



特集

# 公園体操 つながり 元気を生み出す

お問い合わせ先 下京区社会福祉協議会 TEL.(075)361-1881

## 真宗本山佛光寺境内でのラジオ体操



**場所** 真宗本山佛光寺境内  
**日時** 境内がお借りできる日(不定期)  
8:30~8:45  
※ラジオ体操カレンダー(佛光寺内に掲示)をご確認ください  
佛光寺の境内をお借りして、ラジオ体操を実施しています。どなたでも自由に参加でき、観光客や通勤の方も参加可能です。

## 綾西・朝のラジオ体操



**場所** 綾西公園  
**日時** 平日の毎日  
7:40~8:00  
※雨天中止  
15名前後の参加者でラジオ体操を実施しています。夏になると子どもが参加される等、どなたでも参加可能です。

## 東本願寺前の噴水広場でのラジオ体操



**場所** 東本願寺前の噴水広場  
**日時** 火 9:30~  
※当日8:30時点で雨天の場合中止  
30分ほど音楽に合わせて体操を行ないます。どなたでも参加が可能です。

## 七条第三公園体操おはよう会



**場所** 石ヶ坪公園  
**日時** 月・水・金 8:30~  
30分ほど音楽に合わせて体操を行ないます。どなたでも参加が可能です。

## 開智学区(京都市学校歴史博物館の運動場)ラジオ体操



**場所** 京都市学校歴史博物館の運動場  
※令和3年1月以降は場所を「金光教教会前(麩屋町通仏光寺上る東側)」に変更して実施しています。  
**日時** 火・木 9:30~9:45  
※雨天中止、年末年始中止  
15名前後の参加者でラジオ体操を実施しています。どなたでも参加可能です。

## 体操参加者からの声

体操の合間の休憩時間に参加者と座ってお話することも楽しみとなっています。

一人暮らしで、この体操がないと1日どこにも外に出ない日となるので、休まず参加しています。

遠方にいる家族から施設入所を提案されているけれど、住み慣れている自宅で今後も生活したいので、在宅生活が可能となるように週3回でこの体操を頑張っています。今はこの体操が私の生きがいです。

## ● 現在は新型コロナウイルス感染症の流行状況をみながら活動されています。

コロナ禍で、密になりがちで多くの住民が集まるサロンや集いができず、友人やご近所の身近な仲間の大切さを改めて再確認しました。ラジオ体操やウォーキング等はつながっていることの実感や、それによって生まれる安心感が得られています。密になりがちで多くの住民が集まるつどいは休止になっても、ラジオ体操等の時にはお互いが気に掛けあう姿が多くみられました。みなさんも、お近くのところに参加してみたいはかがでしょうか。気にかけて、支え合う地域を目指し、『新しいつながり方』を実践していきましょう。

発行: 社会福祉法人  
京都市下京区社会福祉協議会  
下京区ボランティアセンター  
下京区地域福祉推進委員会  
下京区地域支え合い活動創出コーディネーター

住所: 〒600-8166  
京都市下京区花屋町通室町西入乾町292  
京都市下京区総合福祉センター 3階  
TEL: (075)361-1881  
FAX: (075)361-1663  
メール: fukusi09@mediawars.ne.jp  
ホームページ: http://mediawars.ne.jp/fukusi09/



1階は下京老人デイサービスセンター、  
2階は下京老人福祉センターです!



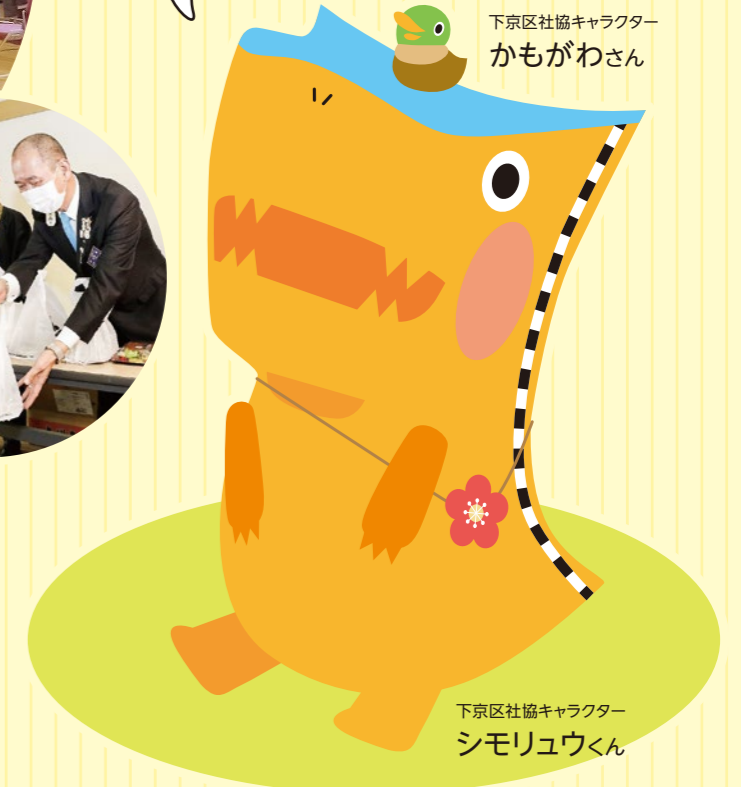
# 下京区 社協だより

Shimogyo Ward Council of Social Welfare Publicity Papers

第39号 2021年2月発行

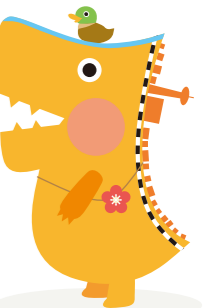


コロナ禍でもつながりを絶やさない、  
分野を越えた助け合いの活動を  
紹介するよ!  
僕たちと一緒に見ていこう!



- 学区社協アンケート結果
- コロナ禍での学区社協活動
- コロナ禍での下京区内における様々な取り組み紹介
- みんなで公園体操特集!!

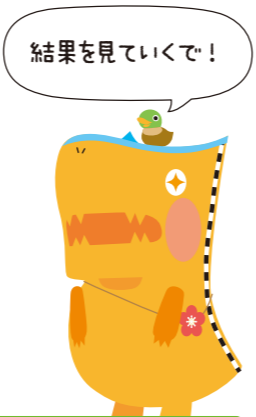
下京区社協キャラクター  
シモリユウくん・かもがわさん  
何にでも興味津々! 社協の5歳の男の子  
下京区の形をしたシルエットが特徴のシモリユウくん。  
わからないことがあったら、物知りなかもがわさんにすぐ質問!  
親代わりのかもがわさんが、なんでも教えてくれるよ!



# 新型コロナウイルス感染症拡大防止による 学区社協活動に関するアンケート調査を実施!!

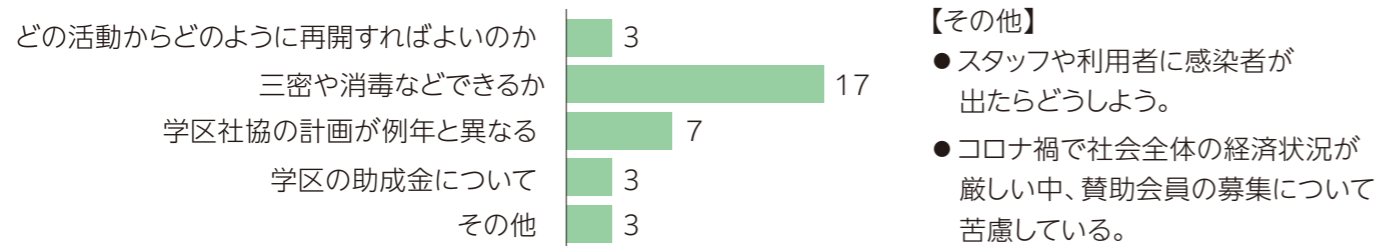
(実施月:6月)

区社協、下京区地域福祉推進委員会、下京区地域支え合い活動創出コーディネーターで、コロナ禍における地域福祉活動について、学区社会福祉協議会(通称:学区社協)を対象にアンケート調査を実施しました。



## ◆6月実施 学区社協活動に関するアンケート

### 1 活動再開にあたっての心配事



- Point!**
- 三密を避けることや消毒などきちんと行えるかどうか心配されている学区が多い。
  - 賛助会員の募集など、地域福祉活動の財源に直結する課題も出てきている。次年度の活動に影響が出る恐れもある。

### 2 利用者、参加者、見守り対象者からの心配事の把握

- | 外に出られないストレス  | 外に出られないことによる影響  |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● 家以外の居場所がなくなり精神的につらい。</li> <li>● ひきこもりにならないか心配。</li> <li>● ソーシャルディスタンスが心理的距離感を拡大し、人間関係を希薄にさせるのではないかな。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 話し相手がなく孤独。</li> <li>● 家族関係が濃密になることで弊害が出てきそう。</li> <li>● 歩く事が少なくなり、体重が増えたり、体力が低下したり心配。</li> </ul> |

### 3 コロナ禍において、学区で何かしてみようと思っている活動について

- 事業の見直し**
- 三密回避の事業を模索。
  - 従来の活動や事業の見直し、再点検。
  - 集まる活動は中止し、見守り活動など、感染リスクの低い事業への移行。

緊急事態宣言解除後に、アンケート調査を実施しましたが、これまで経験したことのない状況下において、活動の見通しがなかなか立たない状況であることが、アンケートからわかりました。

また、日々の報道で、医師や専門家によっても解釈や対応方法が違うことから、活動再開についてどうすればいいのか分からない状態が続いていました。

区社協では、アンケートのご意見を基に、研修会・講座の企画や、コロナ禍でもできるプログラムの助言、物品提供、情報発信に努めました。

3ページではコロナ禍で活動された、学区社協の活動を掲載し、4ページからは学区社協以外の下京区内の地域福祉活動を時系列で紹介しています。



# こんなときだからこそ、実施した地域福祉活動をご紹介します!!

## 見守り・訪問活動

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、外出自粛を余儀なくされ、「人と話す機会が減った」、「一日中テレビを見ているだけ」、「お友達や家族と会いたいけど、我慢している」と多くの方がお話されていました。

このような状況だからこそ、地域の「顔の見える関係」「人と人との絆」を絶やさないために、多くの学区で、定期的な見守り訪問活動を継続して実施されました。情報提供のチラシなどをお渡しするとともに、近況や困りごとがないか尋ねていました。



訪問時の様子

- Point!**
- 担い手の方は活動前に検温・手指の消毒の実施
  - 担い手の方はマスクの着用を徹底
  - 訪問時には、コロナ禍で役に立つ情報チラシなど情報発信も忘れずに
  - 対面時間はなるべく短く ● 不在時は、ポストインも選択肢に

## 健康すこやか学級

京都市からの委託事業である「健康すこやか学級」は介護予防の一環として各学区で運営されています。



(手指の体操・認知症予防)皆の健康を祈り、ハスの実づくり

参加を自粛された方には作成キットをお届けしました!



介護予防体操

- Point!**
- 三密回避のため、大きな会場へ変更
  - 定員を通常の半数に設定
  - 短時間で2部制での開催
  - 検温および手指の消毒の徹底
  - 対面を避け、スクール形式の会場設営
  - プログラムの変更、充実
  - 備品等の消毒の実施 など

## 居場所づくり活動

自由に集まって自由に過ごせる「居場所づくり活動」は「集う」ことが目的となっているので、なかなか活動再開が出来ない状況ですが、工夫して活動をしている学区が2学区あります。どちらの学区でも「こんなときだからこそ、人と人との繋がりが大切!」と活動実施に至りました。参加者からも、「外出自粛で人と会うことがほとんどなかったからうれしい!」「久しぶり!」とうれしそうな声が聞かれました。



三密を避けるため神社の境内で実施した居場所

- Point!**
- 検温、消毒の徹底
  - 対面は避ける
  - 茶菓子は個包装のものを使用
  - 参加費の受渡は、直接しない

学区社会福祉協議会は、新型コロナウイルス感染症の流行状況をみながら臨機応変に活動に取り組んでいます。各学区の活動についてのお問い合わせは区社協までお願いします。 TEL.(075)361-1881

新型コロナ感染症の影響が、仕事・家計を直撃!!  
生活福祉資金／特例緊急小口資金貸付等相談支援の取り組み

新型コロナウイルスの影響による減収や失業により一時的に生活維持が困難になった世帯に最大20万円を無利子で貸付ける国の制度、「特例緊急小口資金」が、昨年3月25日から、当初は各区社協が窓口となり受付が開始しました。

4月に入り問合せは殺到。事務所合築の中央保護所・老人福祉センターの協力で相談ブースを増設、1日最大30件の面談を行うなど職員総出で対応しました。相談者の約6割が自営業者。宿泊業や飲食業を生業としている方のみならず建設・土木関係の方まで、またパート・非正規雇用や派遣社員、フリーランスの方、正社員でもタクシー運転手など歩合制の方等々、減収者の職業は多岐に亘ります。

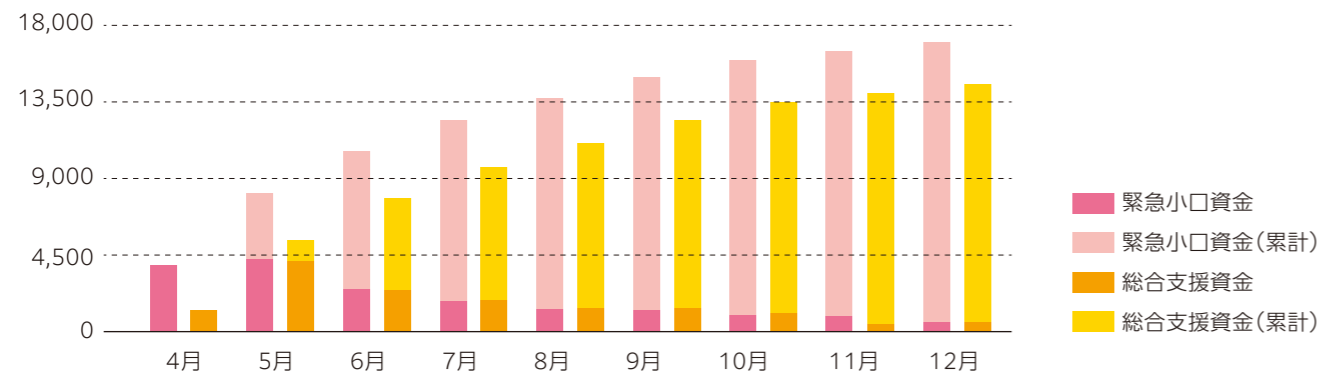
中旬以降「緊急事態宣言」により相談者はますます増加。生活費を最大20万円(単身者は15万円)3ヶ月分貸付する特例総合支援資金や、家賃相当額を給付する住居確保給付金の相談対応にも追われる状況となりました。

GW前後より、京都市社協において申請窓口を一本化し、区社協職員を応援派遣する体制が整えられました。当初7月末とされた申請受付期間は、本年3月末までに段階的に延長され、累計の申請件数は、緊急小口資金17,020件・総合支援資金14,546件(R2.12.26現在)となっています。

感染症収束の目途が見通せない中、生業継続が難しい方、失業し再就職に苦労される方もますます増えてくることが予期され、貸付による支援にも限界があります。総合的な支援策の構築は大きな課題で、区役所保健福祉センターや市立相談支援機関との連携を図りつつセーフティネットの役割に尽力したいと思います。

緊急小口資金 申請受理件数(GW以前)			
期間	下京区	各区平均	市内計
～3月27日	11	6.9	76
～4月3日	27	19.1	210
～4月10日	31	29.9	329
～4月17日	49	46.3	509
～4月24日	85	70.6	777
～5月1日	83	54.4	598

市内特例貸付申請件数



コロナ禍での動き(社会情勢と活動の比較)

令和2年 3月25日	生活福祉資金コロナ特例貸付の運用開始
4月10日	京都府・京都市「緊急事態宣言」の要請
4月16日	全国を対象地域とした「緊急事態宣言」(5月6日まで)
5月4日	緊急事態宣言の期間延長(5月31日まで)
5月21日	大阪、京都、兵庫の緊急事態宣言を解除 (※東京、神奈川、千葉、埼玉、北海道は緊急事態宣言を継続)
令和3年 1月14日	京都府を含む7つの都道府県で「緊急事態宣言」

コロナの影響で生活費の貸付をご希望の方はコールセンターまで。  
(075)354-8748  
(075)354-8776  
つながりの希薄化等  
ご不安をお抱えの方は  
区社協まで一度ご相談ください。  
(075)361-1881



きょうどう×光林保育園のマスク寄付

新型コロナウイルスの流行で、当時マスク不足が深刻化していたのは記憶に新しいことと思います。「就労継続支援B型事業所※1 きょうどう」は、コロナ禍でできることとして、自主製品の布マスクを下京区内の14の保育園に寄付されました。

下京区社協は、今回のマスク寄付について「きょうどう」の岸本秀輝施設長と、光林保育園の嶋本博子副園長それぞれにお話を伺いました。



きょうどう

- 下京区社協** 寄付をすることになって、利用者の方に変化はありましたか。
- 岸本施設長** マスクを作るという目的ができたので、いつも以上に頑張っており、利用者の方が増えました。利用者の方と一緒に寄付先へ行き、渡したときに喜んで下さる相手方の反応を見たら、(利用者の方を見て)嬉しかったね。(利用者の方も笑顔で頷く)
- 下京区社協** 今後の展望はありますか。
- 岸本施設長** きょうどうは、いろいろな福祉の連携に頑張っており、今回の保育と障害者福祉のように、つながりを持って今後も何か協力できることがあればいいと思います。



岸本施設長

光林保育園

- 下京区社協** マスクの寄付があったときに、先生や子どもたちの反応はありましたか。
- 嶋本副園長** 当初は本当にマスクが手に入らなくて、とてもありがたいなと思いました。子どもたちもマスクをつけるという習慣がなかったんですが、先生がすることによって、真似してつけるようになっていきました。



光林副園長



コロナ禍で生まれた、分野を超えた助け合いの活動

※1 企業等に就労することが困難な障害のある方に対して、生産活動の機会の提供、知識・能力の向上のために必要な訓練などを行う障害者総合支援法に基づく事業所のこと。

おうちでできるシリーズの作成・発行

新型コロナウイルス感染症が流行し始め、多くの高齢者の方が外出自粛をされていたため、「自宅で楽しめることを発信できないか」と地域包括支援センター、介護予防推進センター、区役所と協議し、『おうちでできるシリーズ』を作成・発行しました。①～③は緊急事態宣言中であったため、体操をテーマに、④～⑥は自宅で簡単に楽しめる調理や家庭菜園をテーマに作成しました。



おうちでできるシリーズ

# 西本願寺みんなの笑顔食堂のコロナ禍における取り組み

にしほんがんに えがおしょくどう  
**西本願寺  
みんなの笑顔食堂**  
とは？

西本願寺では、子どもたちの放課後の居場所と夕食の場として、2018年から「みんなの笑顔食堂」を実施されています。今年はコロナウイルスの影響を受け、3月以降活動ができていませんでしたが、コロナ禍だからこそ何かできることをと、5月より内容を変え様々な取り組みをされています。

## みんなの笑顔食堂×がんこ日替り弁当販売

まず始まったのが「がんこ西本願寺別邸」と協働で取り組まれた、日替り弁当販売です。密を避けるためにお弁当を持って帰る形式にし、子ども・学生を対象に値段を特別価格にして5～8月の期間実施されました。特に5月あたりは学校が休校になっていたこともあり、多くの申し込みがありました。



また、11～12月には「ライオンズクラブ国際協会335-C地区」が協賛で、学習支援とお弁当配布を組み合わせ「笑顔塾」が企画されました。コロナ第3波の影響で、急遽弁当配布のみとなりましたが、配布当日は子どもたちの元気な姿が見られました。

**Point!** コロナ禍でもできることから、**つながりを絶やさない活動**

**笑顔食堂参加者の声**  
お兄さん、お姉さんが  
相手をしてくれて、  
自由なところが楽しい。

## マスク寄付BOXの設置

区民の方から、政府から配布されたマスクを寄付したいというお申し出を数件いただいたことをきっかけに、マスクの寄付BOXを設置しました。ホームページなどでも案内をすると、約100枚のマスクを寄付いただきました。ご寄付いただいたマスクは、「きょうと里親支援・ショートステイ事業拠点 ほっとはぐ」へ寄付させていただきました。ご協力いただきありがとうございました！



## お元気ですかカードの作成・配布

緊急事態宣言解除後、「コロナ禍で集まらない代わりに、見守り活動を充実させたい」「高齢者の方のためになる情報を提供したい!」というご意見を多数いただき、『お元気ですかカード』というお手紙と情報発信を兼ねたメッセージカードを区社協、地域福祉推進委員会、地域支え合い活動創出コーディネーター、区内地域包括支援センターの協力を得て作成しました。現在も配布中ですので、ご希望がありましたら、区社協までご連絡ください。



# 菊浜学区防災まちづくりの防災・福祉まちあるき&避難所運営ゲーム「HUG」

菊浜学区では、菊浜まちづくり推進委員会を中心に「防災まちづくり」に取り組まれています。9月に「防災・福祉まちあるき」が開催されました。推進委員会および地域の方々ともちを歩きながら防災上の課題を確認するとともに、福祉関係機関の協力により、認知症や障害がある方への声かけ訓練や、菊浜のまちづくりにご協力いただける事業所などへの訪問を実施されています。

また、11月には避難所運営ゲーム「HUG」を推進委員会および地域の方々とも実施されました。コロナ対策をしつつ、できることから地域活動が再開されています。

**HUGとは?** Hinanzyo ひなんじょ Unei うんえい Game ゲーム の頭文字を取ったもの。避難者の年齢や性別、国籍等が書かれたカードを、避難所に見立てた平面図にどれだけ適切に配置できるか、また避難所で起こる出来事にどう対応するかを模擬体験するゲーム。

**参加者の声**  
地域の方と繋がる機会があり、よかったです。交流だけでなく、一緒に協議する場があるのでよかったです。  
今後、高齢者が増えるため、今以上に人と人の繋がりを作ることが重要で、日頃から顔の見える関係づくりの大切さを感じました。



## 下京区、南区合同子どもの居場所Zoom情報交換会

下京区社協では、「子どもの居場所づくり『支援の輪』サポート事業」※2を進めています。

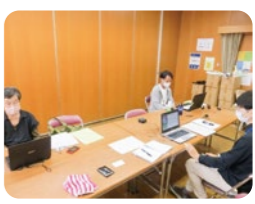
この度10月に、南区社協と連携し、子どもの居場所におけるコロナ禍での情報共有、横のつながりづくりを目的として、下京区、南区合同Zoom情報交換会を行いました。



**子どもの居場所はなぜ必要なの?**  
厚生労働省「平成28年国民生活基礎調査」では、約7人に1人(約280万人)が貧困状態となっています。子どもの貧困の中でも、親や周囲から適切な支援が行われない「関係性の貧困」に対応していくためには、家庭や学校とは違う距離感、ありのままの自分が認められる第3者の居場所が必要となっています。

**Point!** 離れていても繋がれる、オンラインツールの活用

コロナ禍の影響を受け、居場所団体は活動を休止していたり、内容を変えて実施していたりと様々です。今回Zoomを利用することで三密を避けつつ、それぞれの現状や想いを共有しました。また、サテライト会場を設けることで、オンライン環境の用意が難しい団体にもご参加いただきました。



今後も子どもの居場所活動がより良いものとなるよう、継続したサポートを行います。

※2 子ども食堂等の居場所活動が、より継続的で自立した取り組みとなるよう、運営に関する悩みや相談ができる支援体制や顔の見える関係づくりを支援する事業。

● 10月以降も新型コロナウイルス感染症の流行状況をもつつ、活動をすすめています。取り組みについてのお問い合わせは区社協までお願いします。 TEL.(075)361-1881