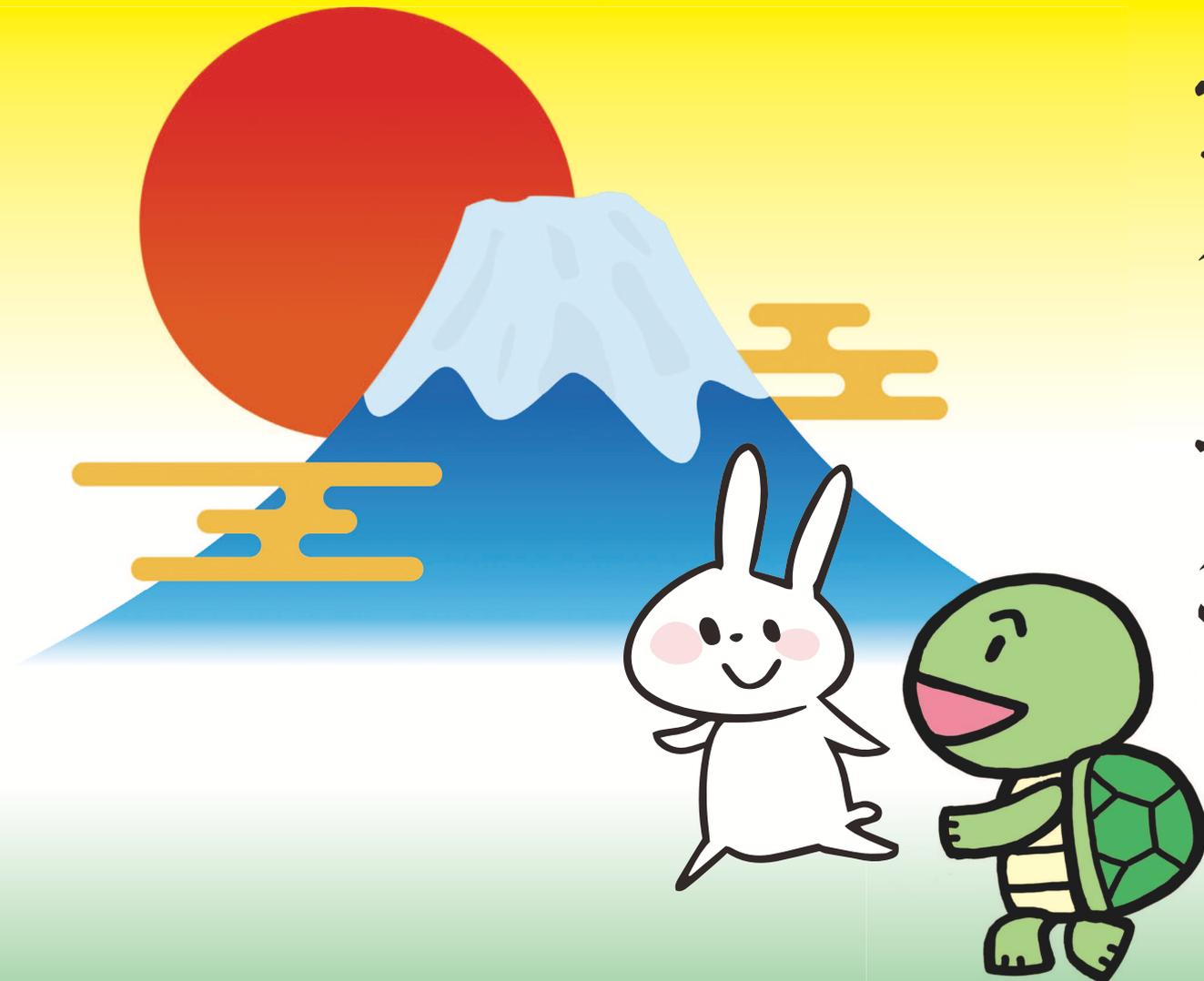


謹賀新年



京都老人福祉協会の理念

尊厳
信頼
先駆
共同

CONTENTS

- 新年のごあいさつ
- 法人創立65周年の取り組み
- フレイルとは？
- 京都市児童療育センター「なないろ」ってどんなところ？
- 新人研修 withきっちん「さくら」
- 編集後記



◆ 新年のごあいさつ ◆



社会福祉法人 京都老人福祉協会

理事長 馬場 協一郎

新年、明けましておめでとうございます。

昨年は、当法人の運営、事業推進に対して、ご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

昨年2022年は、法人創立65周年の年になりました。65年という半世紀以上にわたり、社会福祉事業を伏見という地域の中で継続して積み上げてきたことを大変誇りに思うと同時に、長きにわたり法人を支えてくださったご利用者、ご家族、地域、関係者の方々に心より感謝申し上げます。

当法人は、昭和32年6月に京都市社会福祉協議会が中心となり、京都市の指導援助を得て社会福祉法人京都老人福祉協会として設立しました。高度経済成長期に日本社会の課題となった、都心への人口集中による核家族の増加、それに伴う家族による介護が困難になるという高齢福祉課題に施設介護によって応えるという福祉実践から法人活動がスタートしました。その後、介護保険導入前後（平成4年〜）に社会福祉の権利性を保障するため、ご利用者が選択できる多様なサービスを整備し、ご利用者自身が自らのライフスタイルに応じた支援を受けることが出来る基盤を構築させていただきました。

そして今、①住み慣れた地域の中で暮らし続けることができる地域包括ケアシステム、②お互いの違いが尊重され、自然な形で

互いに支え合う共生社会を実現するために日々の実践活動を積み上げていきます。

こうして見ると65年という長い年月の中で、向き合う福祉的課題はその時代によって様々だったといえます。ただ当法人の先人から共通して受け継いだものは、「その時求められている福祉的課題、社会的課題に真摯に向き合い、その解決に尽力する」という意思と実践にあると感じています。当法人の多くの先人の思いと実践の積み上げに思いをはせれば、法人の今を支えている私達自身も、現状の福祉的課題に真摯に向き合い、その解決に努力する姿勢をもって、今後も事業運営をおこなうことが求められているといえます。そして、そうした実践活動の地道な積み上げこそが、我々が当法人の先人から受け取ったものを次世代に継承することにつながっていると感じています。

今後も、今ある福祉課題、社会課題に対して真摯に向き合い、その解決に努力してまいります。65年度という節目をもって、改めて今後も、皆様の当法人の運営、事業推進に対する、変わらぬご理解とご協力を、心よりお願い申し上げます。

本年も、どうぞよろしく申し上げます。

寄付金の御礼

日頃より当法人に過分なご寄付を賜り誠に有難うございます。ご寄付を頂いた方をご紹介させていただきます。

I様は一人暮らしを不安に思われ、当包括支援センターにご相談に來られました。その事情を汲んでサ高住を紹介致しました。内気な性格の方で一大決心だったようですが、居心地の良さを感じて下さり「京老さんやったら色々な施設があるから死ぬまでお世話になるかも」と、そんなお気持ちに遺言公正証書に残して頂きその後ご逝去され遺贈の申出をお聞きしました。

今後もお利用者様お一人お一人に寄り添いながらその人らしさを続けて頂けるよう、精進してまいります。

65周年プロジェクト

つなごう未来へ、次世代へ！！

社会福祉法人京都老人福祉協会は、2022年7月に65周年を迎えました。

1957年7月、大亀谷に京都老人ホーム（養老施設）を開設し、入所定員36名の小さな施設として始まり、「地域と共に生きる」を理念に掲げ、京都市伏見の地域に拘り、事業所・サービスを拡充して、現在では16ヶ所で事業を運営しております。

今後も地域のご要望に応えながら、地域福祉の拠点として地域のくらしとあんしんを支えていきたいと思っております。

2022年5月に65周年プロジェクトを立ち上げ、「65年続けてこられたことに感謝・地域に感謝」をテーマとし、「地域に向けての取り組みを考えるチーム」と「法人内職員への取り組みを考えるチーム」に分かれ、65周年事業が動きだしました。

コロナ禍により、地域の方々と共に共有できる時間や場所が少なくなりましたが、今回の65周年事業【地域のスペースを美しくする清掃活動】【資源活用のための0円バザー】【マルシェ開催】で「地域の活性化・元気」に繋げていきたいと思っております。

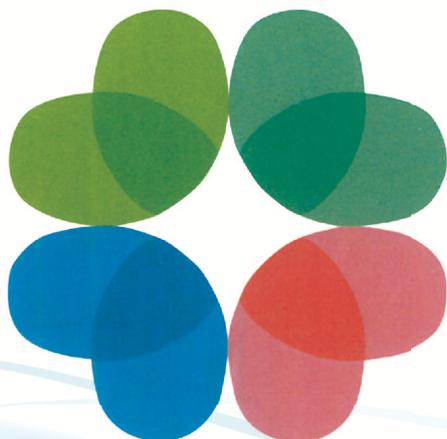
※地域の清掃活動及びマルシェの開催につきましては、新型コロナウイルス感染症の状況や法人における感染拡大フェーズに従って開催させていただきます。ご理解をいただきますようお願いいたします。

活動・イベント

公園清掃

2022年 12月4日 東古御香町公園
2023年 1～3月未定 兜山公園
岩山公園

法人65周年記念マルシェは日時・場所が決まり次第告知いたします。



65周年ロゴマークを紹介します！！

ロゴマーク作成者：山下 幸次 氏より

- ①社会福祉法人が持つ強いイメージではなく、シンプルでフレンドリーな印象を持ってもらいたい
- ②楕円が重なってハート型になり、ハートが集まってクローバーになっていく
- ③社会福祉法人の持つ清潔感と優しさの伝わるロゴマークを目指した

フレイルとは？

「フレイル」とは、年齢を重ねることにより、からだや心が弱った状態で、健康と要介護の中間のことです。フレイルは適切な対策に取り組めば、健康な状態を取り戻すことが十分に可能です。

フレイルが起こる原因、フレイルになるとどうになってしまうのか？

フレイルを引き起こす2大原因は「老化」と「疾病」です。

老化は筋力や口腔機能、認知機能の低下をもたらします。

疾病には色々ありますが、生活習慣病などが代表的です。高血圧・糖尿病・脳卒中や慢性腎臓病などの治療が上手くいかずにフレイルになると考えられます。その他にも飲酒や喫煙、孤立など多くの問題が関係していると言えます。

フレイルになると…

- なんとなく疲れやすく元気が出ない。
- ご飯が美味しくない、気付いたら体重が減ってきた。
- 固いものが噛み切れない。 など

このような状態があればフレイルの可能性ががあります。



フレイルを予防するには？

フレイル対策には4つの要素があります。

- 動く** → 普段からしっかり活動する事が体力維持の近道になります！
- 噛む、磨く** → 楽しく食べたりお話ししたりする為にはお口の健康が大切！
- 食べる** → しっかり必要な栄養を摂ってこそ健康な身体が作られます！
- 交流する** → 人と会ったり話したりすることが身体や心の健康の秘訣です！

フレイルは早期発見により予防・改善できます。

しかし、高齢者の方が自分自身で気付き生活改善が出来るとは限りません。

実際に健康な頃と変わらぬ暮らしを続け、要介護状態になってしまう高齢者の方も数多くいます。

フレイル予防には家族や自治体、介護予防サービス職員らのサポートが欠かせません。

近い人達が適切に介入する事で、高齢者のフレイル進行を防ぎ、再び健康な状態で暮らしていけるよう支援していくことが大切になります。

介護予防教室の様子



介護予防教室に関するお問い合わせ先

京都市深草・醍醐地域介護予防推進センター
京都市伏見区深草小久保町 261 TEL.075-641-2543

・京都市児童療育センター・

「なないろ」ってどんなところ??



どんな子どもたちが来ているの?

保育園や幼稚園などの大集団で「みんなと同じことを同じペースですることが難しい」、「じっと座ってられない」、「不安や緊張が高い」、など、発達に困りごとを抱えた就学前の子どもを対象としています。

療育とは

療育は『子どもが主体的に生きていくための土台づくり』と考えます。「できた!」「もっとやってみたい!」という心の動きを育むために、子どもの得意なことややりたいことを出発点とし、子どもに合わせて遊びを組み立てていきます。相手のことを尊重するためには、まずは自分のことをもっともっと好きになってもらうことが大切です。そのためには、「受け止めてもらえた」「認めてもらえた」経験を積み、それがお友だちや大人と関わる楽しさ・心地よさへと広がるよう、日々の遊びの中でアプローチしていきます。療育での経験が大集団や社会生活の中での自信となるよう、それぞれの発達状態やタイミングに合わせて最適な活動・関わりを目指しています。

保護者支援や他機関連携も

なないろは、保護者の方がモニター室から療育の様子をご覧になることが可能です。療育終了後に、職員からその日の子どもの様子やご家庭で取り組めることなどを具体的にお伝えしています。また、保護者の方から子育てに対する悩みや困りごとをお聞きしたり、必要に応じて通園先や小学校と連携を取ったりすることで、子どもたちを取り囲む環境がより良くなるよう働きかけています。卒所後もイベントを設け、保護者同士のつながりを大切にしています。

なないろ Q & A

Q ① どの先生がいるの?

保育士、理学療法士、言語聴覚士、社会福祉士、精神保健福祉士、公認心理師など多職種が在籍し、それぞれの専門性を活かしたアプローチをしています。

Q ② どの遊びをしているの?

なないろでは、身体と頭と心をたくさん使って遊びます。

ほんの一例ですが、紹介いたします。

● 運動遊び (トランポリンや鉄棒などの運動用具を使います)

大集団ではできないような運動遊びに挑戦する姿も!?

● 感触遊び (泡あそび、スライム作り、小麦粉粘土など)

思いっきり遊びに熱中することができる感触遊び。同じ感触遊びでも、それぞれの子どもの合った遊び方を提案できることも療育ならではのポイントです。

● ルールのある遊び (しっぽ取り、かくれんぼ、ケイドロなど)

必要に応じて職員が仲介をしながらではありますが、子ども同士で相談や交渉を行っていただきます。お友だちと協力して遊ぶことの楽しさ、一緒に何かを達成することへの喜びを感じてもらうことを目的としています。



お子さまの発達や子育てに不安に感じるがありましたら、児童福祉センター、または保健センター、児童相談所に相談していただくと、子どもの様子に応じて地域の児童療育センターを紹介してもらえます。お気軽にお問い合わせください。(児童福祉センター TEL 075-801-9182)
なないろでの日々の療育の様子をブログに掲載していますので、そちらもぜひご覧ください♪



▲ブログはこちら



新人研修 with きっちゃん「さくら」

きっちゃん「さくら」では、法人研修とは別に独自の新人研修を行っています。今回は、きっちゃん「さくら」の新人研修の内容を紹介したいと思います。

ピカピカの1年生

野菜を植えて、育てて、収穫することで、農家さんの大変さを知り、食材がどうやってできるか体験します。そして、収穫した食材で利用者様に食事を提供します。

野菜を協力して育てることで、新人職員同士のチームワークも高められます。

料理の心得

料理の心得は新人職員の技術向上を目指し、きっちゃん「さくら」の専門調理師の方に教えて頂く研修です。

基本のだしの取り方や、魚のさばき方、パン作りなど、色んな事を教えてもらいます。



きっちゃん「さくら」では災害時に備えて、毎年炊き出しをおこなっています。京都老人ホームは災害の際に一般の避難所では生活に支障をきたす高齢者や障害者、その他の特別な配慮を必要とする人が過ごす避難所である福祉避難所に指定されています。災害が発生した時、まずは人命を守ることが優先されます。その後、避難生活の中で健康を守り気持ちを支えていくものの一つが「食事」だと思います。今年は新人研修の中に炊き出しを組み込み、新人職員が献立を立て、災害時の食事の提供はどうすべきかを考えることで、実際災害が起こった時に、温かく、バランスのとれた食事を安心して食べていただけるようにしたいと思っています。

炊き出しの様子を紹介します!!

メニュー

- 他人丼
- 味噌汁
- 南瓜サラダ
- ブロccoliの柚子和え
- 焼き芋



新人職員：東 実里さんの声

いつも厨房でおこなっている調理とは違い、火力が弱いのでお湯を沸かすのに時間がかかったり、調理したものを冷ますのに時間がかかったりと、実際に体験してみるととても勉強になりました。

もし、災害が発生した時には、今日体験したことを活かして、おいしく安全に炊き出しを行いたいです。

編集後記

明けましておめでとうございます。本号を読んでいただき、少しでも楽しんで下さるように記事を作成しました。まだまだ新型コロナウイルスの終息は見通しはたちませんが「新春万福」という言葉があるように、コロナ禍にも負けたくない皆さんの幸せが2023年を迎える皆様に訪れるように祈っております。

広報委員 竹内

