等をより深く理解してみませんか？

講師：浅井 定雄さん（ペンネーム 鏡山 次郎さん）

定員：30名 / 持ち物：飲み物 / 申込：2月4日(月) ~ 【先着順】



おしらせ

平成31年度 同好会会員募集！

詳しくは、別紙『平成31年度 同好会案内』をご覧ください。

チャリティバザー開催！

日時：2月1日(金) 午後1時~3時

詳しくは、センター内に掲示のポスターをご覧ください。

成果発表会実行委員会開催のお知らせ

日時：2月9日(土) 午前10時~11時30分

対象：成果発表会に参加される同好会

☆対象の同好会は必ずご参加ください！



広報紙に掲載の事業はすべていきいきポイント(5ポイント)の対象です。



Breeze(20) PING PONG



利用者の皆さんと事務所を結ぶコミュニケーションツールの一つになればと書き始めた「Breeze」、20号となり、人であれば新成人。読者の方々から寄せられる様々なご意見・ご提言が毎回楽しみでもあります。

今回は、当センターで実施している高齢者自主活動及び一般娯楽の事業の中で、特に利用者数の多い「卓球」について寄せられたご意見を原文のままご紹介しておきます。

「あけましておめでとうございます。日頃は行く場のない高齢者の集まりにご尽力いただきありがとうございます。年々老人福祉センターの利用者が増して行くこの現状の中、狭い場所で足元もおぼつかない歩いているだけでひっくり返る年寄りが、卓球台が3台もある中で、40人も50人もウロチョロウロチョロと・・・今迄にも何人もの老人が衝突し、ひっくり返り骨折し、大切な眼鏡を落して潰され、誰の責任でもない揉め事の日々。

年末にも骨折者が出るというとんでもない事に。以前からきつとえらい事になるデ～とは思っていましたが・・・そのうちに頭打って・・・ってことになるかもネ。

そういう環境を黙認している職員の方々にも責任がある様に思えます。今後、大事故が起こらないうちに、良き対策の程、よろしくをお願いします。」

という内容。ご指摘の通りです。私たち職員の抱える悩みを、表現の差異こそあれよくご存知いただいていると思います。そこで、紙上を借りお答えしておきます。

ご承知の通り、山科区の長寿化の進展は著しく、人口比率31.0%と昨年からさらに0.5ポイント上昇しています。山科中央老人福祉センターが開所した平成12年度の高齢化率が15.4%ですから、高齢者数は2倍以上増加しているわけです。ところが、増え続ける高齢者数に比し、それらの方々の憩いの場の一つである当センターの規模は開設時そのままです。無料で利用できることから、卓球、囲碁将棋を中心に、介護予防のための筋トレやうたごえサロン等々利用者が集中するのは自然の節理ですが、それぞれの利用者が自分の居場所の確保のみを自己主張し、今、勤務している職員だけを責め立てて何の解決につながるのでしょうか！

平成29年の3月末、前任者からの事務引き継ぎのため、初めて山科中央老人福祉センターを訪れ、施設内を案内された折り、狭いフロア一杯に卓球台が並べられ「卓球のつどい」が行われていました。室内に、ひしめく人たちが醸す異様な熱気に茫然とし、部外者から見て、いつ事故が起きてもお不思議ではない実態を前に、高齢化社会の現状に対する自己の認識の甘さが悔やまれました。明日から4月という時期に、職を辞することもできず、薄氷を踏む思いで日々を過ごしてきましたが、その間、安全対策の徹底を念頭に「卓球のつどいABC」を「同好会」に位置づけし、それぞれの代表(世話人)と事務所とが常に意思疎通できる場づくりも、利用者との協働のもとに実現させてきました。

こうしたさ中、昨年12月17日、「卓球のつどい」で、プレイヤーを避けようとした方が転倒、骨折される事故が起きました。これを契機に、事業の機会ごとに安全面での注意を喚起するとともに、4つの卓球同好会に対しては、卓球台の利用を3台から2台に減らし、室内のスペースを設けることで安全対策を講じたい旨、即刻提言を行いました。協議の結果は2対2！「卓球台の数を減らしても、事故が起きる時は起こる。我々はさらに過密状態の他の卓球場もよく知っている。利用者の楽しみを奪ってほしくない」というのが減数反対の2グループの意見でした。「事故」に対する認識の相違はただただ驚きでした。

そして今回のお手紙をいただいたことにより、2回目の協議の場を設けましたが、結果は前回と同様のものでした。異なる彼岸に立つ者同士、不毛な話し合いに疲れた頃、一人の世話人の方から「プレイ中の球拾いは止める。もう1グループ増やしてみてもは？」という意見が出されました。グループを細分化することは場の捻出のため時間を要しますが、プレイヤーの周辺に球拾いの人がいないことは、事故の低減に繋がる具体策となることでしょうか。これらについて、来月も3回目の卓球同好会世話人会を開く予定です。

当センターのオープン当初は2台しか無かった卓球台ですから、施設管理者として、卓球台の利用数を3台から2台に減らしていただくよう制限することは、安全管理上当然のことです。しかし、利用者自らが納得し、安全対策を考えていただくことを今は優先したいと考えています。で、お手紙を下されたXさん、事務所は卓球の現状を黙認してきたわけではありません。これからも粘り強く「安全確保の課題」に取り組んでいきます。