



あなたも「地域お助けサポーター」になりませんか？

養成講座開催のお知らせ

開催日 12月16日(金) 時間 午前9時15分から午後0時45分

会場 長岡京市総合交流センター 4階 学習室1 参加費 無料

申込 事前申し込みが必要。

電話・FAX・メール等でお申し込みください。

※申し込み時に氏名・住所・電話番号・年齢をお知らせください。

(例) 高齢者宅のゴミ出し、庭の水やり、サロン活動のお手伝い、など

お申込・お問合せ 総合生活支援センター 長岡京市指定管理者 社会福祉法人長岡京市社会福祉協議会 きずなグループ

生きがいつくり、
健康維持のために、
チャレンジして
みませんか？



きりしま苑で開催

山内式気功体操

日時 ①12月8日(木) ②12月23日(金)
午前10時から11時30分

対象 長岡京市民で60歳以上の方

申込 11月25日(金) 締切 抽選20名

参加費 無料 講師 山内式気功体操 代表 山内直美氏

内容 「競わす」をモットーとした気功体操。呼吸法を使いながら楽しく全身をほぐします。自分のペースで気軽に体を動かしてみよう。



モフトレ～無理なく楽しく体操しよう～

日時 ①11月30日(水) ②12月27日(火)
午前11時から11時30分

対象 長岡京市民で60歳以上の方

申込 ①②とも11月15日(火)

午後2時受付開始 先着各5名

参加費 無料

内容 きりしま苑のデイサービスで使用している専用バンドを手首や足首等につけて数値測定をしながら体操をします。



子育てママのためのカウンセリングルーム

～おやこのいっぽの会と共催～

日時 ①11月28日(月)
②12月26日(月)
午前10時30分から正午

対象 未就学児がいる保護者

申込 受付中 先着各1組 参加費 無料

子育て
相談



お申込・お問合せ きりしま苑管理・老支グループ

故 海老英子追悼 中村哲医師 写真展



日時 12月17日(土)～20日(火)
午前10時から午後6時

場所 バンビオ1番館2階市民ギャラリー

入場 無料

故人の海老英子様より、長岡京市社会福祉協議会に多額のご寄付を賜りました。海老様の生前のご意志によりこの写真展を共催するものです。

長岡京市社協
ホームページ



災害ボランティア
センター
Facebook



ボランティア
センター
Instagram



きりしま苑
Facebook



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(指定管理者)

〒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)

【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。

○きずなグループ(長岡京市総合生活支援センター指定管理者)

TEL (075) 963-5137 FAX (075) 963-5509

○地域支援グループ ○相談支援グループ(キャンパス)

TEL (075) 958-6912 FAX (075) 958-6909

○包括支援グループ(長岡京市東地域包括支援センター)

TEL (075) 963-5508 FAX (075) 958-6909



長岡京市立地域福祉センターきりしま苑(指定管理者)

〒617-0832 京都府長岡京市東神足2丁目15番2号

【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。

○管理・老支グループ(長岡京市立地域福祉センターきりしま苑指定管理者)

TEL (075) 956-0294 FAX (075) 956-0290

○総務グループ

TEL (075) 955-5601 FAX (075) 952-2597

○居宅介護支援グループ ○サービス支援グループ

TEL (075) 956-0294 FAX (075) 956-0290



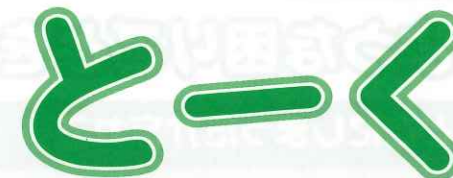
※お掛け間違いのないようご注意ください。

※新型コロナウイルスの影響でイベント等を中止する場合があります。詳しくは各問合せ先へご確認ください。

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



111号
令和4年
11月

『共同募金助成〈一般公募〉』 募集します



今年度の財源は歳末たすけあい募金です。

「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 令和4年12月1日(木)～12月23日(金)

申請方法 申請書を長岡京市共同募金委員会事務局(長岡京市社会福祉協議会)で配布します。また、長岡京市社協ホームページ「共同募金のこと」に書式が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。(去年一般公募で助成を受けた団体は連続して申請することはできません。)

助成内容 (A) 備品・物品購入費・・・1団体につき50,000円を限度。
令和5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、令和5年3月31日までの活動を対象とする。
※なお、(A)(B)ともに、すでに支払われたものについては助成はおこなえません。

★詳しくは長岡京市共同募金委員会事務局(長岡京市社会福祉協議会内) TEL 958-6912 ★

「新型コロナウイルス感染症に負けない地域づくり事業助成」受付中

地域福祉活動の担い手であるボランティア団体・NPO等のwithコロナの社会における新たな活動への移行や組織づくりを応援するために、「新型コロナウイルス感染症に負けない地域づくり事業助成」を今年度も実施します。(財源は歳末たすけあい募金です。)

審査はプレゼンテーション方式です、概要はホームページでご確認ください。(裏面左のQRコードで検索)

プレゼントクイズ! クイズに答えてセミオーダープリントが できるクリアファイルをもらおう!

Q. 全国的に10月から始まるのは赤い羽根共同募金。12月1日から始まる募金は
歳末たすけあい募金。(歳末たすけあい募金は共同募金の一環です。)
共同募金が活用される対象は?

A. ①海外協力隊 ②福祉活動を行う団体 ③医療従事者

応募方法 はがきに右下の応募券を貼り、①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号
⑤とーく感想 ⑥クイズの答え をご記入のうえ、ご応募下さい。

あて先 〒617-0832 京都府長岡京市東神足2丁目15-2 きりしま苑 宛

応募締切 12月1日(木)消印有効 ※応募いただいた個人情報は商品の発送にのみ使用させていただきます。当選者には直接ご連絡をさせていただきます。

正解者の
中から抽選で5名の方に
あなたオリジナルの
クリアファイルを
プレゼント!



クイズ
応募券



福祉サービス利用援助事業(地域福祉権利擁護事業)

～このような困りごとを一緒に解決します～

通帳をどこにしまったか忘れる…

通帳や書類等の管理をお手伝いします。

お金のやりくりがうまくできない… 公共料金の支払が不安…

金銭管理に関する相談、助言や生活費の払戻し、公共料金・家賃・医療費等の支払のための金融機関への同行又は代行を行います。

いろんな書類の整理が出来ない… 役所などからの書類の手続きが心配…

郵便物の内容を一緒に確認します。行政等への必要な手続きのお手伝いをします。

福祉サービス利用援助事業(地域福祉権利擁護事業)は、高齢や知的・精神に障がいがあるために、判断能力が十分ではなく、一人での地域の生活に不安がある方に対して、福祉サービスを利用するための手続きや日々のお金の管理などを援助する制度です。



お問合せ 相談支援グループ(総合生活支援センター)



長岡京市社会福祉協議会が ガチャポンを設置しました

社会福祉協議会(バンビオ2階)にガチャポンを設置。イベント時には現地に移動します!! 売り上げは地域を良くする活動(災害ボランティアセンターや赤い羽根共同募金の事業等)に使われます。是非、回しに来てください!

お問合せ 地域支援グループ



秋のフェスティバル ご来場ありがとうございました!

開催報告

9月15日開催「知って納得! 備えて安心! 介護保険～訪問介護の支援内容～」



今年で4回目の開催となった今回の講座は、訪問介護を利用するまでの流れから、ヘルパーさんの実態や現状について、支援可能な内容・具体的なエピソード(2事例紹介)についてお話を頂きました。

7名の市民の方々が参加してくださり、事例を通して、利用されている方が元気になる状況に驚かれたり、介護保険のヘルパーができる事・できない事〇×クイズでは、少々苦戦されたり……。短い時間でしたが、和気あいあいとした雰囲気の中、開催する事ができました。

お問合せ きりしま苑 居宅介護支援グループ



新たな知識で心も体も元気に! ~自分サポーター養成講座~

高齢期の健康づくりのお話と、市内のお店のご協力のもと、日々の暮らしで楽しく実践できる知識を学びました。

♪ コーヒーでつながろう ♪



コーヒーでつながろうでは、春風珈琲の目下部さんから美味しいコーヒーの淹れ方を学びました。男性を中心とした参加者たちでコーヒーを淹れながら交流を楽しみ、人のつながりにコーヒーを活用する体験をしていただきました。

♪ キレイで元気になる メイクアップレッスン ♪



長岡京市セブン商店会にある美容サロン「MINT HOUSE」さんより、マスク生活に欠かせないベースメイクと眉メイクのポイントについて学びました。今回の学びをご自身で実践して出かけるのが楽しみとなりました。



地域に元気のおすそわけ～地域お助けサポーターの紹介～

地域お助けサポーターは、高齢者のちょっとした困りごとの解決に「ご自身のできること」や「得意」を活かす活動です。講座受講後、活動します。地域お助けサポーター養成講座開催の詳細は裏表紙へ
今回、60カフェで活動するサポーターの山本さん・瀬戸さんにインタビューしました。

サポーター

山本さん

Q. 講座を受講したきっかけは?

A. 60カフェでボランティアしてましたが、社協職員から案内があり受講しました。

Q. 今、どんなボランティア活動をされていますか?

A. 60カフェのスタッフとして、来てくださる方へ飲み物とお菓子の提供とお話したり。

Q. 活動を長く続けるコツは?

A. 仕事をリタイアし、ずっと家にいたら人と接する、話す機会がなくて。カフェに来てくださる方、一緒に活動するスタッフとお話が良い刺激になっているのと楽しいからだと思います。出かける場所があるって良いですね。元々人見知りではあるんですよ。



サポーター

瀬戸さん

Q. 講座を受講したきっかけは?

A. 知人から講座のことを知り、受講しました。

Q. 今、どんなボランティア活動をされていますか?

A. 60カフェとお助けサポーターの活動ではないですが、依頼があればハーモニカ演奏もしています。

Q. 活動を長く続けるコツは?

A. ボランティアは他の活動含め15年以上になります。もともと家でじっとしているのが嫌いで。忙しくしている方が好きだからでしょうか。広報を見て興味のある催しは、友人と出かけるようにしています。



さくまる

60カフェとは?

楽しいひと時を「共有し」楽しさを「分け合う」をコンセプトに概ね第4火曜午後2時から3時30分きりしま苑で開催しています。飲み物+お菓子50円で出入自由、お気軽にお越しください。



おかげさまで6周年

60カフェ周年祭開催

日時 12月20日(火) 午後2時から3時30分

場所 きりしま苑 2階

内容 さわやかおとくに/がんちゃんのウクレレ演奏



お申込・お問合せ 総合生活支援センター 長岡京市指定管理者 社会福祉法人長岡京市社会福祉協議会 きずなグループ