

# 京都市長寿 すこやかセンター

## 事業案内

住み慣れたこのまちで  
いつまでもすこやかな生活を

**住 所** 〒600-8127  
京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83 番地の 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

**ホームページ** <http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/>  
**メール** [sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp](mailto:sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp)

京都市長寿すこやかセンター 

**開所日 / 時間** 月～土 9:00～21:30  
日・祝 9:00～17:00

17:00 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(12/29～1/4)

### ア ク セ ス

#### 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





## 相 談

長寿すこやかセンターでは、認知症、介護、生活等の各種『一般相談』に応じています。また、必要に応じて精神科医や弁護士等の専門家による『専門相談』におつなぎします。



## 一般相談

京都市内にお住まいの高齢者ご本人やそのご家族、高齢者福祉に関わる専門職の方を対象に、長寿すこやかセンターの職員が下記のご相談に応じています。

| 種 別                  | 内 容                         |
|----------------------|-----------------------------|
| 認知症相談<br>(若年性認知症を含む) | 認知症の方の介護、認知症への不安等、認知症に関すること |
| 介護相談                 | 認知症以外の介護や、介護に伴うストレス等に関すること  |
| 生活・健康相談              | 高齢期の心身の不調や、生活の不安・悩みに関すること   |
| 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               | 成年後見制度の利用に関すること             |
| 福祉用具相談               | 福祉用具・自助具の活用や自助具製作に関すること     |
| 介護職員等<br>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         |

**相談方法** 電話・来所・Eメールで受付けています。

**受付時間** 月～土曜日 9:00～21:00 日・祝日 9:00～16:30

\*17:00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。



## 専門相談

上記の一般相談を受けられた方の中から、必要に応じて下記の専門家にご相談に応じます。

| 種 別                  | 内 容                              | 相談対応者         | 相談対応日時                   |
|----------------------|----------------------------------|---------------|--------------------------|
| 認知症相談<br>(若年性認知症を含む) | 医師による認知症に関する相談                   | 精神科医<br>神経内科医 | 要 日 程 調 整                |
| 成年後見支援相談             | 成年後見制度の利用に関する相談                  | 司法書士<br>社会福祉士 | 第1・3月曜日の午後<br>第2・4木曜日の午後 |
| 法律・権利擁護相談            | 高齢者に関する法的トラブルや成年後見制度等の権利擁護に関する相談 | 弁 護 士         | 第2・4火曜日の午後               |
| 福祉用具相談               | センターが実施している自助具製作に関する相談           | 作業療法士         | 第2・4木曜日<br>第2・4土曜日       |
| 介護職員等<br>メンタルヘルス相談   | 介護職員等のメンタルヘルスに関する相談              | 精神科医          | 要 日 程 調 整                |



## 交 流 会

| 種 別               | 内 容                                           | 開催日時           |
|-------------------|-----------------------------------------------|----------------|
| 認知症の人の<br>介護家族交流会 | 認知症の方を介護されているご家族の交流の場<br>(*精神科医の個別相談もお受けします。) | 毎月<br>第3水曜日の午後 |
| 若年性認知症<br>本人交流会   | 認知症の方が安心して過ごせ、ご本人同士が交流できる場『おれんじサロン ひと・まち』     | 毎月<br>第4水曜日の午後 |



## 講座・研修

認知症に関することや成年後見制度等、高齢の方が生活されたり、高齢の方を介護される中で、役立つ知識を身に付けていただけるようさまざまな講座を開催しています。



## 認知症等の介護

| 講座・研修名                     | 内 容                                     | 対象         |
|----------------------------|-----------------------------------------|------------|
| 認知症サポーター養成講座               | 認知症の人を支えるために、認知症の基本的なことを理解する講座（地域等で開催）  | 市 民        |
| 認知症サポーター<br>アドバンス講座        | 地域で高齢者の見守り等が行えるよう認知症の知識を身に付ける講座         |            |
| 認知症アドバンスサポーター<br>フォローアップ講座 | 高齢者の見守りや居場所づくりに実際に関われるよう知識を身に付ける講座      |            |
| キャラバン・メイト養成研修              | 認知症サポーター講座での講師役を養成する研修                  | 専門職        |
| 認知症ケース検討会                  | 専門医を迎えケース検討を行うことで、支援の方向性など参加者と共に考えていく研修 |            |
| 自 助 具 講 座                  | 自助具について学ぶ講座                             | 市 民<br>専門職 |



## 権利擁護

| 講座・研修名              | 内 容                          | 対象         |
|---------------------|------------------------------|------------|
| 成 年 後 見 講 座         | 成年後見制度について学ぶ講座               | 市 民<br>専門職 |
| 成 年 後 見 セ ミ ナ ー     | 制度・申立・後見実務について学ぶ講習（会）        |            |
| 市 民 後 見 人 養 成 講 座   | 市民後見人の養成を目的とした講座             |            |
| 高 齢 者 権 利 擁 護 講 演 会 | 高齢者の権利擁護を目的とした講演会            |            |
| 高 齢 者 虐 待 防 止 講 演 会 | 高齢者虐待防止を目的とした講演会             |            |
| 高 齢 者 虐 待 防 止 講 座   | 高齢者虐待防止を目的とした講座              |            |
| 高齢者虐待防止のための研修       | 高齢者虐待について理解を深め、知識や支援の方法を学ぶ研修 | 専門職        |



## 社会参加・仲間づくり

| 講座・研修名                      | 内 容                                                    | 対象  |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------|-----|
| す こ や か 講 座                 | すこやか体操、レクリエーション、健康講話                                   | 市 民 |
| すこやか体操指導者養成講座               | すこやか体操やレクリエーションを学び、指導者として地域で活躍するリーダーになるための講座           |     |
| すこやか体操インストラクター<br>フォローアップ講座 | すこやか体操インストラクターが、すこやか体操の正しい指導を復習し、レクリエーション技術を身に付けるための講座 |     |

## 京都市成年後見支援センターの運営

| 事業  | 内 容                                                                                                                                                                                           |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 相 談 | <p>市民や高齢者や障害のある方の福祉に携わる機関等からの成年後見制度の利用に関する相談をお受けするとともに、家庭裁判所に対する申立手続きに当たっての提出書類の作成方法等の説明を行っています。</p> <p>必要に応じて、専門家である弁護士・司法書士・社会福祉士に直接相談していただくこともできます。</p>                                    |
|     |  <b>成年後見支援センター<br/>専用電話</b> <b>075-354-8815</b>                                                              |
| 啓 発 | <p>◆成年後見制度の普及・啓発<br/>専門家から成年後見制度について学ぶ「成年後見セミナー」の開催や、ご要望に応じて職員が講師として出向き開催する「成年後見講座」を実施しています。</p> <p>◆市民後見人の養成と活動支援<br/>後見業務の新たな担い手として、親族や専門職以外の市民の方々を「市民後見人」として養成し、後見業務の受注や活動への支援を行っています。</p> |

## 高齢者虐待防止などの権利擁護の推進

| 事業  | 内 容                                                                                                                                                |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 相 談 | <p>高齢の方への暴力や介護放棄等の高齢者虐待をはじめ、高齢の方の権利擁護に関する相談を受けています。</p> <p>必要に応じて、弁護士や医師などと連携して相談に応じます。</p>                                                        |
|     |  <b>高齢者の権利擁護に関する<br/>専用電話</b> <b>高齢者 110 番<br/>075-354-8110</b> |
| 啓 発 | <p>◆権利擁護の普及・啓発・広報物の発行<br/>高齢者虐待の早期発見、早期相談を目的にリーフレット等を発行しています。</p>                                                                                  |

## 高齢者の社会参加・仲間づくり

| 事業                     | 内 容                                                                                                                                              |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 知 恵 シ ル バ ー<br>セ ン タ ー | シニア世代の知恵や技能を活かして社会参加を図る「知恵シルバーセンター」の事務局として事業を推進しています。<br>(ホームページ <a href="http://www.chie-silver-kyoto.jp">http://www.chie-silver-kyoto.jp</a> ) |
| 老人福祉センター<br>の 運 営・管 理  | 市内 16 ヶ所の老人福祉センターを運営・管理し、高齢者の仲間づくりと生きがいづくり、介護予防、世代間交流の取り組みを推進しています。                                                                              |
| 情 報 提 供                | リーフレットやインターネットなどにより、高齢者のサークル情報やサロン情報を提供しています。                                                                                                    |