

わくわく通信

10号

2018. 11

このまちで住み続けるために

―サブセンター会館のあり方を考える

NPO法人洛西福祉ネットワーク 理事長 齋藤 信男



洛西ニュータウンアクションプログラム推進会議も2年目をむかえた。観光・サブセンター関係ワーキンググループでは平成29年2月～3月に利用意向調査を実施した、調査内容も今ひとつ分かりづらかったが、サブセンターについてはコンビニエンスストアの要望が大きかったことその他はさておき、会館の利用状況について主なものは次の通りであった。

(1) 会館の利用頻度

・全く利用していない	40・2%
・1年に1回程度	13・8%
・月に2、3回程度	11・6%

調査期間：平成29年2月～3月
配布：7、692枚
回収：1、916枚
(回収率：24・9%)
(洛西ニュータウン内)

(2) 利用する目的

・週に1回以上	10・5%
・自治会・各種団体で利用する	57・9%
・趣味などの同好会	26・8%
・高齢者のふれあい喫茶 (福西のみ)	17・8%
・他の住区のふれあい喫茶は会館以外を利用	

(3) 今後の会館の活用

・これまでの役割を果たしつつ、地域のニーズに対応したあらたな活用法も検討すべきである	58・7%
・このままでよい	10・3%

(4) 会館の活用方法

・気軽に運動できる場	38・4%
・友人や知人とおしゃべりできる場	34・7%
・地元農家による野菜を直売する場	

・運動器具を設置して軽運動ができる場	31・8%
・文化・芸術にふれられる場	31・6%
・住区別に見ると次のようにニーズに大きな違いがある。	28・4%
・気軽に運動できる場	
新林 38・9% 福西 40・7%	
・コンビニエンスストア	
境谷 40・8% 竹の里 45・9%	
新林 7・4% 福西 17・5%	
＊新林、福西にはスーパーがある。	

もくじ

このまちで住み続けるために	1
《追悼 早川一光先生》	
早川一光先生さようなら	3
早川一光先生「竹の里いのち大学」の記録	4
堀川病院時代の早川一光先生を思う	5
《洛西の施設》障害をもった人が共に暮らす	6
わくわく短歌教室に参加して	8
わくわくサロンセミナーを担当して	8
短歌・俳句同好会の作品	9
支え合い型ヘルプサービスに関わって	10
《案内》洛西の居場所カフェ	11
《案内》京都生協おかいもの便	11
《案内》わくわくサロン	12

この冊子は、京都市「平成30年度洛西ニュータウン・地域団体活動ステップアップサポート事業補助金」の助成を受けています。

以上、サブセンターの会館についての意向調査の結果であるが、会館の活用方法は今後更に深めてサブセンター住区に求められるものの実現に取り組んで行く必要がある。これらは住民の現在の意識であって、サブセンターに本来求められたものは、《徒歩で日用品の買い物が出来、住民のコミュニティが図れる場所》として計画されたものです。建設から40年を経過しスーパーが撤退して18年、高齢化が進み車の免許を返還し、買い物弱者となった今、コンビニ誘致希望が、境谷40.8%、竹の里45.9%に現れている。これは現在そして来るべき5年後10年後にその必要性がより強くなる数字である。

今回のアンケートは現状を調査したにすぎないが、そうではなく今後益々少子高齢化がすすむであろうを考えるならば、**サブセンター・会館にほしい機能**として次のようなもの考えることができる。

サブセンター・会館にほしい機能

日用品の買い物ができる場

- コンビニエンスストアなど歩いて行ける場所で日用品が買える。
- 住民票写しなど区役所発行の証明書がとれる。



食事ができる場

- 一人暮らし、高齢化や仕事・家庭の事情などから調理が困難な住民が、安全で栄養が考えられた食事を朝・昼・夜とれる。



健康管理ができる場

- 体重・血圧の測定・記録、健康の相談、軽い体操等の指導が受けられる。



静かに過ごせる場

- コーヒーなどを飲みながら1人でも静かに新聞を読んだり本が読める。



多様な住民が交流できる場

- 高齢者、障害者、若いお母さん、学生、子供など地域住民が誰でも日常的に気軽に交流できる。



文化的な交流ができる場

- 頻繁に映画会、講演会、落語会、音楽会、美術展などが開催される。



情報が学べる場

- 高齢者がパソコン、スマートフォン等の使い方を学べる。



学習できる場

- 小・中学生が大学生等に勉強を教えてもらえる。



相談できる場

- 医療、子育て、困りごと（税金・遺産相続等）の相談ができる。



《追悼》

早川一光 先生



早川一光先生さようなら

ありがとうございました。

齋藤 信男



「上手な死に方教えます」

こんなタイトルで講演会を竹の里小学校ランチルームで開催しました。その時の講師が、早川一光先生でした。私が竹の里自治連合会自主防災会の役員をしていた頃です。自治連合会の研修会を開催するにあたり講師を探していたのですが、なんで早川先生を選んだのか、多分「地域のことは地域で守れ」と話されていたのでお願いしたのだと思います。

インターネットで調べ先生にお願いしました。電話が掛かってきた時、実は予算がコレくらいしかないのですがと話したら、「わかった、あるだけで良い」とのことをお願いしました。講演会当日、竹の里小学校のランチルームは超満員で廊下にはみ出していました。この講演会が先生との出会いの始まりです。

その後、自治連合会の中に「地域づくり委員会」を有志で立ち上げ、将来の洛西ニュータウンの課題を考えることとしました、そんなおり、介護のあり方で、街の銭湯の更衣室を利用して介護の勉強会を進めると、厚生労働省が提案して各都道府県が取組みが新聞で報道されました。地域づくり委員会で話し合いをしている時、委員のひとりが洛西ニュータウンには銭湯がないし「竹の郷温泉」でやれな

いかと提案され、翌日、温泉に出向き支配人と交渉した結果、温泉の畳の休憩室を利用させてもらうことに決まり、条件として温泉に入浴してもらう替わりに入浴料を安くしてもらうことで交渉が成立。第1回の講師に早川先生にお願いすることになり、交渉したら快諾をいただき、会の名前を「竹の里いのち大学」と決めました。

開催日、どんな人が集まり105名。休憩室を全部借り切ることにになり、まさに地域の人が多く入浴したことになりました

早川一光さん死去

「わらじ医者」京の医療に尽力

94 歳



戦後間もなくから京都の地域医療に尽力し、「わらじ医者」と親しまれた医師

の早川一光（はやかわ・かずてる）さんが2日午後3時54分、京都市右京区の自宅で死去した。94歳。愛知県出身。近親者で密葬を済ませた。葬儀・告別式は本人の遺志で行わない。（28面に詳伝）

京都府立医科大学卒。終戦直後で医療環境の乏しかった1950年、京都・西陣の住民の出資で設立され、堀川病院（京都市上京区）の前身に当たる診療所で医師となった。往診や訪問看護といった在宅医療に力を入れ、副院長や院長を歴任

京都新聞 2018年6月5日

「竹の里いのち大学」ニュータウン高齢化の対応模索

京都市西京区の洛西ニュータウン内の温泉を会場に、地域住民が健康や生活の悩みを話し合う「竹の里いのち大学」が、第1回を開催した。参加者は約100人。講師に早川一光先生が出席し、高齢化の対応について話した。

「竹の里いのち大学」は、洛西ニュータウン内の竹の里自治連合会が主催する。第1回は、高齢化の対応について話した。講師に早川一光先生が出席し、高齢化の対応について話した。

交流から

「交流から」は、早川先生が主催する。第1回は、高齢化の対応について話した。講師に早川一光先生が出席し、高齢化の対応について話した。

京都新聞2006年6月18日

た。毎月1回開催して毎回10名前後の参加者で賑わいました。温泉の休憩室ですから先生の話が盛り上がった最中、館内スピーカーから「番号札18番でお待ちのお客様、カッカレーが出来ました」との放送。先生は話を中断「ハイハイ！」こんな会場ですることがあり、みんなは大笑い。

自治連合会の助成を受けていましたが、地域外の参加も多くなり、助成なしの運営で第2期として早川先生以外の講師も加えることとなりました。それから2ヶ月に1回の先生の講義はじまりました。

この「いのち大学」は毎回、京都新聞の福祉ページ「学ぶ」欄で広報していたので、新聞を見て高槻、彦根、神戸と他府県からの参加も増えてきました。竹の郷温泉と言えば「いのち大学」といわれることが多くなり、「いのち大学」と言えば早川一光先生といわれるまでになり、平成17年から平成28年まで先生に支えていただき、75回述べ参加者は3600名を数えました。

平成25年にはNPO法人洛西福祉ネットワークを立ち上げ、その顧問にお願いして法人を支えて頂きました。

そんな先生が病に伏され「いのち大学」の講師に立たれることがなくなりましたが、手術を終え療養中に点滴をしながら「いのち大学」で話をされた時には、参加者が涙を流し回復を喜び握手をしていたことが昨日のようです。その後も車イスでお話をお聞きすることが何回もありました。

今年の6月初め、訃報をお聞きして先生宅に伺った時、床の間の写真の中から語りかけてきます。

「竹の里の皆さん

地域のことは地域で守れ
わかったか！」

さようなら早川一光先生。



早川一光先生「竹の里いのち大学」の記録

開催日(回)		テーマ
2005年	5月11日(1)	”いのち”とはね
	6月8日(2)	”人間”とはね
	7月13日(3)	”いきいき”生きる
	8月10日(4)	”病気”ってね
	9月16日(5)	”老い”ってね
2006年	10月26日(番外)	早川先生とワイワイガヤガヤの会
	1月18日(8)	地域の医療とは
	3月15日(10)	地域の医療とは その2
	5月31日(11)	高齢者の癒し
2007年	11月22日(16)	にんげんばんざーい(1)
	2月28日(19)	にんげんばんざーい(2)
	5月16日(21)	いきいき生きる街づくり
2008年	3月19日(26)	いきいき生きる街づくり
	5月28日(27)	認知症に向き合う
	11月26日(30)	認知症に向き合う
2009年	3月19日(32)	認知症に向き合う
	5月13日(33)	介護はだれがするの

開催日(回)		テーマ
2010年	3月17日(38)	無縁社会の中で“出会い”を大切に
	6月16日(39)	無縁社会の中で“出会い”を大切に
2009年	3月19日(32)	認知症に向き合う
	5月13日(33)	介護はだれがするの
2010年	3月17日(38)	無縁社会の中で“出会い”を大切に
	6月16日(39)	無縁社会の中で“出会い”を大切に
2011年	2月16日(44)	無縁社会の中で“出会い”を大切に
	4月20日(45)	いきいき生きて老いる
2012年	10月19日(48)	わたしの元気なひみつ
	2月15日(50)	地域で支える
2013年	9月19日(54)	老い方練習1
	1月16日(56)	老い方練習2
2014年	5月15日(58)	総合人間学のすすめ
	9月18日(60)	上手な老い方
2015年	1月15日(62)	上手な死に方
	5月21日(64)	楽しく食べて元気モリモリ
2016年	9月24日(66)	快眠・快便のすすめ
	5月20日(70)	いのち
2017年	11月18日(73)	わらじ医者の来た道 その1
	3月16日(75)	わらじ医者の来た道 その2

堀川病院時代の早川一光先生を思う

菊田 弘子



竹の里に長岡から移り住んだのは平成16年秋でした。間もなく早川先生の講演がエミナースであり、夫と伺いました。会場は当時「わらじ医者」として大活躍しておられたので満席でした。先生のお姿に接したのは35年ぶり、会が了つてもたくさんの方に囲まれて、お話しできなかった事、今思うと残念でなりません。

「堀川病院Ⅱ早川先生」は、堀川病院が出来た頃、大宮通り寺ノ内に住んでいた私には、その当時のお姿しか思い浮かびません。小児科に顧問の松田道雄先生が週一度診られ、他は早川先生でした。松田氏の「育児書」は名著で（後に3人の子供が嫁ぐ時、持たせました）他にも名著を出されています。

堀川病院の往診システムは今では考えられない事、どんなに助かった事か！

「どっや、元気か！」と白衣と黒いカバンを持ち、看護婦連れて通り庭をスタスタ入って来られました。長女・二女の麻疹、二女の重症な肺炎の時は、レントゲン車を家の前で停めて、私は人目をお腹に、長女は5歳で、入院看護は無理でした。「僕にも同じくらいの子が居るんや」と云われてました。今思えばエッセイストであるゆかりさんでした。

昭和36年6月、東京から来てた姑が心筋梗塞をおこし、結果10日后に亡くなりましたが、酸素ボンベを運び入れ、連日往診（主治医は谷口医師）でした。

昭和42年、夫が心筋梗塞になり即入院した時は、病院は4階建てになっており、院長になられてました。私達は小工場（精密機器で30人ほどの社員・パートが居り、私が経理を担当）を経営して多忙な頃、私に「あん

たは雑草みたいな人だから大丈夫！ 乗り越えて生きてゆける」と励まして下さった事、忘れられません。

『喫茶去』（エッセイ集）の中に「おおきに」についての項があり、名古屋から京都に来て、京言葉、特に西陣地区のコトバのニュアンスに戸惑われ、音律（韻）と表情で陰の心を聞きとらねばならない、おおきにの後にgoodかbadか、それが解るのに50年かかったと。私も夫も東京出身で先生とお話易かったのは、おおきにを使えない私を許容しておられたのだと思います。

歌人であるゆき夫人の歌
はあはあと背なに負ひし子の息が
首にあたるを今を忘れず

耳遠き夫の夕餉会話無きまま

早や五時半はすましてあたり

『京都歌人協会歌集』より

新聞の晩年の先生の写真を見ても、私には白衣を着て瘦身ながら澹刺とした先生が立ち上がってくるのです。

心より御冥福をお祈り致します。

「西陣の路地病院の廊下や」

早川さん死去 在宅医療先駆け



1988年の堀川病院のパンフレットに掲載された往診中の早川さん。京都市の西陣地域で在宅医療に力を入れた

【評伝】 世に益を呼ぶやその家、佳に暮れつた。戦後間もない時期から地域に根ざした診療活動もいが、この人は患者。早川一光さんでした。

イオラとなつた。『シオラ』と題して、早川さんへの追悼文が、この本に収められている。

早川さんの家は、戦後に京都府の西陣地区に建てられた住宅で、早川さんは、この地域で在宅医療に力を入れた。1988年、早川さんが、この地域で在宅医療に力を入れた。1988年、早川さんが、この地域で在宅医療に力を入れた。

早川さんは、戦後に京都府の西陣地区に建てられた住宅で、早川さんは、この地域で在宅医療に力を入れた。1988年、早川さんが、この地域で在宅医療に力を入れた。

京都新聞 2018年6月5日

〈西京の施設紹介〉

障害をもった人が共に暮らすグループホーム



地域には様々な障害をもった方が暮らしていますが、住まいや仕事、生活費などはどうしているのでしょうか？障害者グループホーム「榎原ホーム」(運営：社会福祉法人京都総合福祉協会グループホーム西部支援センター)を訪問し、センター所長の川西智子さんに現状や課題などをお聞きしました。

障害者グループホームとは？

知的障害や精神障害のある方が専属スタッフ(世話人)の支援を受けながら、4～5人単位でマンションや一軒家を借り、自分たちで生活費や家賃を出して地域で生活する場所です。障害者が望む生活を実現できるよう日常生活を支え、将来の希望を実現していけるよう相談や支援をしています。

榎原ホームについて 賃貸マンションの3室(各室2名)に、現在、男性5名が入居しています。

す。2DKで、寝室・居室は個室、リビング兼キッチン・浴室・トイレは共用です。個室はプライベートルームなので鍵を付け、世話人や職員は勝手に入りません。

入居の理由・希望 親が高齢で支援が難しい、両親とも亡くなり兄弟だけになった、18歳になり養護施設を出たが一人暮らしは難しいなど様々です。入居の問い合わせは次々とあり、今は空きがあるため体験入居者もいます。既に入居している人と新しい人間関係をつくって上手く暮らしていけるか、相性や関係性が大切です。

入居費 ホームによって違い、榎原は月3万円程度で全ホームの平均的なレベルです。京都市から月1万円の補助があります。他に修繕積立一律3千円(ホームによって異なる)、トイレトペーパーや食器用洗剤など共用の日用品費が一律千円です。食

事は任意で、朝200円、夕450円。毎日食べると月2万円前後、光熱費は月1～1.5万円です。

入居者の収入

多くは障害等級2級で障害年金が月6万円ぐらいで入居費しか払えません。福祉就労だと給料が安く生活できないので、生活保護を受けることが多い。「一般の生活保護支給額(障害者年金十所得)」の支給で月13万円ぐらいになり、最低限ですが生活は安定します。

一般就労だと最低賃金でもフルタイムで月15万円、半日勤務で10万円ぐらい、年金もあるので何とかなります。ただ、障害のために働くペースが乱れることもあり、休んだ途端に収入が途絶え、復帰が難しい場合は生活保護になります。

入居者の食事

朝夕は、世話人の手づくりです。献立は世話人に任せていますが、利用者のリクエストにも応えるようにしています。料理のレベルは、世話人の力量や利用者の好みに左右されます。配食サービスなら一定レベルを保てますが、一長一

短です。世話人は毎日交替するので、前日の献立を記録に残し、次の担当は、記録や食材の残りをみて献立をたて、買い物をします。

平日の昼食は勤務先や作業所で、休日は、自分できる方は外食や買って来たりします。できない方には弁当屋のメニューから選んでもらい、職員が届けます。見守りが必要な入居者がいるホームには、日中も世話人をおき、手づくり料理を200円で提供します。ただ、人が足りないので、世話人のいるホームに移動したり、職員の目が届くセンターに来てもらっています。

世話人の勤務体制・仕事内容

勤務は夕方16時～翌朝9時の17時間(仮眠時間あり)です。仕事は、食事の準備、トイレなど共用部分の掃除、夜間の見守りです。洗濯や個室の掃除は入居者自身しますが、困難な方の場合、世話人が手伝うこともあります。

グループホームの課題

①人手不足 世話人は現在40名



この日の夕食は、鶏肉と豆腐のハンバーグ、野菜の煮物、ご飯、味噌汁、バナナ。若い男性世話人の手づくりです。ご本人いわく「今日は少し茶色かったかなあ」。テレビをつけ、世話人と話をしながら食が進む楽しい一時のようでした。



程いますが、常に不足しています。料理をつくるのがハードルになり、募集しても集まらず、いまの世話人の後輩や知人を紹介してもらうことも多い。スキルアップにも取り組みたいが、雇用時に心得的な文書を読んでもらい、最初の1、2回、職員が付いた指導に留まっています。月1回の世話人会議も、仕事や学校の都合で多くても5、6名の出席です。また、職員は16ホー

ムに6名。ホーム毎に担当者が複数名ほしいのですが、全く足りてません。財政的にはゆとりがあり、年齢制限なども厳しく

ないのですが、他の福祉職同様、長年勤めても給与は上がらず、特に若い人材が集まりません。福祉はやりがいや魅力のある仕事なので、もっと発信していかないとけない。

③入居者の高齢化 最高齢は76歳、65歳以上も何人かいます。毎日デイサービスに行く、週3日デイで2日作業所という人もいます。デイサービスは介護保険なので負担が多くなる。働きたい方もいますが、体力的にしんどい。歩行が危うく、僅かな段差に躓いたり、家庭用のお風呂にひとりで入れない、介護付で

も危ない、ということもあります。世話人は介護資格がなく限界があり、世話人自身も何かあった時の不安を常に抱えています。ヘルパーを入れても24時間365日は無理です。ホームでは安全を守れず、特別養護老人ホームや知的障害者施設に入ることになります。ホームを終わの住処にするなら、身体が不自由になっても高齢になっても生活できるバリアフリーの施設が要ります。医療面では看護師の配置も必要です。

④社会的認知の不足 高齢者ホームは大きな施設も多く割と知られています。一方、障害者ホームは普通の賃貸住宅などで規模が小さくわかりにくい。同じマンションでも知らない居住者もいます。幸い私たちのホームは周辺の方の理解があり、マンションでは他の入居者が利用者に声をかけてくれたりします。事件や事故が起きてはじめて存在が知られ、それが一般的と理解されてしまうこともあります。知らない人に理解をしてもらう発信が必要です。

きょうされん第41回全国大会in京都

きょうされんは、障害者の協同作業所、グループホーム、相談支援事業所、居宅支援事業所など約1,900カ所が加盟する全国組織です。2018年9月21・22日、第41回全国大会が京都国際会館で開催され、全国から約5,000名もの参加がありました。障害者が普通に暮らし働くため、様々な取り組みがされていますが、一般にはまだまだ知られていません。次号では全国大会や障害者運動について、特集でお届けします。



きょうさん
第41回 全国大会 in 京都
2018年 9月21日(金)～22日(土)

会場 国立京都国際会館

21a オープニングセレモニー 11:50~
(参加費等11:00~)

22a 分科会、利用者フォーラム 9:00~

[illegible]

「わくわく短歌教室」に参加して

今川 素美



思えば西京区の住民でもない余所者の私がNPO洛西福祉ネットワークのわくわくサロン短歌教室に参加させて頂いてから早4年の年月が流れました。

たまたま当法人の理事をされている森田さんと長年の友人であつたことから「今度わくわくサロンで短歌教室をやるので来ない」かとお誘いを頂きました。

過去に短歌を少しかじっただけに拘わらず参加させて頂いて現在に至っております。わくわく短歌教室へ参加させて頂いた事はすでに遅きに失するかもしれませんが「第二の人生」否「第三の人生」を送るうえで、基盤を頂けたと感謝しています。

最初は安易な気持ちで参加させて頂いた教室でしたが、会員の皆様がベテランの方で毎回多くの事を学ばせて頂いているのが現状です。

正直なところ、バスと阪急電車を乗り継いで片道1時間近くかけて西竹の里まで出向くのが億劫というが大儀でしたが、段々会の皆様にお会いできるのが楽しみになり、月が変わると第3月曜日を心待ちするようになりました。現在を大切にしていきたいと思ひながら、段々人間関係が疎遠になっていく折から、

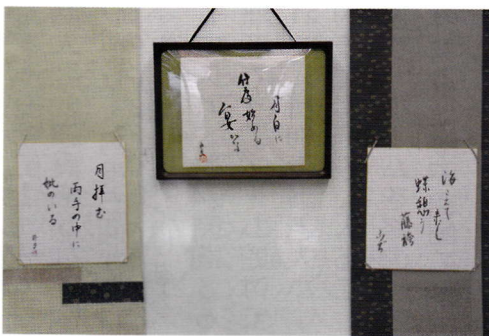
わくわく短歌教室では人との繋がりをしめじみ感じます。何かを目指していないと不安になりがちなところ、皆様との何気ない会話とか、昔話に花が咲いたり、お互いが刺激しあえる場になっているので、私にとって短歌の勉強はさること乍ら安らぎにもなっています。

でも私は時折独りよがりというか的はずれの批評をして恥ずかしい思いもするのですが、会の皆様は責めることも、笑うこともせずあたたかい包容力でカ

バーして下さるので感謝の気持ちでいっぱいです。

わくわく短歌教室の皆様との繋がりを大切にいろいろご指導をいただきながら自分自身を磨く事を前提に、あと何年続けられるか判りませんが、拙い歌を読み続け、わくわく短歌教室に参加させて頂きたいと思っております。

最後になりましたが、わくわくサロン短歌教室の開室にご尽力された國末先生の不慮の死が悲しくて残念でなりません。温厚なお人柄を歌会の行き帰りに今なお偲ぶ縁になっております。わくわく短歌教室の益々の発展を祈りつつ。



わくわくサロン



セミナーを担当して

京都経済短期大学 北川 真子

私たち京都経済短期大学は、わくわくサロンで毎週金曜日に行われている「昼食を楽しむ会」に参加しています。その繋がりに今回NPO法人洛西福祉ネットワーク、NTTドコモ洛西店と一緒にスマートフォン教室を実施しました。

私たち学生は、スマートフォン教室の企画から当日の運営を行いました。また、スマートフォン教室に沢山の人が来てくれる様に、チラシの制作・発注も行いました。スマートフォン教室では、アプリケーションLINE・YouTubeの使い方、地図アプリでの乗換案内の紹介をしました。

スマートフォン教室を成功させるために、短い期間で、チラシ、当日配布する資料、

わくわく短歌同好会

題詠「旅」



体調がもうひとつと言いながら

女房旅のパンツをこまめに開く

平井 義昌

登山靴裏打ちしたと言つてた友は

夜更けに急に黄泉に旅立つ

永井 恵美

旧友と久々に会い乾杯す

思い出たどり心旅路する

里 節子

再会は約せぬままに別れたり

釜めし苞にかがやきの帰路

*特急列車

菊田 弘子

自由題

リハビリをがんばる父の姿見て

娘も私も力が入る

簗岡 勝子

夕立に身構うように合飲の木は

なべて葉を閉ず稲妻のなか

今川 恵美

蝉時雨に「もうすぐだよ」と励まされ

経ヶ岬へ一歩一歩と

森田 佳子

二段跳で階段上がる若きらの

リュックがたちまち我を追い越す

伊藤 由美子

子を叱り感昂ぶりて母親が

先に泣いてる秋の夕暮れ

岨中 幸男

わくわく俳句同好会

兼題「新涼」



新涼の西山越えし旅の鳥

桂 智行

俱くえい会いっしや一処願つてのちの涼新た

升田 貞

新涼や少し温めの薬水

岨中 幸男

自由題

草取りの先へ先へとバツタあり

栗野 三智子

柿畑実れ実れと待ちにけり

松本 昇

溜息にかかわりもなく芒かな

里 節子

秋千草昔こころは演習場

中野 硯池

息苦し蝉の声にもハツ当たり

菊地 由美



パワーポイントの作成、進行の段取りなど、本番に向けて準備を進めて当日を迎えたのですが、結果は成功とは言えず来て下さった方には申し訳ない気持ちです。

ですが私たちは、この経験からイベントを運営する難しさやコミュニケーションの大切さなどこれから社会人として必要なスキルを学べ、貴重な経験が出来ました。今回この様な機会を下さりありがとうございました。

支え合い型ヘルプサービスに携わって



西田 かず子

今年の5月から支え合い型ヘルプサービスに携わり始めて約5カ月になります。一週間に一度、木曜日の午後2時から3時まで、あるご婦人宅での生活援助（＝清掃）に携わってまいりました。初めの頃は恐らく、お互いの気持ちをさぐりあいながらの感じでしたが、今では少し打ち解けてお話しも出来るようになってきました。

このヘルプサービスに携わった切っ掛けは、昨年の秋、NPO法人洛西福祉ネットワーク発のリーフレット（わくわくサロン）を見て、支え合い型ヘルプの仕事をやってみようかな？との思いからでした。

ところが、これまでは只々子育てを終えて孫の顔も見られ、そして親の最期も見終えて、平々凡々と生きてきて、余り世間を知らずに来ましたので、この年になって見ず知らずの人と関わ

り合っていくことは、私にとつては大きな冒険でもありました。けれども、わくわくサロンの「住み続けられる街」高齢者がより高齢者を支え合う…」の言葉の響きがいいなあと思いました。そして、1ヶ月以上考えて、わくわくサロンにヘルプ従事者として応募しました。

現在、生活援助に伺っているご婦人は、お一人暮らしではありますが、少し離れた地域に親族が居られる方です。穏やかで自分に厳しい自立した生活を送っております。

さて、最近になって気づいたことがあります。不安いっぱい始めたヘルパーの仕事ですが、知らなかった人と出会う機会に恵まれ、掛け替えない何かを得ることが出来たのではないかと。これまでも、出掛けたくない日もありましたが、一念発起して訪ねて行くと、明るい笑顔

で迎えていただき、来て良かったと心から感じる事が出来ました。

最後に、この洛西ニュータウンは緑に囲まれ四季の移ろいを感じられる街並みであり、お友達にも自慢しています。そして、私の2人の娘を育んでくれた、この素敵な街で、これからも「住み続けられる街」を目指して、豊かな暮らしをつくっていただけるお手伝いをしたいと願っている今日この頃です。

スタッフ 募集中

京都市支え合い型ヘルプサービス

「京都市支え合い型ヘルプサービス」は、高齢者の自宅を訪問して、生活援助（掃除、洗濯、買い物、調理など日常生活上の支援）を行います（身体介護なし）。現在、洛西福祉ネットワークには、スタッフが5名、利用者が4名います。

必要資格

京都市支え合い型ヘルプサービス従事者養成研修修了者※
介護職員初任者研修・基礎研修・実務者研修修了者
旧・訪問介護員1・2・3級課程修了者
介護福祉士、看護師、准看護師、保健師、
等の資格をお持ちの方

勤務条件等

雇用形態：パートタイマー
勤務日時：月曜日～金曜日のうち1日
9時30分～17時のうち1時間
（利用者の要望により変更あり）
時 給：1,000円
交 通 費：洛西NT内支給なし（自転車利用）
域外実費支給

※従事者養成研修は、介護に関心ある方なら誰でも受講でき、2日間（計10時間程度）で、年数回実施され、修了すれば有資格者として登録されます。研修の実施日や申し込みについては、京都市、または、わくわくサロン（裏表紙）までお問い合わせください。

京都市保健福祉局 健康長寿のまち・京都推進室 介護ケア推進課 TEL 075 (213) 5871 FAX 075 (213) 5801
〒604-8171 京都市中京区烏丸通御池下る虎屋町566 井門明治安田生命ビル2階

京都市支え合い型ヘルプサービスを利用できるのは、要支援1・2と事業該当者です。詳しくは高齢サポート（地域包括支援センターまたは各区役所 健康長寿推進課 高齢介護保険担当までお問い合わせください。

わくわくサロン

月～金曜日 9:30～12:30
竹の里センター内
（「西竹の里町」バス停すぐ）
☎ 075 (333) 3392
♣ コーヒー、ハーブティー、
野菜発酵ジュース

カフェ樺

火～土曜日 9:30～17:00
洛西境谷会館内
（「境谷センター前」バス停すぐ）
☎ 075 (331) 2215
♣ コーヒー、紅茶、ハーブティー

ハウス・このゆびとまれ

金～水曜日 7:30～19:30
（木曜日お休み）
大枝西新林町3丁目1-16
（「新林池公園」バス停すぐ）
☎ 075 (332) 3446
♣ 香り豊かな挽き立てコーヒー
350円

ひまわりの会

第1日曜日 10:00～12:00
（お盆・お正月・4月は変更有）
府営西境谷団地集会所
（府営住宅1棟横公園よりすぐ）
☎ 075 (332) 3407
♣ モーニングセット100円

洛西の 居場所カフェ

いつものカフェで!

この日はココで!

ふれあい喫茶

金曜日 10:00～15:00
福西会館
（「南福西町」バス停すぐ）
☎ 075 (331) 1746
♣ コーヒー100円

いこい

火曜日 10:00～15:00
洛西北福西市営住宅集会所
（花園幼稚園から徒歩5分）
☎ 075 (333) 0308
♣ コーヒー、紅茶（菓子付）100円

コミュニティカフェ^{えん}ene

月曜日 10:00～17:00
（祝日・第5月曜日お休み）
大原野西竹の里町1丁目14-156
☎ 075 (332) 3236
♣ 手作りケーキ、コーヒー、紅茶100円～

京都生協のおかいもの便

毎週月曜日

東竹の里府営竹の里 15:40 ～ 16:15

毎週火曜日

西竹の里1丁目 10:35 ～ 10:55
西竹の里タウンハウス集会所 11:00 ～ 11:20
わくわくサロン前 11:30 ～ 11:50
西境谷町4丁目① 11:55 ～ 12:15
西境谷町4丁目② 12:15 ～ 12:30
境谷西第1住宅 14:10 ～ 14:30
竹の里テラスハウス集会所 14:35 ～ 14:55
竹の里テラスハウス 15:00 ～ 15:20
UR洛西竹の里団地 15:25 ～ 15:45
西境谷町1丁目南部 15:55 ～ 16:15

毎週水曜日

東竹の里府営竹の里 15:20 ～ 16:00

毎週木曜日

東竹の里市営東 10:40 ～ 11:00
東竹の里市営中 11:10 ～ 11:50
東竹の里市営西① 12:00 ～ 12:20
東竹の里市営西② 12:25 ～ 12:45

毎週金曜日

境谷西第1住宅 10:10 ～ 11:00
西竹の里テラスハウス集会所 11:05 ～ 11:25
西竹の里テラスハウス7期東側 11:30 ～ 11:50
UR洛西竹の里団地 11:55 ～ 12:15
西境谷町1丁目南部 12:25 ～ 12:45
わくわくサロン前 14:10 ～ 14:30
西竹の里タウンハウス集会所 14:35 ～ 14:55
西境谷町4丁目① 15:05 ～ 15:20
西境谷町4丁目② 15:25 ～ 15:40
西竹の里1丁目 15:55 ～ 16:10

買う

桂

山田製油移動販売

第2水曜日 10:00~12:30

♡出来たてのごま製品をお届けします

買い物取り次ぎ

アグロス胡麻郷

申込 受取日前週の金曜日

受取 毎月最終火曜日

♡豆腐、揚げ、おから、お米、みそ、もちなど

新鮮!京都中央卸売市場より直行

お魚屋さん

庵原鮮魚店

毎週月曜日 10:00~12:00

♡とっても美味しいしい「だし巻き」が人気! (売り切れ次第終了)

ケーキの日

カフェene

原則毎週火曜日

10:00~17:00

販売日は毎月の「わくわくサロンだより」で確認して下さい

♡手作りケーキ (売り切れ次第終了)

大原野

野菜の朝市

毎週月曜日 9:30~16:00

クロちゃんの野菜

水曜日 9:30~12:00

かぐや姫市の野菜

金曜日 9:30~12:00

オーガニックnico

♡お手頃価格でお求め頂けます

パンの日

毎週水曜日 9:30~17:00

♡人気は「あんぱん」!

(売り切れ次第終了)

学ぶ

わくわく俳句同好会

第1月曜日 13:00~15:00

定員10名受講料500円/回

♡みんなで楽しくやりましょう

らくらくピアノ教室

講師:長瀬利絵子さん

(らくらくピアノ協会認定講師)

第1・2・3木曜日 14:00~15:30

受講料2,000円/月2回

(初回無料)

《初心者コース》

第1・3水曜日14:00~15:30

定員7名(4名で開講)

受講料2,000円/月

♡ピアノがなくてもOK

わくわく短歌同好会

第3月曜日 13:30~15:30

定員10名受講料500円/回

♡人気の教室!初心者歓迎

わくわく書道教室

講師:大菅誠司さん

第2・4金曜日 14:00~15:30

定員6名

受講料2,000円/月

わくわく英会話教室

講師:石垣ちかさん

第1・3金曜日 13:40~14:40

定員8名

受講料2,000円/月

教材費500円

つむぎのじかん

第4水曜日 13:30~15:00

定員6名

受講料300円/回(材料費含む)

♡手ぶらでお越しください。

集う

ピアノ生演奏カフェ

第1・第3 木曜日

10:00~11:00

昼食を楽しむ会

毎週金曜日 12:00~13:00

定員10名

昼食代600円/回

※前日(木曜日)お昼までに

電話・FAXにて申し込み

♡お弁当(コーヒー付き)

わくわく通信 第10号 2018年11月発行

発行 NPO法人

洛西福祉ネットワーク

(編集協力 企業組合 Fuu空間計画)

電話 075(333)3392 FAX 075(333)3399

rakusai1.net@gmail.com

http://rakusai-fukusinet.life.coocan.jp/

〒610-1145

京都市西京区大原野西竹の里町1丁目19-4 竹の里センター内