

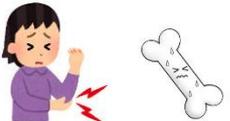
平成29年度 京都市長寿すこやかセンター

7月・8月・9月 事業案内



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	健康講話テーマ／講師
平成29年 7月21日（金） 午後1時30分～3時30分	高齢者の目の病気について（仮） 講師：高橋 義公 氏（眼科医） 
平成29年 8月18日（金） 午後1時30分～3時30分	お口の健康について 講師：西村 実奈美 氏 （下京区保健福祉センター 歯科衛生士） 
平成29年 9月15日（金） 午後1時30分～3時30分	骨の健康とロコモ予防 講師：渡辺 全夫 氏（整形外科医） 

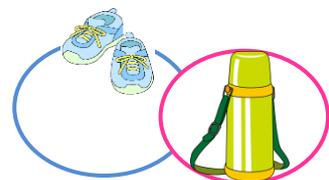
- 対象 京都市在住で、高齢者の社会参加や健康づくりに関心のある方
- 内容 すこやか体操・健康講話・レクリエーション
- 会場 ひと・まち交流館 京都 2階 大会議室
- 参加費 無料
- 定員 70名（要事前申込み・先着順）

- 申込み 開催月の1日から

電話、FAX、Eメールにて受付

- その他 動きやすい服装でご参加ください。

水分補給のための飲み物、上履（かかとのある靴）をご持参ください。





市民後見人 養成講座

平成29年度 受講者募集中

ガイダンス（事前説明会）のご案内



◆「成年後見制度」とは？

認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が十分でない方の権利と財産を守り、ご本人の意思を尊重した生活を支援する制度です。この制度において、ご本人を支援してくれる人を「成年後見人」等と呼びます。

◆「市民後見人」とは？

ご本人が住み慣れたまちで安心して暮らし続けられるよう、地域における支えあいの観点から身近な立場で支援を行うために京都市成年後見支援センターにおいて養成した、親族や専門職（弁護士・司法書士・社会福祉士等）以外の市民のうち、成年後見人等として家庭裁判所から選任された人のことをいいます。

<ご注意>

養成講座を受講するには、ガイダンスの参加が必須条件です。

開催日時	第1回	7月20日（木）午後2時～4時40分
	第2回	7月22日（土）午後2時～4時40分

*同じ内容の説明会を2回実施します。必ずどちらかに参加してください。

- 対象**
- ・京都市在住で、25歳以上70歳未満の方（平成29年4月1日時点）
 - ・高齢者や障害者に対する福祉活動に理解と熱意がある方
 - ・市民後見人として活動することを希望する方

- 内容**
- ・講演「市民後見の役割・意義」
 - ・市民後見人の活動紹介（実際に活動している市民後見人からの報告）
 - ・養成講座の概要（養成講座の内容・募集方法）

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70名（先着順）

申込み 当センター（窓口、ホームページ）又は、各区役所等で配布する案内チラシ裏面「ガイダンス参加申込書」に必要事項を記入し、郵送・FAXにて受付
申込み締切7月19日（水）午後5時（必着）

※手話通訳が必要な方、車椅子席ご利用の方は、7月7日（金）までに京都市成年後見支援センターへお知らせ下さい



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、お茶を飲みながら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志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。

一人で悩まずに、気軽にご参加ください！ ※65歳未満で発症する認知症を“若年性認知症”と呼びます。



開催日時	7月12日(水) 午後2時～3時30分 『語り合いましょう』～茶話会～
	7月26日(水) 午後2時～3時30分 『音楽レクリエーション・茶話会』
	8月23日(水) 午後2時～3時30分 『スポーツ・茶話会』
	9月13日(水) 午後2時～3時30分 『語り合いましょう』～茶話会～
	9月27日(水) 午後2時～3時30分 『スポーツ・茶話会』

- 対象 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、ご本人が一人で来られるか、家族等と一緒に来られる方
- 内容 簡単な体操・音楽・創作活動、茶話会、個別相談等
- 会場 ひと・まち交流館 京都 2階
- 参加費 各回200円/人（お茶代）
- 定員 10名（先着順・要事前申込み）
- 申込み 電話で開催日の1週間前までにお申込みください。（事前にお身体の状況などお聞きします。）



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。

※希望者には、精神科医による個別相談も行っています。

- 対象 認知症の方を介護されている家族の方
- 参加費 無料

	開催日	時間	会場	内容
介護家族交流会	7月19日(水)	午後1時30分～3時30分	ひとまち交流館 3階 第4会議室	語り合い
	9月20日(水)			
若年性認知症 介護家族交流会	7月12日(水)	午後2時～3時	ひとまち交流館 2階 和室	語り合い
	9月13日(水)			

●問合せ・申込み：まずは、京都市長寿すこやかセンターへご連絡ください。



高齢者虐待防止講演会

介護・子育てが同時にやってくる “ダブルケアとは”



～その課題とこれから
求められること～

一般社団法人 ダブルケアサポート

理事長 東 恵子 氏

理事 植木 美子 氏

開催内容

8月3日（木）

午後1時30分～4時30分

近年、介護のみならず、介護と子育てが同時期に重なる「ダブルケア」が新たな問題として顕在化しています。晩婚化や晩産化、少子高齢化により増加するこの問題について、現状の課題を知り、今後の対策について考えていきます。

※講演後、参加者で話し合うワークショップを行います。

- 対象 京都市在住の方・介護子育て分野に携わる方
- 会場 「ひと・まち交流館京都」3階 第4・5会議室
- 参加費 無料
- 申込み 6月30日（金）より電話・FAXにて受付

※手話通訳が必要な方・車椅子ご利用の方は、7月21日（金）までに京都市長寿すこやかセンターへお知らせ下さい。



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）

【ファックス】(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

