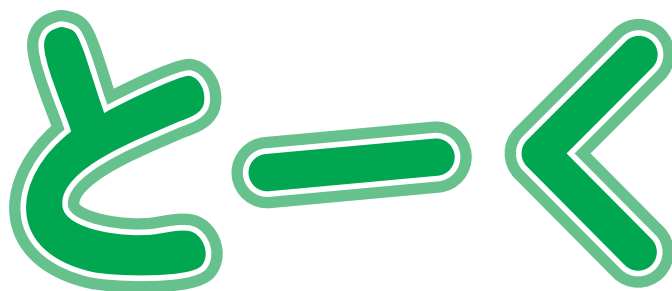


一人ひとりが大切にされ、人と地域がつながる福祉のまちづくり

～ だれかの課題はみんなの課題 ～



RUN伴 in 長岡京

非日常の体験が、認知症の人々の日常を変える

RUN TOMO

RUN伴は、認知症の人や市民の皆さんがタスキをつなぐという「非日常」の体験で生まれた出会いや気づきが、地域で伴(とも)に暮らす「日常」につながることを目指すイベントです。北は北海道、南は沖縄と日本全国でお揃いのオレンジ色のTシャツを着て、一本のタスキをつなぎます。長岡京市では10月27日に開催し、応援の方も含め108名の方が参加して下さいました。オレンジのTシャツと皆さんの笑顔が秋晴れの空に輝いた一日でした。



とーく92号
内容

- | | | |
|----------------------|---------------------------|---------------------------|
| ① 長岡京市共同募金委員会からのお知らせ | ⑤ 「キャンパス」からのお知らせ | ⑨ 体調不良の原因はお口かも!? |
| ② 募金百貨店プロジェクト | ⑥ 第67回 京都府社会福祉大会のご報告 | ⑩ 地域お助けサポーターが活躍中!! |
| ③ 社会福祉協議会 会員募集の報告 | ⑦ 第41回 障がい者児の人権を考える市民のひろば | ⑪ きりしま苑からの子育て・各種イベントのお知らせ |
| ④ 寄付金品のご報告 | ⑧ 台風21号による災害ボランティア活動報告 | |

社会福祉法人 **長岡京市社会福祉協議会**

長岡京市社協

検索 で検索できます。

URL ● <http://www.nagaokakyo-shakyo.jp> E-mail ● info@nagaokakyo-shakyo.jp

長岡京市総合生活支援センター

〒617-0833 京都府長岡京市神足2丁目3番1号(長岡京市立総合交流センター2階)

- 長岡京市社会福祉協議会地域福祉係 ○長岡京市社協ボランティアセンター
○長岡京市障がい者地域生活支援センター「キャンパス」
○長岡京市東地域包括支援センター ○長岡京市災害ボランティアセンター
TEL (075) 963-5508 FAX (075) 963-5509

お掛け間違いのないようご注意ください。

【運営時間】午前8時30分から午後5時30分(日祝、年末年始は休業)
※相談受付は、午後5時まで。

長岡京市立地域福祉センターきりしま苑

〒617-0832 京都府長岡京市東神足2丁目15番2号

- 長岡京市社会福祉協議会総務係
TEL (075) 955-5601 FAX (075) 952-2597
○管理事業 ○デイサービス事業 ○ホームヘルプ事業
○居宅介護支援事業(ケアマネジャー)
TEL (075) 956-0294(代) FAX (075) 956-0290
○済生会病院売店

【開館時間】午前8時30分から午後5時30分(日祝、年末年始は休業)
※ただし、土曜日の一般利用・団体利用はありません。

① 長岡京市共同募金委員会からのお知らせ

お問合せ 長岡京市共同募金委員会 TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

12月1日から
始まります

～つながりささえあうみんなの地域づくり～

歳末たすけあい募金にご協力をお願いします。

「つながりささえあうみんなの地域づくり」をスローガンに掲げて、地域で福祉活動をされている人や団体への支援に活用されます。長岡京市で集まった募金は、長岡京市の地域活動のために使われます。ご協力よろしくお願いいたします。

歳末たすけあい募金 助成の(一般公募)受付開始します

「歳末たすけあい募金運動」で集まった募金を、長岡京市で社会福祉活動をされているボランティア団体や市民活動団体等への支援を目的に助成します。公募要領は下記のとおりです。

募集期間 平成30年12月1日(土)から12月28日(金)

申請方法 申請書を長岡京市共同募金委員会(長岡京市社会福祉協議会)で受け取り、もしくはホームページにありますので必要事項を記入の上、事務局に提出してください。内容を審査し決定します。

助成内容 (A) 備品・物品購入費・・・1団体につき50,000円を限度。
平成31年3月31日までに購入が完了することを条件とする。(汎用性のあるものは対象外)
(B) 事業費・・・1団体につき50,000円を限度。
飲食費を除く、平成31年3月31日までの活動を対象とする。

★詳しくは長岡京市共同募金委員会事務局(総合生活支援センター内) TEL963-5508 国増まで

今年度も実施します!! 長岡京市内小学校が取り組む「町に手づくり募金箱」赤い羽根プロジェクト

昨年度、市内小学校10校が参加し赤い羽根共同募金運動への協力として児童が手作りの募金箱をつくってくれました。できた募金箱82個は長岡京市内の公共施設や商店などの協力をえて店頭を設置され100,808円の募金を募ることができました。

子どもたちはこの取り組みを通し、「じぶんの町を良くするしくみ。」である赤い羽根共同募金への理解を深め、助け合いや、町のためにできることを自分たちで考え、それを体験として学んでくれました。今年度も各小学校で特色ある取り組みが生まれています。手作り募金箱は、1月から3月の間、町の各店舗に設置されます。長岡第五小学校区では、11月より設置しています。地域の皆様、応援よろしくお願いいたします。



長岡第四小学校 総合的学習の時間「赤い羽根教室」



29年度「町に手作り募金箱」にご協力くださった設置店

- | | | | | |
|-------------------------|--------------------|----------------|----------------------|-------------------|
| ● 味処都 | ● café Pomme Pomme | ● 珈琲館TENJIN | ● デイリーヤマザキ長岡京友商店 | ● hairpocket EMA |
| ● あらいぶきっちゃん | ● 株式会社京文堂 | ● 済生会京都府病院 売店 | ● でん 長岡京店 | ● ベリーアンドベリー |
| ● イートインカフェ エスブレッド | ● 株式会社 リヴ | ● サロンドバル | ● 長岡記念財団パピヨン | ● ヘルエキップ |
| ● 医療法人 一文橋歯科 | ● 株式会社リパティ長岡 | ● 茶論度宮成 | ● 長岡京市立地域福祉センターきりしま苑 | ● ほんべ薬局 ファミール長岡京店 |
| ● ウニール 本店 | ● 喫茶 カンパニユラ | ● しもむら酒店 | ● 長岡京市立図書館 | ● 真吾六 |
| ● オープンラウンジ カフェ エボカ | ● 喫茶スリスリー | ● シャーロン 神足 | ● 肉のシゲクニ | ● ミスターラーメン |
| ● 岡本歯科クリニック | ● 喫茶秤屋 | ● シャーロン ブラザ | ● パスタ&レストラン プチボワ | ● 焼肉青山 長岡京 |
| ● お好み焼 克 | ● 京都西山短期大学 | ● シャモチン | ● パティスリークルクリュ | ● やまむらや長岡店 |
| ● 乙訓どうぶつ病院 | ● 京の都 庄や | ● シュエット | ● ビーンズ | ● 山本たばこ店 |
| ● 開田茶屋 龍八 | ● クリーニングこころ | ● 杉本歯科医院 | ● 古市町公民館 | ● やよい工房久貝事業所 |
| ● 菓子処 喜久春 | ● クリーニングつき山 | ● 瀬尾時計メカネ店 | ● FRUITS CAFÉ 花の木 | ● ゆめみ庵 |
| ● カットハウスすかつと 長岡店 | ● ケーキハウス ニルス | ● ダイニング レイモンド | ● ベーカーリーショップ ヤマガチ | ● 理容 テラオカ |
| ● カフェ&レストラン poco a poco | ● ケーキの店のぐち | ● 多貝酒店 | ● ベークハウス メール | ● 理容ふじき |
| ● café koba | ● 小泉春月園 | ● m.CHIMA CAFE | ● ヘアサロン カミカワ | ● ルーリオ美容室 |
| ● CAFÉ なかがわ | ● 神足ふれあい町家 | ● 調子薬局 | ● hair salon DUO | |

② 募金百貨店プロジェクト ～じぶんの町をよくするしくみ～



お問合せ 長岡京市共同募金委員会 TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

募金百貨店とは

寄付つき商品・企画を販売し、売上の一部を赤い羽根共同募金に寄付することにより、地域社会に貢献する企業・団体等を募集するプロジェクトです。

長岡京市では既に2店舗（やよい工房久貝事業所・株式会社喜久春）と1団体（日本ウェルネスダーツ協会）が協定を締結していますが、今回2店舗と1団体が新たに協定を締結いたしましたのでご紹介します。



気ままにダイニング ふうせんかずら 様

【住所】向日市上植野町上川原1番地の15

【TEL】075-934-6630

人気商品のチキン南蛮定食1食につき50円が共同募金に寄付されます。是非ご賞味下さい。



日本アート印刷株式会社 様

【住所】長岡京市長法寺芝端18番地の1

【TEL】075-958-3376

「じぶんのまちをよくする名刺」として1枚1円が共同募金に寄付されます。名刺をご利用の方は是非ご注文下さい。



長岡京スイーツ&ブレッド(NSB) 様

NSBは長岡京市内の洋菓子5店舗、和菓子1店舗、ベーカリー3店舗が協働して「長岡京を もっと おいしく」を発信している団体です。

ガラシャ祭りで限定販売した「チーズケーキ食べ比べセット」や「食パン食べ比べセット」は、店舗が集結するNSBにしかできない「おいしい」の発信です。今後のNSBの「おいしい！」商品に注目です！

NSB参加店舗

- ケーキハウス ニルス ● 菓子処 喜久春 ● 洋菓子のピエスモンテ・ヒロ ● ケーキの店 のぐち
- m.CHIMA CAFÉ チマカフェ ● タルトとフランス菓子の専門店 プチ・ラバン ● ベーカリーショップ ヤマグチ
- ベーカリーカフェ チョコシナ ● 子育て応援ベーカリー 小麦☆青空 MUGIZORA

立命祭 募金百貨店「喜久春」

平成30年9月15日(土)・16日(日)の2日間、立命館中学校・高等学校文化祭のフードプレイスにて募金百貨店「喜久春」withフードバンク長岡京で出店しました。フードバンク長岡京から提供されたお米を使って、和菓子752個を販売しました。出店2年目となる今年度は、学生みなさんからも好評で販売前から行列ができ、予定時間よりかなり早い時間に完売となりました。売り上げの一部は「赤い羽根共同募金」を通じて、フードバンク長岡京の来年度の活動費になります。



③ 社会福祉協議会 会員募集の報告

ご協力ありがとうございました。



今年度の社会福祉協議会の会員募集は、11月2日現在で総額7,036,942円の会費が集まりました。これらの会費は社会福祉協議会の貴重な自主財源となり、より身近できめ細かい福祉活動を展開するための資金として役立たせていただきます。

平成30年会員会費合計
7,036,942円

●内訳

自治会合計	4,024,087円	事務局扱い計	152,725円
自治会未組織合計	349,130円	特別会員合計	1,010,000円
民児協計	71,000円	法人賛助会員合計	1,430,000円

1 自治会 4,024,087円

(単位:円)

馬場	225,800	舞塚	25,000	谷田	25,000	明星水	9,800
古市(町)	50,000	陶器町	148,000	河陽が丘	45,800	柴の里	57,350
神足	268,900	調子	116,000	高台西	10,000	野添	53,000
開田	226,600	友岡	264,200	東山	11,500	小畑町	88,700
東台	95,000	花山	82,000	高台	70,000	グリーンフォート長岡京	6,000
長法寺	117,600	竹の台	46,600	泉が丘	45,500	勝竜寺	40,000
栗生	46,000	つつじが丘	10,000	中開田	42,100	久貝	116,951
うぐいす台	88,500	西片泓	23,800	北開田	67,300	開田	26,300
今里	133,700	奥海印寺	197,900	新田	59,000	城南の里	48,700
畑ヶ田	11,000	下海印寺	144,800	七ツ池下	29,500	南古市(在)	31,000
薬師堂	5,000	金が原	50,000	八条が丘	61,651	古東和苑	41,500
田内	64,000	浄土谷	5,000	四ツ成	20,000	東井ノ内	94,200
あかね	57,180	太鼓山	25,300	エスリード長岡天神	13,400	滝ノ町	100,350
彦林	10,000	こがねが丘	10,000	一文橋	48,905	西の京	62,700

2 自治会未組織地区 349,130円

(単位:円)

梅ヶ丘	93,460	河陽が丘2丁目	46,200	宇津久志	28,000	南梅ヶ丘	7,800
一里塚	26,000	平尾	18,300	光風台	36,670	山田	6,100
森ノ下	23,150	細塚	26,050	勝竜寺の一部	20,400	更ノ町・畔町	17,000

自治会・自治会未組織地区に含む特別会員 (順不同・敬称略)

特別会員	1口	田中 濠子・田村 フサノ・井上 明夫
------	----	--------------------

3 長岡京市民生児童委員協議会 71,000円

4 事務局扱い(窓口に直接届けていただいた会費) 152,725円

特別会員 (1口5,000円) 1,010,000円

(順不同・敬称略)

6口	・匿名
5口	・山本 弥生
4口	・岩崎 義典 ・山下 敏夫
3口	・匿名
2口	・五十棲 恒夫子 ・黒崎 良吉子 ・西野 美穂 ・福岡 昭臣矩 ・黒崎 良子 ・堤 明子 ・野々下 靖子 ・山地 正矩
1口	・安久井 由紀子 ・今堀 自動車 ・岡本 孫市 ・河村 弘美 ・齋藤 宏康 ・浅井 隆弘 ・岩岸 孝宏 ・小川食品工業(株) ・河村 豊 ・齊ノ内 一博 ・天木 米子 ・岩崎 富士子 ・奥田 英太郎 ・喜多 利和 ・佐々谷 明光 ・池田 裕子 ・(有)植幸田中造園 ・奥田 健二 ・北井 和子 ・佐竹 幸子 ・石井 進 ・上羽 忠男 ・奥田 里香 ・木村 靖子 ・お結納品一式 佐藤商店 ・石田 克明 ・鵜川 富久江 ・おとくにエルダーケア・ボランティアの会 ・行政書士 三木常照事務所 ・五十棲 忠男 ・内海 幸恵 ・(株)おとくに設計 ・京都ゲストイン長岡京 ・嶋 和子 ・板垣 美紀 ・梅垣 英世 ・小野田 裕一 ・京樂 真帆子 ・白石社会保険労務士事務所 ・市村 雅彦 ・江寄 一男 ・折萩 眞由美 ・久貝 利平 ・神田 英治 ・京料理 いっぶく亭 ・江寄 洋子 ・柿原 晃 ・國定 てる子 ・進藤 弘美 ・井ノ上 良浩 ・大木 義文 ・上村 茂子 ・久門 清子 ・末永 靖弘 ・今井 民雄 ・太田 昇子 ・上村 智子 ・黒田 三保子 ・杉原 睦美 ・今作 商事 ・大伴 純子 ・川上 善子 ・釧持 良秀子 ・角田 幸一 ・今堀 正嗣 ・岡本 明彦 ・川上 善子 ・粉川 忠司 ・住田 恵照

1口

・関喜多
・仙石石油
・多貝酒店
・高田恵里佳
・高橋功博
・高橋むつみ
・田阪スポーツ
・田端聖恵
・(有)田村
・田村啓子
・田村治之
・竹茂茂
・丁ヶ阪商会(株)
・つき山クリーニング長岡店
・(株)辻工務店
・辻清酒店
・辻文具店

・土家篤
・坪内マンション
・寺嶋弘和
・天寅修平
・土居浩之
・冨田純子
・長岡井筒屋疊店
・長岡大丸
・中川尚子
・中小路加代子
・中島早苗
・永田敏夫
・中谷大介
・中西正人司法書士事務所
・中野雅憲
・中原明子
・永原造園(有)
・中村市雄

・中村修
・鍋島千裕
・名和淳史
・二階堂和信
・仁科正身
・西山石材商店
・能勢久子
・能勢泰人
・則武和夫
・秦陽子
・林邦彦
・林利夫
・春田康晴
・春田石油(有)
・ひがしや
・樋口芳男
・福岡津世士
・福澤秀美

・福島規子
・福田純一郎
・福増久美子
・藤井徹
・藤田敏浩
・藤原有希子
・ボーイスカウト京都連盟
副連盟長 柳澤 傳
・細平陽子
・堀上芳男
・前川進子
・松浦葉子
・三古剛次
・宮小路正次
・宮崎隆弘
・三好俊昭
・村田浩子
・森本恒治

・森脇佳子
・八木酒店
・安田隆
・やすらぎクラブ長岡京
・(有)藪内竹材店
・山口武彦
・山田猛枝
・山本愛枝
・山本和紀
・山本一弥
・山本淳喜
・山本茂喜
・山本順子
・山本美也子
・湯川明
・ロビンガーデン
・お食事処 わかたけ
・匿名(7名)

法人賛助会員 (1口10,000円)

1,430,000円

(順不同・敬称略)

28口

・匿名

10口

・森本医院

3口

・長岡京都市開発(株)

2口

・京都中央農業協同組合

・整水工業(株)

1口

・アサワ医院
・足立医院
・安藤歯科医院
・安藤小児科
・稲田内科医院
・井上耳鼻咽喉科医院
・伊与田医院
・(株)上木印刷
・上田内科医院
・うお寿
・岡本税理士事務所
・乙訓産業(株)
・乙訓寺
・(福)乙訓福祉会
・小原内科・消化器科診療所
・オリックス・ファシリティーズ(株)
・(株)カーライフ長岡
・賀来歯科医院
・片岡診療所
・加藤歯科診療所
・金原医院
・(株)川浪住機
・カンパニユラ
・(株)木村製作所
・錦水亭

・くぼた医院
・(株)小森設計事務所
・済生会京都府病院
・三尊寺
・サントリービール(株)京都ビール工場
・三洋興業(株)
・三和食品工業(株)
・(株)ジェー・ピー・ディー清水
・(株)築造園
・(株)シゲクニ
・しまだ耳鼻咽喉科医院
・下尾医院
・(株)シャーロン美容室
・(株)松栄堂長岡京工場
・(株)シライ
・新河端病院
・菅田医院
・(有)スマイルケア
・西濃運輸(株)京都南支店
・(株)西文堂
・千春会病院
・総本山光明寺
・(株)大栄建設
・(株)ダイセイ
・(有)ダスキン長法寺支店

・(有)丁花園
・土井医院
・(有)ドライクリーニングやまぐち
・戸渡歯科診療所
・長岡今里ケアーズ薬局
・(財)長岡記念財団
・長岡京市管理職会
・長岡京市商工会
・長岡京市職員組合
・長岡京病院
・(株)長岡自動車教習所
・(株)長岡自動車商会
・長岡電機(株)
・長岡天満宮
・(有)長岡美装社
・(福)長岡福祉会
・中村歯科医院
・ナカムラ(株)
・七岡内科医院
・(有)南部総合管理
・西川ローズ(株)神足営業所
・日本アート印刷(株)
・(株)日本ブックス
・(株)ハウジングステーション
・(株)ハウスバンクインターナショナル

・畠中診療所
・パソニック セミコンダクターソリューションズ労働組合 長岡京支部
・ビコマ
・(株)藤井
・(有)プラン
・(株)文京堂書店
・北條クリニック
・(株)増田医科器械
・みずは北川長岡京店
・三菱製紙(株)京都工場
・(株)三宅工務店
・むらさき幼稚園
・(株)村田製作所
・(株)八木勝石材
・ヤサカ石油(株)
・山口歯科医院
・山崎製パン(株)京都工場
・山下建設(株)
・(株)山本敏工務店
・楊谷寺
・(株)吉中建設
・(財)療道協会西山病院
・レンゴー(株)新京都事業所

④ 寄付金品のご報告 平成30年8月1日～平成30年10月31日

お問合せ

総務係

TEL. 955-5601

FAX. 952-2597

あたたかい心
ありがとうございました。



西野信平	切手(1,313円分)
三菱電機エンジニアリング(株)京都事業所 三菱電機エンジニアリングユニオン京都支部	300,000円
イオンリテール(株) (イオン京都桂川店)	28,200円
長岡京市モラロジー事務所	タオル多数、小冊子
長岡京市神足地区民生児童委員協議会	古切手多数
長岡京市女性の会	古切手、古カードともに多数



三菱電機エンジニアリング株式会社
京都事業所様および三菱電機エン
지니어リングユニオン京都支部様か
ら、30万円のご寄付をいただきました。
いただいた寄付金は地域福祉推
進の活動(みんなのポケット、ボラ
ンティア事業等)に活用させていた
だきます。
誠に、ありがとうございました。

⑤ 「キャンバス」からのお知らせ

お申込・お問合せ 長岡京市障がい者地域生活支援センター「キャンバス」 TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

ピアカウンセリング のお知らせ

「ピア」は、仲間。自身も障がいのあるピアカウンセラー（ピアカン）が、同じ目線、平等な立場で話を聞き、障がいのある人の心のサポートをします。バンビオ1番館2階総合生活支援センター内にピアカンがいます。

お気軽に
ご連絡
ください。



日時	月曜日～木曜日、第2土曜日 午前10時～午後4時
場所	バンビオ1番館2階 総合生活支援センター内

その他、『訪問ピアカン』や『メール相談』も行っています。メールアドレスは、
piakan@nagaokakyo-shakyo.jp

障がい者児相談支援専門員として、一緒に働いていただける方を募集中です!!

⑥ 平成30年度 第67回 京都府社会福祉大会のご報告

お問合せ 地域福祉係 TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

平成30年9月7日京都テルサで行われました。京都府内から多くの福祉関係者が参加され、長岡京市内の団体・個人の方も数多く表彰を受けました。（順不同・敬称略）

社会福祉事業・ボランティア功労者知事表彰

【ボランティア団体】

●わの会 ●おとくに竹あそびの会・竹遊会

京都府社会福祉協議会会長表彰・感謝状授与

【社会福祉事業特別功労者】

【ボランティア功労者】

●奥田 健二 ●岩橋 丈人 ●サロン華

⑦ 第41回 障がい者児の人権を考える市民のひろばに協力します

すべての人々の人権が尊重される社会を築くため、一人ひとりが人権尊重の理念について理解を深め、正しい知識をもち、人権意識の高揚を図ることを目的としています。

12月4日～10日の「人権週間」12月3日～9日の「障害者週間」にあわせた開催に協力します。ぜひ、お立ち寄りください。

【日時】平成30年12月8日（土）午前10時から午後3時30分

【場所】長岡京市立中央公民館 全館 入場無料 ※ただし模擬店は有料

【お問合せ】長岡京市障がい福祉課 TEL. 955-9549 FAX. 952-0001
長岡京市人権推進課 TEL. 955-3180 FAX. 951-5410

展示、体験コーナー、模擬店、
ステージがあります。

同日開催 人権・男女共同参画フォーラム2018

●奥山 佳恵さん（俳優）講演会「生きてるだけで100点満点」 午後2時から 3階市民ホール 定員200名
※事前予約制 女性交流支援センター TEL:963-5501 FAX:963-5521

⑧ 台風21号による災害ボランティア活動報告

お問合せ 地域福祉係 TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

9月4日に到来した台風21号は、長岡京市においても甚大な被害をもたらしました。

長岡京市災害ボランティアセンターでは、台風による被害に遭われ、復旧に手伝いが必要な世帯に対し、災害ボランティア活動を行いました。市民ボランティア、職員が直接支援を行い、11月7日現在41件の活動依頼があり、40件が活動を終了しました。活動を申し出くださったボランティアの方々と倒木や物置の片付け、被害にあった家財の運び出しなどを行いました。

長岡京市災害ボランティアセンターは、常設型（災害ボランティアセンター）として総合生活支援センター内（バンビオ1番館）にあります。防災に関する出前講座、災害ボランティアに関する相談、災害による復旧のお手伝いなど、ご相談ください。



⑨ 体調不良の原因はお口 かも!?

『やってみよう! はじめてみよう!』 口腔ケア 第2弾



お問合せ

きりしま苑デイサービス事業 TEL. 956-0294 FAX. 956-0290



食事がおいしく食べられないのはお口の乾燥かも!!



前号では、噛むことで認知症予防についてお伝えしました。今回は『お口の乾燥』についてのお話です。

最近『口が渇く、ねばねばする、しゃべりにくい、飲みこみにくい、入れ歯が装着しにくい、くちびるが切れる』といった自覚症状がありませんか?もしかしたら、唾液の分泌が少なくなっているのかもしれません。

口の中を常に潤している唾液は『一日1L以上』分泌されています。

唾液は、自然と出てくるものなので、意識していないかもしれません。しかし、たくさんの良い作用があります。唾液が少なくなってしまうとこれらの良い作用が働かなくなり、問題が起こってきます。

★唾液を正常に分泌させるには3つのポイントがあります。

- ①部屋の環境を整える。→加湿器などを使用して部屋を加湿しましょう!
- ②口を湿らせる。→うがいやこまめな水分補給・口用の保湿剤でお口の中を湿らせます。
- ③唾液の分泌を促す。→唇や舌の体操・唾液線マッサージが効果あり!



きりしま苑デイサービスでは、色々な目的に合わせた『^{けんこうたいそう}健口体操』を食事前におこなっています。

指の運動【お箸などの道具を持ちやすくする】、**身体ストレッチ**【良い姿勢の保持】、

舌の運動【飲み込みやすくする】、**発音練習**【パ・タ・カ・ラ体操：^{えんげ}嚥下・^{そしゃくうんどう}咀嚼運動】、

唾液線マッサージ【口腔内を潤して飲み込みやすくする】などお口の健口を保つために頑張っています。

きりしま苑2階で実施している月一回の健康体操でも、この『^{けんこうたいそう}健口体操』を行う予定にしています。ご興味のある方は是非ご参加ください。

みなさんも食事前の少しの時間、^{けんこうたいそう}健口体操をやってみてはいかがでしょうか。



きりしま苑デイサービスではどんなことをしているの!?等 ご質問などありましたらいつでもお問い合わせください。



⑩ 地域お助けサポーターが活躍中!!

お問合せ

長岡京市東地域包括支援センター(基幹強化担当) TEL. 963-5508

今年度より「地域お助けサポーター(以下サポーター)」の活動が始まりました。各関係団体様のご協力もあり、これまでに76名の方が養成講座を修了されています。

その中で今年度多くのサポーターの方が施設等でのボランティア活動で活躍され、支援が必要な高齢者宅へ訪問し、ゴミ出し等の支援を行う活動もスタートしています。施設や個人宅での活動を通じて、サポーターの方からは「自分自身も楽しませてもらっています」といった言葉をいただき、ご利用者の方からは「ゴミ捨てなど非常に助かっている」、「施設が明るくなった」などのお言葉をいただいています。

現在、養成講座も並行して開催しておりますので、講座の受講や活動への参加をお待ちしております。



デイサービスで
ご利用者さんとともに
作品作り



おいしいトマトが
できました!!



⑪ きりしま苑からの子育て・各種イベントのお知らせ

お申込・お問合せ きりしま苑管理事業 TEL. 956-0294 FAX. 956-0290

～柚子湯でカラダぽっかぽか～

きりしま苑では毎年恒例の柚子湯を実施します。
カラダもココロもあたたまるとを♪

- 日時** 12月17日(月)から21日(金)
①午前9時30分から10時30分 ②正午から午後3時30分
対象 60歳以上の長岡京市民
その他 利用には本苑利用証が必要(受付にて即日発行可)



きりしまステージ開催

新春を彩る素敵なきりしまの舞台！
津軽三味線をはじめ
様々な演目を予定！

- 日時** 平成31年1月10日(木)
午後1時30分から3時(予定)

*限定販売きりしま特製おしるこ有



きりしま苑子育て情報 どの教室も親子でご参加いただける教室です



CHECK!

きりしま苑 フェイスブック

検索

フェイスブックに登録されていなくても、検索で情報を誰でも見ることが出来ます。フェイスブックでいち早く情報をキャッチ！

アルバム作り体験教室 (二次募集)

- 日時** 12月12日(水) 午前10時から正午
講師 大友 佳奈さん (donan donan)
対象 生後3ヶ月～未就学児とその保護者
申込 12月3日(月) 午後1時30分から受付開始
参加費 無料

先着
6組

おやこ喫茶 ～ママのしゃべり場～

- 日時** 12月18日(火) 午前10時30分から午前11時30分
講師 おやこのいっぽの会メンバー
対象 未就学児のお子様がいる保護者
内容 「家族へのイライラどうしてる？」等

申込不要

もぐもぐ教室 ～発酵ごはん編～

- 日時** 1月18日(金) 午前10時30分から正午
講師 岩本 知世子さん (ちょこふあーむ・管理栄養士)
対象 興味のある方
申込 12月5日(水) 午後1時30分から受付
参加費 無料

先着
10組



①ベビーマッサージ教室

- 日時** 1月15日(火)・2月12日(火)
対象 おおむね1歳未満の乳児とその保護者

各定員
12組

②チャイルドマッサージ教室

- 日時** 1月17日(木)・2月14日(木)
対象 おおむね1歳～未就学児とその保護者



- ① **時間** 午前10時30分から正午
② **講師** のだ めぐみさん **申込締切** 12月7日(金) まで
参加費 2回で100円

スキンタッチ教室

- 日時** 1月31日(木) 午前10時30分から正午
講師 篠原 理奈さん (SUN鍼灸院 院長)
対象 生後3ヶ月～未就学児とその保護者
申込 1月11日(金) まで **参加費** 無料

定員
15組

スキンタッチってなに？



はりや灸を使わずに、ご家庭にある身近な物(スプーン・歯ブラシ・ドライヤー)を使って楽しくスキンシップをしながら行う健康法です

「子育てミニ教室」

午前10時30分から11時

申込不要

対象 おおむね生後3か月～3歳頃までの子どもとその保護者

12/4 火
「ベビー&チャイルド
マッサージ」
～おやこでスキンシップ～

1/8 火
「親子スキンタッチ」
～生活用品を活用した
ツボマッサージ～

1/22 火
「英語でハッピー
親子あそび」
～英語で遊ぼう～

2/5 火
「3歳までに
味覚を育てよう」
～味の違いを知ってみよう～

きりしま
ほっこり
ニュース

～赤ちゃんボランティアと小学生との交流～

きりしま苑を日頃利用いただいている生後5ヶ月～1歳半頃までの赤ちゃんに「赤ちゃんボランティア」として、長岡第九小学校の6年生児童とのふれあい体験教室に参加ご協力いただきました。ふれあいやお話を通して児童たちに「命の大切さ」について伝えていただきました。

参加頂いたお母さんからは「こどもにとってもお兄ちゃんお姉ちゃんと触れ合えてとても貴重な経験となりました♡」との声をいただきました。

