

右京の福祉活動を発信！

ウェル BOX 右京 2024

地域福祉の
玉手箱



ウェル BOX右京は、右京区の「優しい活動」を多くの方に知っていただき、ともに活動に参加して欲しいという思いで発行しています。

誰もが帰ってきたいと思えるまち、何気ない優しさが広がるまち、安心して暮らせるまちの情報をお伝えします。

川柳を通して

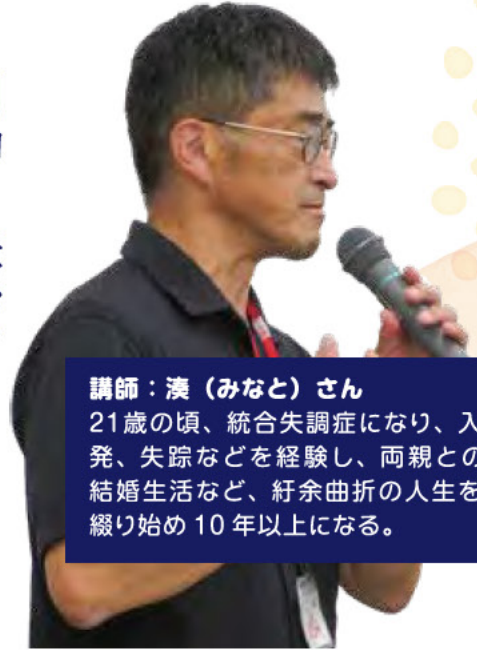
語る

私の世界

人の役に立ちたい。一障がいがあるから不幸なの？一病気や障がいの理解が進み、少しでも安心して暮らすことのできる地域を目指して

川柳という人生の宝物に出会って

「川柳を作ることを通して、自身の気持ちや状況がはつきりすることが、自分にとってすっきりしました。仲間に褒められて、くすぐったくも嬉しかったです。」きっかけは、俳句を詠んだこと。職場の仲間に「いいね！」と言われたことで、自己肯定感も高まった。以降、10年以上、作り続けた川柳は「川柳手帳」となり、湊さんの宝物だ。



講師：湊（みなと）さん
21歳の頃、統合失調症になり、入院や再発、失踪などを経験し、両親との関係・結婚生活など、紆余曲折の人生を川柳で綴り始め10年以上になる。

川柳と講演を通して、 変わる自分

人前で、障がいのことを話す機会が訪れたのは、亀岡市の作業所で働いているとき。その後、大学で話をしてほしいと声がかかり、初めて人前で話した。自身の実体験や失敗したことを自分の言葉で語ることは、時には不安や、怖さ、恥ずかしさもあつたが、自分を見つめなおす機会となった。これからも、障がいについて知ってもらったり、理解をしてもうぎっかけになったり、広く統合失調症のこと、精神障がいへの理解を広げていきたい。湊さんは考えている。

地域福祉推進・学習会 「川柳を通して語るわたしの世界」

2024年9月27日（金）
イオンモール京都五条にて開催
主催
右京区地域福祉推進委員会（アクティブネット）、
右京障害者就労・生活事業所ネットワーク（U-ネット）



自分にとって 病気は不幸 ではなかった

「縁」をととても大切にされている湊さんは、「川柳との出会い、支えてくれる人との出会いにとっても感謝しています」と語る。人生の転機をそれぞれ川柳でまとめながら、一方で聞いた人に考えてほしいと、「障がいはいは不幸ですか？」と問う。聞かれた方がそれぞれに考えてもらうことが大切なこと。万人にとつての答えにはならないが、湊さん自身は、「病気に

参加者の声

ならなければ気づけないこともたくさんありました。だから、私にとって病気は不幸ではありませんでした」と語る。

当日のグループディスカッションでは、「本人から聞かせていただいた話が、川柳に乗せられて、言葉や思いが心に届いた」「生活の伴走者として、利用者さんとかかわりを持ってきたけれど、人生の伴走者として、利用者の方に寄り添っていただけらと感じた」「ゆっくり歩く方がいたら、一緒にゆっくり歩くことができる社会になったらいい」など、湊さんの話をしっかりと受け止めた地域の方や福祉事業所の方の声が聞かれた。

幸せになるのは、 今このとき

「手のひらサイズの暮らしの場で、「幸せ」に向けて生き生きと暮らすことが出来る社会。そのような社会を「地域共生社会」と呼びたい。

国や京都市では、誰もが自分らしく地域に参加したり、活躍したり、居場所が確保できる「参加支援」や「地域づくり」を進めようとしています。

しんどさを一人で背負い込んでいる人、病気を抱えている人、厳しい環境にいる人が元気になるきっかけはなに？
もしそれが「つながり」にあるのなら、「自分が参加していいの？」そんな思いを抱く方々が安心して訪れることができ、たくさん居場所（コミュニティ）をつくりたい。

右京区社会福祉協議会では、何年後、何十年後もそこで暮らし続けられる地域づくりを目指し、そのために「今が幸せなんだ、ワクワクして楽しい」と思える時間や空間にこだわった活動を広めています。



右京区社会福祉協議会の職員

例えばこんなところ…
**みんながいる場所
わたしがいる場所
ここにココカフェ**



サンサ右京1階のMACHIKOで、月1回開催している「ここにココカフェ」。
「コーヒーを淹れるボランティア」、「認知症サポーターとして活躍する人」、「ここにココカフェを知ってもらおう案内人」、「当日の企画ボランティア」、「地域の歴史を伝える人」、「月1回友人に会いにくる人」、「一人暮らしだから、今日はここで誰かと話してきた人」、「ふらつとちよつと一息しにきた人」…
そこに来る人たちの、いろいろな「参加」が垣間見えます。

「受け手」が、 「支え手」に

そんな人たちが参加する中に、いつもは福祉サービスの支援を受けているKさんがいます。
ここにココカフェの中では、「カフェへの呼び込み人」のボランティアとして、大きな存在です。「コーヒー飲んで、ゆっくりして行きませんか？ ここにココカフェやつてますよ」。Kさんの温かい声かけで、ここにココカフェを知らない人も、ちよつと寄ってみようと、集まってきてくれます。

誰もがいろんな 立場で「参加」

「ここにココカフェは自分にとって楽しい場所、楽しくなければボランティアも続けられない」とKさん。「作業所に行っている自分も、しんどくて家にももってきたいと思う自分もいる。体調や気持ちの波もある私だけど、今の、今日のこの時間に、できるボランティアを自分なりに探して活動している」と。
誰もがありのままの自分で、今できることをする場所「ここにココカフェ」。今日もコーヒーの香りと柔らかい雰囲気を引き寄せられる私やあなた、みんながそこに集い合う。



カオモココロもニコニコ
にこにこカフェ
ワークショップやいろんな企画も開催！

日時
第4火曜日
13:30～15:30
場所
サンサ右京1階 MACHIKO

にこにこカフェとは？

誰かとつながりたい、何かすることがほしい、安心できる居場所がほしい方など。ふらりと立ち寄って誰かと話をしたり、コーヒーを飲んでひと息ついたり、思い思いの時間を過ごしましょう。みなさまのお越しをお待ちしています！

お問い合わせ
社会福祉法人
京都市右京区社会福祉協議会
TEL.075-865-8567

人生100年時代、定年後の暮らしの中で「社協」と
出会い、生活支援員として活躍する2人の男性を紹介。

ピックアップ福祉ビト

経験豊かな「シニア」の活躍が、右京に笑顔を広げる — 日常生活自立支援事業 生活支援員の活動から —



八木さん

4年前に30年以上勤務した生命保険業を定年退職。最後の部署では、障がい者の就労定着のサポートに携わった。

まずはやってみよう、今できることを無理せずに

「案ずるよりも生むが易し」母のよく言っていた言葉だ。地域の福祉活動に携わっていた母親の姿も後押しし、「生活支援員養成研修」に応募。現在は、月に5回生活支援員として活動する。

地域住民の目線で活動を

「こんにちは、八木です」穏やかな表情とともに、安心感のある言葉使いで利用者に語りかける八木さん。「相手が笑顔になると、こちらもほっこりする」。相手の表情が曇ると「上手く伝えられなかったかな、次は気をつけよう」と支援活動を振り返る。

活動で意識していることは「色眼鏡をもたずに。距離感も大事にしながら、自分のカラーも大切に関わるようにしている。困ったことがあれば、社協の専門員に相談しながら一緒に関わっている」と、現役時代に培った経験とともに、生活支援員として活動をするその姿は、魅力的な「福祉ビト」だ

介護経験で得た「人とつながる」気持ちを、新たな一歩へ

藤井さんには認知症の母の介護経験がある。不安の中での介護だったが、母の利用する介護サービスの職員から、介護者である自分も随分と励まされた。「人への感謝」が育まれる時間だった。生活支援員は、そんな経験を終えた時に会った活動だ。「やってみたら」の家族の後押しもあり、はじめてみることに。

小さな変化を支援につなげる「生活支援員」

藤井さんは、知的障がいのある方を担当してきた。日々の支援では、何気ない話を大事にしている。「野球の話や時事ネタ、色々話しますよ」と。ある日、担当する彼は、就職のために職場体験をしたと藤井さんに報告していた。その後無事に就職が決まった彼。いつも励ましてくれていた藤井さんに一番に伝えたそうだ。

「生活支援員は、緊張感のある活動だが、人の痛みを共有できた上で、人とつながっていく活動だ」と藤井さんは言う。「相手との何気ない雑談から気づく、小さな変化を社協の専門員に伝えていくことも生活支援員には必要なことだ」とも。「〇〇さん、今日はこんなだったよ」と報告してくれるシニアの「福祉ビト」が今日も地域で活躍中だ。



藤井さん

警察官を退職後、執筆やボランティア活動等、様々なことに挑戦してきた。

日常生活自立支援事業
生活支援員募集

高齢者や障がいのある方が、地域で安心して生活するために、金銭管理等を担っていただく方を募集しています。

社会福祉協議会では、「生活支援員養成研修」を行い、活動にあたっては社協の職員のサポートのもと、活動をしていただけます。

詳しくはこちらから



学区レポート 地域の笑顔をささえる

山ノ内社協 笑友の会（障がい児者部会）

「障がいのある人もない人も当たり前に暮らせる地域にしたい」そんな想いから令和5年に立ち上がった「笑友の会」。障がいのあるご本人や家族からの声を聞き、希望に沿った活動を…と、話し合いを重ねる4名の中心メンバーに、会への想いを聞きました。



佐藤会長

「ご本人やご家族が何を求めているかを知りたい」そんな想いから、アンケートや声を集める機会を大切にしている佐藤会長。

「私がPTA役員るときはのノーマライゼーション研修の学びから、地域福祉として障がい児者部会を立ち上げました。誰もが平等に暮らせる、そんな地域にしたいとの思いのある仲間と、共にすすめていきたいと思えます。地域からの幅広いご支援をお願いします」。

「ご自身も障がいのある子どもを育てる父として、また福祉専門職として



廣瀬さん

「笑友の会」に関わる廣瀬さん。

「障がい」というと理解のしにくさもあるかもしれないけれど、誰もが転びそうになったら支えたり、自販機に小銭が入れにくそうだったら手伝うでしょう。何か特別なことをするのではなく、困ったときに「手伝って」と気軽に言えたり、「手伝うよ」と言える関係ができたらいいですね。

元民生委員の山家（やまが）さん



山家さん

「障がいのある方が困ったときには困ったと言える。『山ノ内』だったら気軽に声がかけあえる、そんなちょっと知ってる地域のおばちゃんになりたいです」。

ガイドヘルパーとして視覚障がいの方を支援している高野（たかの）さん



高野さん

「障がいのあるわが子がスタッフとして地域の取組に参加できたら素敵だと感じる」との声を聞き、私の孫が地域活動のお手伝いに参加してとても喜んでいたことを思い出しました。参加者も役割があることで、楽しさとやりがい、出会いがたくさんうまれたらいいですね」。

地域の中で少しずつ接点を増やすこと

構えたり、特別なことをするのはなく、気軽に集えるお茶会や、相談ができる場づくりを大切に考える「笑友の会」。地域のまつりなど、普段の取組に障がいのある方も参加しやすい工夫やアイデアを出し合い、日々活動に取り組みされている。



常磐野社協 「出生祝い事業」



常磐野社会福祉協議会 田中会長 桑田さん

令和元年度から始まった常磐野社協の「出生祝い事業」では、町内会を通じて、新生児のご家庭を把握し、「常磐野の一員になってくれてありがとう！おめでとう」の気持ちを込めてお祝いされている。

「子育ての迷いや不安を感じた時に、相談できるところがあると知っていただいたり、何より、身近に顔見知りが増えることが子育ての安心に少しでもつながるのではと思っています」と田中会長。「訪問に伺うときには、普段使っているおむつとサイズの希望を聞き、常磐野社協で活動する手芸部の作品とともにお渡します」。手作りのスタイ（よだれかけ）から花かごまで、どんな作品が届くかはお楽しみ♪桑田さんが制作する広報誌「ときわの未来」では、常磐野で生まれた赤ちゃんの写真や子育て情報が掲載されている。



高齢者の居場所・子どもの居場所づくり

01

龍安寺参道商店街 × 京都生協

高齢者・地域買い物支援

「いらっしやい！」

毎週水曜日11時30分、龍安寺参道商店街の一角に、にぎやかな声が聞こえてくる。

令和6年4月に地域住民に愛されていた商店街のスーパーが火事にあい、閉店してしまった。その他の食品スーパーは商店街から離れており、高齢者世帯から買い物支援を求める声が上がっていた。その声に応えようと、商店街事務局が右京区社会福祉協議会に相談し、京都生協の移動販売が7月からスタートした。

「食パンある?」「バナナどれがいいかしら〜?」「この焼きそば美味しいよ」と楽しそうに買い物をされる住民の方々。「遠くまで買い物に行けないので助かっています」と次々買い物がごに商品を入れていく。商店街事務局の片山さんは、「地域の人たちとのコミュニケーションや見守りの場としても今後も移動販売を続けていけたらいいな」と笑顔で話す。移動販売は、ただ買い物をするだけでなく、孤立防止にもひと役かっている。



毎週水曜午前11時半から30分間、生鮮食品や青果、菓子類、総菜などをそろえて民家の駐車場で営業。「電車に乗らなくても買い物に行けるのが助かる」と近隣の方々、特に高齢者に好評。

02

子どもの居場所・親子の居場所

大人になって思い出す場になるように

コロナ禍、人と人とのつながりを大切にしたいと龍安寺参道商店街が開設した「とんぼの家」は今年で4年目を迎える。高齢者の居場所活動を行っていたり、下校時の子どもたちが宿題をしにきたりと、毎日多くの人々が訪れている。とんぼの家に活動拠点を構える「キッズキッチンえがおの家（運営：NPO法人えがおの家）」の運営者のおひとり吉野さんは「商店街と連携し、子ども達が遊ぶかたわらで、保護者もご近所の方も会話を楽しみ、昔ながらの温かい時間が流れるアットホームな場所です」と笑顔で話す。取材に伺った8月某日は、太秦農事研究会の方からいただいたピカピカの新鮮な夏野菜が！「私たちが育てた野菜を使ってほしい」との思いを受けた子ども食堂の調理スタッフが腕をふるい、色とりどりの野菜料理8品を食事にきた親子みんなで美味しくいただいた。

寄付をいただいたときは、SNS投稿や来てくれた方に報告するという吉野さん。「子どもたちの楽しそうな姿を見ているとスタッフも嬉しい気持ちになる」と話す。その気持ちは応援してくださる皆さんのおかげと「感謝」に変えて伝えている。

子どもが大人になったときや親が子育てを終えたときに、キッズキッチンえがおの家が「お野菜もらったよね」「楽しかったね」と思い出してくれる場所になり、「次は自分が誰かのために」と未来に思いを繋げたいと活動を続ける。



キッズキッチンえがおの家 吉野さん（左）
商店街事務局 片山さん（中央）
とんぼの家 勝山さん（右）



太秦地域の生産者で構成する「太秦農事研究会」から、うれしい新鮮野菜の寄付。旬の栄養たっぷり、キッズの笑顔もパワーアップ！

わがまちの福祉ヒーロー

「ごはん」で

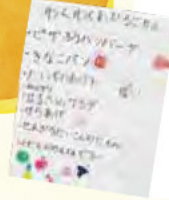
つながりと

笑顔をつくる

みんなで、わくわく楽しくごはんがたべたい！右京区には、食を通じたつながりや交流活動に取り組む方々がたくさんいます。今回は、京北と西院の取り組みをご紹介します。

わくわく
おひるごはん

給食
ボランティア
×
学童クラブ
×
社協



学童の職員や、学童に子どもを通わせる保護者の「長期休みはお弁当づくりが大変」の声に、「何かできないか」と、令和3年から開始されたのが、この「わくわくおひるごはん」だ。

京北には約20の給食ボランティアグループがあり、担当グループを変えながら支援が続いている。対象は、学童クラブに通う子どもたち。（申し込み制）



黒田・菜の花グループのみなさん

黒田・菜の花グループ

今回取材に伺ったのは、「菜の花グループ」のわくわくおひるごはん。京北・黒田地区で高齢者に月1回の給食サービスを実施するグループで、その活動は20年以上続いている。普段の高齢者への給食の調理では、15〜20食をつくる。

「久しぶりに50食を作る！と思うと緊張もありました」と話すのは内田さん（写真左から2人目）。長年学校で給食調理員として働いた経験を活かし、退職後に「菜の花グループ」でのボランティア活動に参加している。「保護者の方が、1日でも少し休める日ができたらいいなと思います」。

学童の先生から「みんなたくさんおかわりをしてくれました。トマトが苦手な子が、トマトのマリネを美味しい！といくつも食べていました」とお聞きし、参加したボランティアの方々は、子どもたちに負けない笑顔を見せていた。

次は周山①グループ

次にこの「わくわくおひるごはん」の作り手を引き継ぐのは、京北・周山地区で活動する「給食サービス・周山①グループ」。「普段はお弁当を作り、高齢者のもとにお届けするのは民生委員さんなので、今回は食べる人の顔が見えるのが楽しみです、ドキドキしています」と、メンバーは準備に励む。「野菜をとってほしいね」「こんなアレンジは？」と、ときにはスマホで検索しながらアイデアを出し合う。最近あったことや、お料理のひと工夫、嬉しかったことや、困っていることなど、打合せの場は「情報交換の場でもあるんですよ」と、ボランティア活動でコミュニケーションも楽しんでいる。

わくわく
あさごはん

西院包括圏域
福祉事業所

コロナ禍の影響もあり、話をしながら食事をする機会が減っている。「楽しく気軽に朝食を食べる機会がくれたら」



あさごはんは正しい生活のリズムをつくる大事な一歩。おにぎりとお味噌汁でも大丈夫♥無理なくはじめてみませんか。

と、山ノ内・安井・西院第一・西院第二学区で福祉に携わる事業所が「地域に対してできること」を考えた。「高齢者や子どもたちだけでなく、障がいのある方にも、簡単に握れるおにぎりやインスタントのお味噌汁で十分に朝ごはんが食べられることに触れてもらえたら」と『おにぎりを自分で握って食べるわくわくあさごはん』を開催。

あさごはんをきっかけに、 顔の見えるつながりを

「これを握ったらいいの？」と高齢の女性が尋ねると、事務所の職員は、にっこり笑って「握ってください」と促す。「い形ができましたね。おいしそうです」と会話を楽しむ。出来にくくなったことや、不安に感じていることを、同じ会場にいるケアマネジャーに相談する方もいる。専門職と地域…。顔の見えるつながりを大切に、一歩一歩取り組みを進めている。

令和6年度

右京区社協・賛助会員

ご加入のお願い

誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくりのため、地域の福祉活動をすすめる財源にご協力をお願いします。

31.9%
区域の
地域福祉
活動のために

賛助会費の
使途
12,132,325円

38.1%
学区社協
助成金

令和5年度
賛助会費の使途内訳

30%
学区社協への
還付金

教えて
教えて-

社会福祉協議会とは？

社会福祉協議会（以下、社協）は、地域住民や社会福祉関係者の参加により、地域福祉の推進の役割を担い、さまざまな活動をおこなう非営利の民間組織です。京都市では市・区・学区の三層の社協活動を推進し、学区社協が最前線となり居場所づくりや見守り活動、相談事業等を展開し、市・区の社協が学区社協活動の後方支援を行っています。

賛助会員制度とは？

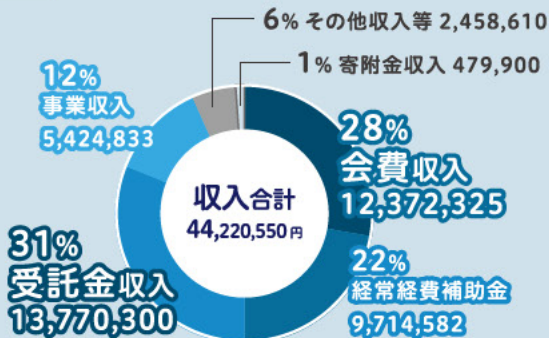
右京区社協では、区民の皆様のご理解と参加・応援のもと、区社協と学区社協が取り組む地域福祉活動を充実させるため、賛助会員を募集しています。賛助会員とは、区社協と学区社協の活動の趣旨・目的に賛同し、区内の地域福祉活動を財政的にご支援いただく「地域福祉の応援団」です。

令和5年度 賛助会員募集実績一覧

学区名	賛助会費(円)
太秦	2,146,000
南太秦	458,500
常盤野	658,500
安井	567,300
嵯峨野	703,550
山ノ内	505,300
西院第一	417,840
西院第二	653,000
梅津	342,300
北梅津	358,500
嵯峨	1,003,000
広沢	481,500
嵐山	202,000
宕陰	70,000
水尾	17,000
花園	546,200
御室	456,200
宇多野	453,000
高雄	415,000
西京極	554,385
葛野	339,000
京北	784,250
合計	12,132,325

区社協本部拠点区分

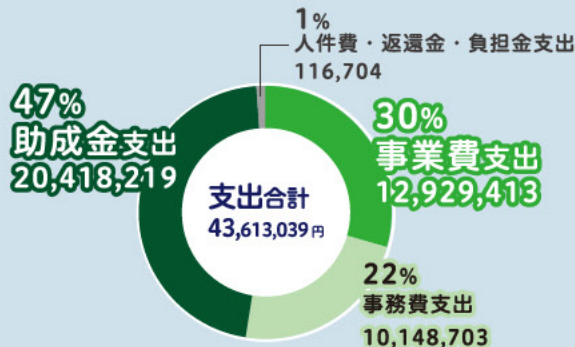
収入内訳



令和5年度 決算報告

区社協本部拠点区分

支出内訳



令和5年度事業報告書、収支決算書は本会ホームページに掲載しています。

地域福祉活動へのご寄付をいただきありがとうございました。(令和5年8月～令和6年7月)

- 株式会社 信天堂 様 ■一般社団法人京都府不動産コンサルティング協会 様
- 京北グラウンドゴルフクラブ 様 ■京建労 右京支部京北分会 様 ■太秦農事研究会 様 ■その他匿名者

《個人情報の保護について》

本会は、社会福祉法人京都市右京区社会福祉協議会「個人情報保護規程」により、個人情報の適正な取得と管理に努めます。(賛助会員募集にあたってお受けした個人情報は、募集事務のみに利用し、それ以外に使用することはありません。また、その管理につきましても適正に行います)

《賛助会員募集期間》 令和6年12月～令和7年2月

《賛助会費》

個人一口 500円/年(1口以上)

団体・企業一口 10,000円/年(1口以上)

※納入方法は、お住まいの学区によって異なります。詳しくは、学区役員などお世話いただく方等にお尋ねください。

※個人・団体・企業等で、領収書(税控除付、区社協会長名)が必要な場合は、区社協にお尋ねください。

