

令和3年度 京都市長寿すこやかセンター

4月・5月・6月 事業案内

新型コロナウイルス感染症の感染リスクを防ぐため、延期や規模を縮小して実施する場合がありますので、詳細は長寿すこやかセンターへお問い合わせください。

なお、来所される際はマスク着用の上、平熱より高い場合、せきや風邪症状がある場合は来所を控えていただきますようお願いいたします。

若年性認知症の方の本人交流会「おれんじサロン ひと・まち」

「おれんじサロン ひと・まち」は、若年性認知症の方とそのご家族を対象とした認知症カフェです。音楽やスポーツ、創作活動を楽しんだり、おしゃべりに花を咲かせる楽しい場です。時には近所の喫茶店に外出することもあります。また、同じ悩みを持つ方同士で情報を交換し合ったり、福祉専門職から具体的な助言を得ることもできます。

ひとりで悩まずに、お気軽にご参加ください！

開催日	時間	テーマ/講師
4月28日(水)	午後2時～3時30分	『語り合いましょう』～茶話会～
5月12日(水)		『語り合いましょう』～茶話会～
5月26日(水)		『スポーツ・茶話会』
6月23日(水)		『語り合いましょう』～茶話会～

※毎月1～2回開催

●対象 京都市内在住の若年性認知症（初期～中期）の方で、介護サービスを利用されていない方

※65歳未満で発症する認知症を“若年性認知症”と呼びます。

※送迎サービスはありません。

●内容 卓球等の軽スポーツや茶話会等

●会場 ひと・まち交流館 京都 2階 大会議室等

●参加費 各回100円/人（茶代）

●申込み 事前申込制

開催日の1週間前までに電話にて受付（事前に心身の状況等をお聞きします。）





長寿すこやかセンターでは、認知症、介護、生活などの各種相談に応じています

相談内容により、医師・弁護士・司法書士・社会福祉士による専門相談におつなぎすることもあります。

種 別	内 容
認知症相談	認知症(若年性認知症を含む)に関すること
権利擁護相談	高齢者虐待等の権利侵害に関すること
成年後見相談	判断能力が不十分な認知症や障害のある方の契約行為や財産管理を支援する成年後見制度の利用に関すること
介護相談	高齢者の介護に関すること
生活・健康相談	高齢者の生活や健康、人生の終い支度に関すること
福祉用具相談	福祉用具・自助具に関すること
介護職員等メンタルヘルス相談	介護職員等が抱えるストレスに関すること

京都市長寿すこやかセンター 京都市成年後見支援センター

のご案内



【住 所】〒600 - 8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83-1 (河原町五条下る東側)
「ひと・まち交流館 京都」4階

【電 話】(075) 354 - 8741 (京都市長寿すこやかセンター)
(075) 354 - 8815 (京都市成年後見支援センター)

【F A X】(075) 354 - 8742

【メー ル】sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp

【ホームページ】<http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/>

【開所日/時間】月曜日～土曜日/午前9時～午後9時30分 日曜日・祝日/午前9時～午後5時
午後5時以降における来所相談は、事前に来所予定日時をご連絡ください。

【休 所 日】毎月第3火曜日(祝日の場合はその翌日) 年末年始(12月29日～1月4日)

【交通機関】

◇電車◇

◆京阪電車

「清水五条」下車 ①番出口より徒歩約8分

◆市営地下鉄烏丸線

「五条」下車 ⑤番出口より徒歩約10分

◇バス◇

◆市バス4・17・205系統

「河原町正面」下車

◆市バス80系統

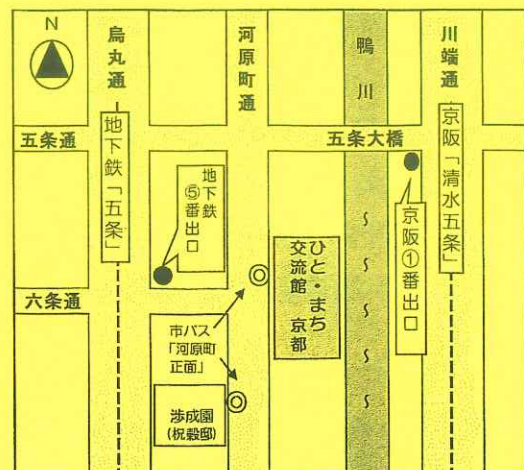
「河原町五条」下車

◆京阪バス

「河原町五条」下車



ホームページは上記のQRコードからご覧いただくことができます。





認知症の人の介護家族交流会

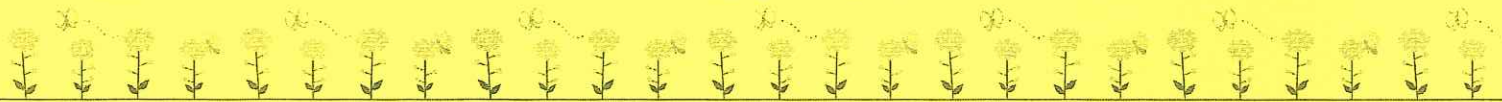
認知症の方を介護されているご家族同士の交流を通じて、認知症に対する理解をさらに深めるとともに、介護の大変さや思いを共有したり、困りごとを解決するヒントを得る場として開催しています。

●対 象 認知症の方を介護されているご家族の方

●参加費 無料

開催日		時間	会場	内容(予定)
介護家族交流会 (毎月開催予定)	4月21日(水)	午後1時45分～ 3時45分	ひと・まち交流館京都 3階 第4会議室	語り合い・ミニレクチャー (精神科医によるミニレクチャーを実施し、認知症について学びます)
	5月19日(水)			
	6月16日(水)			
若年性認知症 介護家族交流会 (年7回開催予定)	5月12日(水)	午後2時～3時	ひと・まち交流館京都 2階 第1・2会議室	語り合い

●問合せ・申込み： まずは、当センターへご連絡ください。



すこやか講座

すこやか講座では、いつまでも健康でいきいきと過ごしたい市民の方を対象に、すこやか体操・健康講話・レクリエーションを通して、体力の維持や健康促進を行っています。

また、参加者同士でお話をしたり、楽しく交流したりと仲間づくりの場ともなっています。

開催日	時間	テーマ/講師
4月16日(金)	午後1時30分～ 3時30分	おうちで元気！春の食事を楽しもう 民野 摂子氏(管理栄養士)
5月21日(金)		音楽を楽しもう(仮) 京都国際音楽療法センター
6月18日(金)		おうちで元気！椅子に座って簡身体操 原 有香氏(健康運動指導士)

●対 象 京都市在住で、高齢者の社会参加や健康づくりに関心のある方

●内 容 すこやか体操・健康講話・レクリエーション

●会 場 ひと・まち交流館 京都 2階 大会議室

●参加費 無料

●定 員 30名(要事前申込み・先着順)

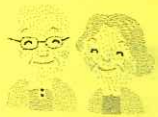
●申込み 開催月の1日から電話、FAX、メールにて受付

「①お名前、②連絡先、③お住まいの行政区」をお伝えください。

●その他 マスク、上履き(かかとのある靴)、水分補給のための飲み物をご持参ください。

動きやすい服装でご参加ください。





成年後見セミナー

認知症や知的・精神障害等によって、財産の管理やさまざまな契約を自分ですることが難しい方々の権利を守り、支援するために「成年後見制度」があります。制度の目的や具体的な業務について知っていただく講座を開催します。「自分のため、家族のために知っておきたい」「どんな制度か知りたい」といった方々のご参加をお待ちしています。

	開催日	時間	テーマ/講師（予定）
1	6月12日 (土)	午前 9時30分～ 11時00分	成年後見制度とは ～制度の意義・目的と法定後見の申立て手続き～ 講師：成年後見センター・リーガルサポート京都支部 制度の意義や目的を学びます
2		午前11時10分～ 12時10分	見守り契約・任意後見契約の手続きについて知ろう 講師：成年後見センター・リーガルサポート京都支部 見守り契約・任意後見契約の内容について学びます
3		午後 1時10分～ 2時40分	後見業務（財産管理）について ～親族後見人が気をつけたいこと～ 講師：京都弁護士会 後見人になったら、どんな業務をするのかを学びます
4		午後 2時50分～ 4時20分	後見業務（身上保護）について知ろう 講師：京都社会福祉士会 ばあとなあ京都 後見人になったら、どんな業務をするのかを学びます

●対象 京都市在住または在勤で、本セミナーに関心のある方

●会場 ひと・まち交流館 京都 3階 第4・5会議室

●参加費 無料

●定員 各回60名

・要事前申込み・先着順、定員を超え、参加いただけない場合のみ主催者より連絡します。

・定員に達しない場合は、当日まで申込み可能

●申込み 5月1日(土)から電話、FAX、メールにて受付

「①お名前、②連絡先、③お住まいの行政区(専門職は所在行政区)、④参加を希望する回」をお伝えください。

※手話通訳・要約筆記をご希望の方は5月28日(金)までにお申し込みください。

