嵯峨野の「駅」を目指して

京都市嵯峨野児童館　館長　飯吉　昌子

嵯峨野児童館で勤務させて頂いて早十八年すっかり地域住民のような気持ちで日々過ごさせて頂いております。

日頃はお便りの回覧等皆様には大変お世話になり本当にありがとうございます。

児童館は、乳幼児親子から中高生まで幅広い年代の子どもと地域の大人の方々に利用していただける場所ですが、通りすがりに声を掛けて頂ける、ちょっと立ち寄って頂ける、そんな、駅（ステーション）のような存在でありたいと日々思っています。

駅はいろんな方が出入りします。何処かへ行く通過点でもあり、待ち合わせ場所でもありますが、そこで生まれるドラマは数々あります。悩み事困りごとを抱える方もたくさんいらっしゃいます。私が解決することは出来ないけれど、力になってくれる人等誰かと誰かを繋ぐ役割は出来るかもしれません。又嬉しい事、楽しい事みんなでやりたいなあと思う事等ちょっとつぶやきに来て頂けたら、地域で出来るかもしれない・・・そんな可能性を広げるお手伝いも駅ならではの役割、そこにあるだけで、人が通い集い情報が集まってくるなら、それを必要なところにしっかり送り届けるのが私たち駅員の仕事だと思っています。

駅はいつでもここにありますよ！！！

嵯峨野児童館へ『はじめの一歩』

子育て支援サークルぷにゅぷにゅ会　佐藤　玲子

今からちょうど十年前、「児童館ってどんな所なのかな」とドキドキしながら三ヶ月の長男と『はじめの一歩』を親子で踏み出したのがここ嵯峨野児童館のすくすくひろばでした。私は初めての子育てに戸惑い、手探りの毎日でとにかく無我夢中だったことを思い出します。

児童館の最初の印象は職員の方々の丁寧な挨拶や気持のいい出迎え、そして民生委員さんが気さくに話しかけて下さってすごく安心したことです。あの嵯峨野児童館との出会いから始まり、長男、次男、長女とどれだけここに通ったんでしょうか。親子でかけがえのない時間となりました。同年齢の親子との出会いにも恵まれました。そんなご縁もあり、元々子どもと関わる仕事をしていたこともあって、ボランティアの時期に子育て支援サークルぷにゅぷにゅ会を立ち上げ、現在は乳幼児の担当をさせて頂いています。

児童館では、月に一度すくすくひろばという民生委員さん主催の子育てサロンを設けています。ここには子育てに強い味方の先輩ママ達、通称ぷにゅぷにゅメンバーが加わり、季節の歌や手遊び、体操、ふれあい遊びなど、親子で楽しんで頂いたり、誕生月の子どもさんには記念の手型足型のプレゼントをしています。

また、お母さん方の癒しにハンドマッサージのリラックスタイムもあります。０歳から対象としていますのでぜひ気軽にお越しください。同じ０歳からを対象とした毎月第１２３、木曜日はぷにゅぷにゅひろばを行っています。すくすくひろば同様、この時期ならではの遊びを中心に、行事に合った製作から遊具遊びまで幅広く体験して頂ける場となっています。

新しい出会いが待っていますよ。

『はじめの一歩』どうぞお待ちしております。

『健康寿命とリハビリテーション』

医療法人河端病院　事務長　松田

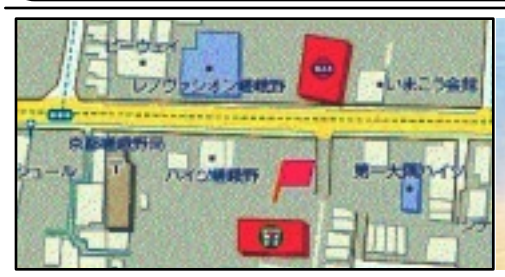
河端病院はJR太秦駅前に移転して無事5周年を迎えようとしています。これもひとえに地域の皆様に愛され支えられてきたおかげです。職員一同厚く御礼申し上げます。

さて、日本は世界でもトップクラスの長寿国であります、そして超高齢化社会に突入し、健康寿命を長くすることが不可欠であります。健康寿命を長くするには、加齢による体力低下をできるさせないこと。また、万が一けがをしたり病気になってしまったりしても速やかに回復させることがとても大切だと思います。

健康寿命に欠かせない事の一つとして「リハビリテーション」があります。「リハビリテーション」（Rehabilitation）は、re（再び、戻す）とhabilis(適した、ふさわしい)から成り立っています。つまり、単なる機能回復ではなく、「人間らしく生きる権利の回復」や「自分らしく生きること」が重要で、そのために行われるすべての活動がリハビリテーションという事になります。

『今までリハビリテーションとは、病気、けが、老化現象など様々な原因によって生じた心身の障がいに対して、その障がいが元の状態に戻るような訓練を行うことだと考えられがちでした。しかし現在は、障がいを治すだけではなく、障がいを持った人が障がいを持ったままでもより良い人生を送ることができるように支援を行っていくことが重要であり、そのためには、今までの生活の中で「できなくなってしまったこと」や「こんなことがしたい」という希望に対して、本人を支える人々や残された能力を最大限に引き出し、一人一人の人生にあった生活能力を獲得して、豊かな人生を送るようになることが大切で、それに加えて、予防の観点から、日ごろ生活に運動を取り入れることも重要なリハビリテーションです。』（ホームページより）、医療の根本QOL（生活の質）の向上であり、リハビリテーションも同じだと思います。医師や専門家に相談されながら自分自身でのリハビリテーション（運動やレクレーションなど）を行ってみてはいかがでしょう？

健康寿命が長く、みんなで支え合う『暖かい社会』でありますよう心より願っています。



嵯峨野店
右、嵯峨野秋街道町25
TEL:075-882-1711

嵯峨車折神社前店
右、嵯峨明星町29-1
TEL:075-871-78

慈しみをもって、寄り添い、
その人らしい生活が
この地域でおくれるように支えます

★高齢者グループホーム（認知症対応型）
★小規模多機能型居宅介護（檜風呂個浴）

http://www.cabikcare.jp/

すぃーとハンズ 嵯峨野

京都市右京区嵯峨野北野町7-1
TEL：075-863-5050
FAX：075-863-5077

キャビック