

令和4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、若年性認知症の人同士が出会い交流する認知症カフェです。本人のやってみたいことや生活の中で工夫している情報等、様々なことについて思いを語り合っています。

開催日	開催時間
4月27日(水)	14時～15時30分
5月11日(水)	
5月25日(水)	
6月8日(水)	
6月22日(水)	



「おれんじサロン ひと・まち」の様子を Facebook ページで紹介しています。



※毎月1～2回開催

- 内 容 本人ミーティング等
- 会 場 ひと・まち交流館 京都 2階 大会議室等
- 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。

- 問合せ・申込み まずは、当センターへご連絡ください。





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20日(水) 5月18日(水) 6月15日(水)	13時45分～ 15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)
若年性認知症 介護家族交流会 (年7回開催予定)	5月11日(水) 6月8日(水)	14時～15時	ひと・まち交流館京都 2階 和室	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15日(金)	13時30分～ 15時30分	自律神経を整えよう 講師：梅原 浩垂氏 (在宅ケア特化型鍼灸院 百寿 JAPAN)
5月20日(金)		やさしいイスヨガ 講師：中川 富美子氏
6月17日(金)		元気はつらつ体操 講師：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。

この講座では、制度の目的や具体的な業務について、基本的な内容を学ぶことができます。「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」という方のご参加をお待ちしています。

	開催日	時間	会場	定員	参加費
(1)	6月13日(月)	9時30分～16時20分	ひと・まち交流館 京都3階 第4・5会議室	各回60名	無料
(2)	《動画配信期間》6月27日(月)9時～7月22日(金)17時			定員なし	無料

	開催日	時間	テーマ/講師
①	6月13日 (月)	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～ 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		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 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		13時10分～ 14時40分	後見業務(財産管理)について～親族後見人が気を付けたいこと～ 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		14時50分～ 16時20分	後見業務(身上保護)について知ろう 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 京都市内在住または在勤の方で、本セミナーに関心のある方

●申込方法 (1)当センターに電話・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・要約筆記が必要な方、車いすをご利用の方は5月30日(月)までに京都市長寿すこやかセンターへお申し込みください。

(2)URL(<https://forms.gle/HBZjpi8KCcek2ucGA>)またはQRコードから



●申込み受付 5月1日(日)9時～

●申込み締切 (1)6月6日(月)17時 (2)7月20日(水)17時

(1)会場開催は定員を超え、ご参加いただけない場合のみ、主催者から連絡します。





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/9時～21時30分 日曜日・祝日/9時～17時

17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

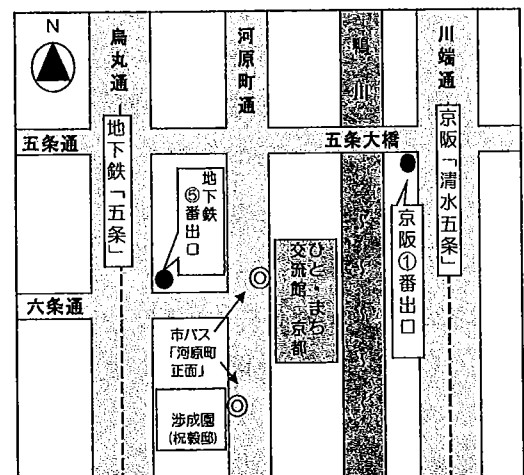
「河原町正面」下車

◆市バス80系統

「河原町五条」下車

◆京阪バス

「河原町五条」下車



QRコード
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。