

# きらきら



高齢サポート・左京北  
(京都市左京北地域包括支援センター)

京都市左京区下鴨上川原町62

Tel: 075-706-7280

Fax: 075-703-1520

✉: hope@itihara.or.jp



京都市では、「みまもりあいアプリ」を活用し、認知症の方が行方不明となられた際に、認知症の方のご家族と、地域の協力者をつなぎ、なるべく早く発見・保護につなげるための取組「京都市みまもりあいプロジェクト」を実施しています。

みまもりあいアプリをダウンロードして、行方不明になった対象者の検索に協力していただく協力者を募集しています。協力者が多いほど行方不明者の早期発見につながりますので、アプリのダウンロードをお願いします！

京都市みまもりあいプロジェクト  
協力者募集



## みまもりあいアプリをダウンロードするには…？



【アプリダウンロード方法】

1. App StoreやGoogle Playなどで「みまもりあい」と検索、または二次元コードからアプリをダウンロード。
2. アプリを起動します。アプリの説明を読んで「はじめる」を押します。
  - ・通知の送信は「許可」を選択。
  - ・位置情報の使用は「1度だけ許可」「アプリの使用中は許可」を選択。
  - ・二次元コードの読み取りは「あとで」を選択。
  - ・アプリで使用する言語を設定。以上でアプリの登録は完了です。

※アプリの登録方法は変更になる場合があります。予め御了承ください。



iOS



Android

## 認知症サポーター養成講座

学区社会福祉協議会や介護事業所からもご参加いただき、グループワークで認知症の方への対応等を学びました。

道に迷っている方を見つけたら、「家まで送ってあげる」と、やさしい言葉が出ていました。講座の最後には一人で行動せず、大人に助けを求めることが大切だと伝えています。

京都市立 葵小学校  
1月9日 4年生



京都市立 下鴨小学校  
1月27日 4年生



高齢サポート・左京北  
(京都市左京北地域包括支援センター)

営業時間 月～金 9:00～17:00

定休日 土、日、年末年始 電話: 075-706-7280

京都市から委託された公的な高齢者総合相談窓口です。

住み慣れたご自宅で元気に暮らし続けていくために、早いうちから介護・福祉・健康・医療に関することをご相談ください。

ご自宅の訪問・ご来所相談も可能です。(事前にお電話をお願いします) 相談の費用は無料です。

担当学区: 広河原・花脊・鞍馬・静市・葵・下鴨



## 《地域ケア会議》

### 静市・鞍馬学区

「地域ケア会議」とは、地域の人が生活する上で抱える問題をケアマネジャー、介護サービス事業者やリハビリ・医療等の専門家、地域の民生委員等が集まって話し合い、解決策を探っていく会議です。



#### 主なタイプ（種類）

- ・玄関やドアに設置：ドアを開けたときにアラームが鳴る
- ・ベッド周辺に設置：ベッドから離れたときに通知される
- ・携帯型：本人が身につけていて、外に出たときに位置情報を知らせる
- ・赤外線・重量センサー型：人の動きを感じて知らせる



静市・鞍馬学区では「見守り」をテーマに7/18開催しました。京都市よりみまもりあいアプリの案内、福祉用具事業所よりGPS機器の紹介など見守りに役立つ機器を学びました。下鴨署では迷子も含めて1年間で164件の届け出があり、届け出がないものも含めると実態としては1.5倍程はあるとのこと。地域の見守り力をアップすることが必要と感じました。

### 葵・下鴨学区



#### 特殊詐欺の手口（10類型）

- ①オレオレ詐欺
- ②預貯金詐欺
- ③架空料金請求詐欺
- ④還付金詐欺
- ⑤融資保証金詐欺
- ⑥金融商品詐欺
- ⑦キャンセル詐欺
- ⑧交際あっせん詐欺
- ⑨キャッシュカード詐欺盗
- ⑩その他の名目の詐欺



葵・下鴨学区では7/23に「詐欺被害を防ぐ」をテーマに下鴨警察署生活安全課より詐欺被害の現状、手口を学びました。特殊詐欺被害認知件数は、R6年は、京都府下被害件数201件（前年比+12件）被害額11億3,700万円。下鴨署管内では被害件数10件（前年比±0件）被害額3,760万円、R7年1～5月は被害件数5件被害額7450万円だったそうです。皆さん気を付けましょう！！



### 「オレンジカフェ下鴨」クリスマスイベント 2025.12.25

12/25、北山ふれあいセンターで、クリスマスのイベントを開催し、20名を超える方に参加して頂きました。京都市介護ケア推進課の松井さんに「京都市みまもりあいプロジェクト」のお話を頂いた後に、葵カリンバ同好会の皆さんによる演奏や歌と一緒に楽しみました。

- オレンジカフェ下鴨は、認知症の方やご家族が気軽に参加できる居場所として運営しています。
- 毎月 第4木曜日 13:30~15:00
- (※祝日は変更あり) 飲み物代実費
- 北山ふれあいセンター1階 Café はなみずき
- (左京区下鴨北野々神町26番地)
- 問合せ：高齢サポート・左京北 706-7280



僕が目印です！





# サギ電話の 7割以上が国際電話！！

+1(833)247-1717



もしもし田亀代  
©京都工芸繊維大学  
中野研究室

今、もっとも効果的なサギ電話対策は国際電話を止めること！！  
利用休止がまだの人は今すぐ手続きを！！  
申込用紙を書くだけで簡単！！無料ですぐに手続きができます！！  
利用休止の手続きは下鴨警察署又は交番で受け付けます！！

※ 固定電話・ひかり電話が対象

下鴨警察署防犯  
キャラクター  
ぱとさんしょうお



下鴨警察署管内  
でも国際電話番  
号から詐欺の電  
話がかかっている  
ので気を付けてね！

お申込み・お問い合わせは  
下鴨警察署生活安全課まで  
☎075-703-0110

## 自主グループ活動を始めてみませんか

自主グループ活動とは、地域住民が主体となり介護予防に取り組む活動のことです。

教室を卒業された方、気の合う仲間と、長く続けられる活動です。

内容：フレイル対策としての運動・栄養・口腔の取り組み、体力測定など

対象：65歳以上の方、5名～10名

活動頻度：毎週1回、1時間程度

会場候補：地域の集会所やひまわりサロン下鴨など

その他：グループ立ち上げ期は、介護予防推進センターが運動方法や活動の進め方などサポートします。

(立ち上げ期は最長2か月、その後も月の活動回数の半分を必要に応じて支援します。)



問合せ 京都市左京区地域介護予防推進センター

京都市左京区修学院大林町3-3 (旧京都中央信用金庫)

☎ 075-707-2730

FAX 075-707-2740

平日  
9:00～17:00