

☆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

3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
2月16日発行(毎月第3金曜日発行)

教室 成果発表会

【申込み 不要】
どなたでもご来場できます

舞台発表

日時: 3月 7日(水)

開場: 午後1時 開演: 午後1時30分

- | | |
|----------------------|-------------|
| 13:30～①初めての
社交ダンス | 14:30～④コーラス |
| 13:50～②太極拳 | 14:50～⑤ウクレレ |
| 14:10～③健康ダンス | 15:10～⑥民謡 |

作品展

日時: 3月15日(木)

～3月26日(月)

教室: 編物・絵手紙

ちぎり絵

展示場所: センター廊下



催し
パート1



『ハーバリウム』

3月9日(金)

午後1時半～2時半

置くだけで素敵なインテリアになるハーバリウムを作りますか?ハーバリウムとは『植物標本』という意味です。



フラワーを『ガラス瓶に入れてオイル』に浸す

講師: 岡崎 淳子さん
定員: 10名
費用: 1,500円
申込: 2月23日(金)～
※先着順

『フラワーアレンジメント』

3月17日(土)

午後1時半～2時半

講師: 村井 亜貴子さん
費用: 1,500円
定員: 15人
申込: 2月23日(金)～
※先着順

プレートに春色の花を飾ります。

『うたごえサロン』

3月17日(土)

午後1時半～3時

演奏: 当センターコーラス講師
歌唱案内 糸井 欣治さん
ピアノ伴奏 吉池 由紀子さん
定員: 70人
申込: 3月1日(木)～9日(金)
※多数の場合抽選

『一緒に踊ろう 京炎そでふれ!』

3月24日(土)

午後1時半～3時半

京都ならではの振りや曲を使う創作ダンス。指導するのは大学生です!



指導: 京都学生祭典実行委員会
踊り普及部
定員: 30人
申込: 3月10日(土)～
※先着順

『グルーデコ講座』

3月23日(金)

午後1時半～2時半

キラキラ素敵なアクセサリーを作ります。

講師: 林 むつみさん
費用: 800円
定員: 10人
申込: 3月9日(土)～
※先着順





催し
パート2

『壁掛ナリース』

3月24日(土)

①午前10時～午前11時30分
②午後1時30分～午後3時

造花を使って、かわいいリース
を作りましょう。



講師：児玉 享子さん
費用：700円
定員：①② 各10人
申込：3月10日(土)～
※先着順

『お顔の筋トレ &体のストレッチ』

3月30日(金)

午後1時半～3時

指導：川崎 美智子さん
定員：20名
申込：3月9日(金)～
3月23日(金)
※多数の場合抽選

お顔キラキラ☆
美しくな～れ
心も体もほくしましょう!



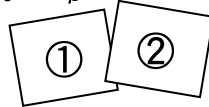
『大人のぬり絵』

3月29日(木)

午後1時～3時

講師：富澤 成夫さん
費用：500円
定員：①②各10名

絵の2種類から
選択できます



申込：11月8日(水)～
11月22日(水)※先着順



『男の筋トレ』

3月30日(金)

午前10時～11時半

指導：飯田 利正さん
定員：男性30名 女性20名
申込：3月16日(金)～※先着順



新しいことを
始めたい方
必見です!

初めての将棋講座



将棋
初心者

日時：毎月第1～4火曜日(祝日は除く)
午前10時～11時30分
期間：4月～9月末日まで
対象：将棋の初心者
申込：3月1日(木)～31日(土)
費用：850円(テキストのコピー代)

囲碁
初心者

初めての囲碁講座

日時：毎月第1～4木曜日(祝日は除く)
午前10時～11時30分
期間：4月～9月末日まで
対象：囲碁の初心者
申込：3月1日(木)～31日(土)
費用：420円(テキストのコピー代)



卓球
初心者

初球会



日時：毎月第1～4土曜日(祝日は除く)
午前9時～正午
期間：5ヶ月間
対象：卓球の初心者
申込：通年随時受付
費用：無料

民謡
初心者

初心者民謡講座

日時：毎月第1・3火曜日
午前10時～11時30分
期間：4月～9月まで
講師：浅野 もあこ先生
(日本民謡梅若流大師範)
対象：民謡初心者
※過去に民謡教室に参加され
た方は不可



申込：3月1日(木)～16日(金) ※多数の場合抽選
費用：譜面のコピー代、材料費1,000円(年1回)

ストレッチ
初心者

初心者対象のストレッチ講座(半年間)、普及員養成コースのストレッチ講座は5月から開講予定になりました。詳細は4月号で♪

その他、初心者を対象とした同好会が4月から新しく始まります。
内容は差し込みページをご覧ください。

*** お知らせ ***

京都市内 16 カ所の老人福祉センターにおいては、安全面及び衛生面の観点から 今年度末(平成30年3月31日)をもってお茶等の提供を終了させていただきます。

老人福祉センターをご利用の際は、各自、水分補給の水筒やペットボトル等をお持ちいただきますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。

お茶の提供が無くなることに伴い、お試して設置していましたが自動給茶機による提供を終了します。



1/27
『かつみ吾朗コンサート』

盛りの上がりまじつで歌とトークで
次回もお待ちしてま〜す♪

2/3
『京都市域老人福祉センター交流発表会』

息の合った演技で素晴らしいです☆
会太が極拳同好!

『なんでも相談会』は3月をもって終了します。はあとメールの皆様のご協力に感謝します。

1月13日に行った『チャリティバザー』の収益金を寄付した事で(公財)ユニセフからお礼状が届きました。センター廊下に掲示していますのでご覧ください。

Breeze (そよ風)

毎年、敬老の日を前に取りまとめられる高齢者人口の推計によると、平成29年の我が国の65歳以上の人口は3,514万人、総人口に占める高齢者人口の割合は27.7%で過去最高に達し、

3.6人に1人が65歳以上となっています。一方、京都市においても同時期の高齢者人口推計では市内の約3.6人に1人が65歳以上で、行政区別に見ると東山区の高齢化率が最も高く33.5%、次いで山科区が30.5%の順となっています。

ちなみに、山科中央老人福祉センター(以下、山中老セン)が開設された平成12年当時の山科区の65歳以上人口は15.4%でしたから、実に約2倍増加していることがうかがわれます。去る1月17日、国の高齢者施策の指針となる「高齢社会対策大綱」の見直し、5年ぶりに行われたとの報道がありました。まとめられた改定案では「65歳以上を一律に高齢者とみる一般的な傾向は現実的なものでなくなりつつある」という見解が初めて示され、今後、社会保障制度をはじめ、高齢者の就労促進等具体的な施策作りが進められていくとされています。これらの背景には、医療の進歩や生活環境の改善で、平均寿命が大きく延伸する一方、少子高齢化や人口減少は急速に進み、現役世代が高齢者を支えることを前提につくられた年金や医療、介護などの制度は、現行の仕組みのままでは維持できなくなってきたことがあげられます。山中老センにおいても、平成29年度の利用者総数は開設当時の約2倍となっており、一般娯楽(つどい)事業を中心に、参加者から利用回数の減少に対する苦情が、関係機関に寄せられています。事務所は限られたスペースの配分に苦慮していますが、全ての利用者の方々に満足いただけるよう活動の場を提供していくことは困難です。先に国の「高齢社会対策大綱」の見直しについて述べましたが、身近な施設の利用をはじめ多くの高齢者施策が、少子高齢化・人口減少という時代の潮流の中であって、大きな転換期を迎えようとしています。過日、「利用年齢を引き上げるとか、何らかの対策を講じないと老センは過密状態になってしまう」と指摘された利用者の方がいらっしました。

同じように齢を重ねながら、健康に恵まれない方も少なくありません。幸い、老センを利用される皆さんは、元気で若々しい方が殆どです。どうにもならないことに不平不満を連ね、過去を顧みるばかりではなく、少子高齢社会の現実を見据え、健やかであることに感謝しつつ、おだやかに、のびやかに人生を過ごしていくのも素晴らしいことだと思います。

お出かけ情報

共につくろうきょうの絆



福祉ボランティア社協フェスタ

3月4日(日)

時間：10:30~15:00

会場：ひと・まち交流館 京都

【内容】

●3階第3会議室

「わくわく★らくらく★

てづくりひろば」

タオルで人形(うさぎなど)を作ります!

(老人福祉センター職員が担当)

●福祉体験・相談コーナー

●ボランティア交流コーナー

●地域福祉の紹介コーナー

●飲食・喫茶コーナー