

ハートフル

2024 No.235

8月号

うき



市民も元気！ 地域も元気！ 宇城市も元気！

みなさんの笑顔お届けします



ポロンポロン♪  
お歌も上手になりました！

あじさいがいっぱい  
咲いてました♪



タオルがほどけたら  
負けちゃうよ～

宇城市社会福祉協議会ではハートフルうきに掲載する写真を募集します。  
ぜひみなさんの笑顔の写真とコメント（20文字以内）を送ってください♪



uki.sha-kouhou17@biscuit.ocn.ne.jp



社会福祉法人 宇城市社会福祉協議会

# 生活支援体制整備事業 「お互いさまの地域づくりを目指して」

**生活支援体制整備事業とは**、高齢者等が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、日常生活上の生活支援体制の充実・強化を図るとともに、高齢者の社会参加、生きがいづくり等の生活を支える体制づくりを推進する事業です。

生活支援コーディネーターに皆さんの声を聞かせてください。  
支え合いのある地域づくりのお手伝いをします！



- 高齢者が気軽に集まれる居場所をつくりたい
- 地域で活動してみたい、ボランティア活動してみたい
- 近所で運動できる場所を教えてください
- 地域との交流の場を作りたい

…など

## ★地域の皆さんとお互いさまの地域づくりについて考えました★



6月25日より各町において第2層協議体会議を順次開催し、今年度の事業計画及び意見交換会を行いました。

意見交換会では、「お互いさまの地域づくり」をテーマに、現状と今後の活動等についてワークショップを行いました。

今後は、コーディネーターが地域に出向き、地域情勢の把握と情報発信等を行いながら、お互いに支え合える仕組みづくりを住民皆さんと一緒に目指します。



※第2層協議体とは・・・地域内の関係団体等や生活支援コーディネーターで構成し、地域課題等の情報共有及び連携強化を図ることを目的としています。

【問い合わせ先】 地域福祉課 電話 32-1055



# いきいき百歳体操 —地域づくり通いの場—

百歳体操を始められて半年以上経つ地域へ感謝状と記念品を贈呈しました。



小川町 弦巻地区福祉会  
毎週水曜日 午後1時30分～ 弦巻公民館



三角町 大田尾地区福祉会  
毎週木曜日 午後1時30分～ 大田尾区公民館



三角町 船津地区福祉会  
毎週火曜日 午前10時～ 船津区公民館

現在、市内90カ所で週1回いきいき百歳体操をきっかけとした通いの場が開催されています。

「百歳体操を試しにしてみたい!」「どんな体操か説明を聞きたい!」「サロンで百歳体操をしたい!」などの声にお応えして、いつでも皆さんの地区へ伺います。お気軽にご相談ください。

**【問い合わせ先】 地域福祉課 電話 32-1055**

## 福祉出前講座

6月21日、松橋小学校（河野 満理 校長）にて福祉出前講座を開催しました。4年生80人を対象に、特別養護老人ホームしらぬい荘の職員にご協力いただき、車イス体験と高齢者疑似体験を行いました。



車イス体験では、自分で乗って操作をしたり、友達を乗せて段差、坂道などを押す体験をしました。体験を通して「思った通りにいなくて、坂を上るときへの力の入れ方が難しかった」「車イスに1人で乗るときと押しってもらう時では怖さが違ったので声掛けが必要だと思った」といった感想がありました。

高齢者疑似体験では、関節の固定や重りを身に着けることによって体の動かしづらさを体感したり、身体が不自由な人の介助の体験をしたことで、「身体が重くなると動きづらい」「ひざが曲がらないことで座りづらい」などの気づきや、「階段があるよ」「もうすぐ出口だよ」といった介助者の声掛けの大切さを実感しました。

福祉出前講座が、学校だけでなく地区福祉会等でも開催できますので、ご希望の方は下記までご連絡ください。



**【問い合わせ先】 地域福祉課 電話 32-1055**

# 地域包括支援センター通信 ～皆さんの元気を 支えます～



## 自分らしく生活していくために ～介護保険サービスを知る～

宇城市介護保険サービス従事者連絡協議会 運営委員  
しらぬい荘デイサービスセンター 藤井 貴洋

### デイサービス（通所介護）とは？

要介護認定を受けた方が自宅等から事業所に通って、食事や入浴、リハビリなどのケアを受けるサービスです。自宅での生活を支援しながら、社会との繋がりを保ち、健康を維持していくことを目的としています。趣味（手芸、脳トレ等）や興味のある活動への参加、他のご利用者や地域の方々との交流もできます。デイサービスの特色は、専門職による機能訓練や健康チェックなど各利用者に合わせた個別ケアを受けられる事です。また、様々なプログラムや季節イベントがあるので、楽しみながら健康を保つ事ができます。更に、ご家族支援も行いご利用者の「安心できる生活」を支えるサービスです。



e スポーツ大会



農作業



あじさい見物

### 業務中での思い・大切にしていること、自分らしく生活していくために地域住民に伝えたいこと。

大切にしていることは、デイサービス利用を通じて、要介護状態になってもその方らしく可能な限り今までと同じような在宅生活を継続するための「応援隊」であり続けることです。例えば、「大好きな大福を買いに、行きつけのお店に行けるようになった!」、「ひ孫の運動会へ応援に行けた」、「諦めていた手芸を再開できた」など、その方の願いや希望のサポートをすることが私たちの大切にしている事であり、やりがいです。

是非、地域の皆さん! 気軽にお近くのデイサービス事業所へ足を運び見学されてみてください! 素敵なスタッフ達が出迎えてくれますよ。

#### ☆宇城市のデイサービス一覧は

「宇城市社会福祉協議会」ホームページ→「地域包括支援センター」→  
「2024宇城市医療・介護情報一覧」→「宇城市介護保険サービス事業所一覧」  
に掲載しています☆

あなたの  
地区で

### 講座を開催しませんか？

地区福祉会、老人会、サロン等において、巡回型介護予防教室を開催しています。「認知症とはどういう病気なのか」「終活・人生会議について詳しく知りたい」「認知症を予防するために脳トレをしたい」「介護保険制度の内容について、利用する方法について」「介護予防について学びたい」など、様々な内容の講座を開催しておりますので、お気軽にお問い合わせください!

#### 令和6年度 地域包括支援センター 巡回型介護予防教室 無料講座一覧

- 認知症サポーター養成講座
- 介護保険制度
- 在宅医療・終活・人生会議
- 認知症・認知症予防
- 健康講話（フレイル予防等）

【問い合わせ先】地域包括支援センター 電話 25-2015



## いつまでも元気に過ごすために

～巡回型介護予防教室～

6月24日、小川本村地区福祉会（田中 豪会長）で、「フレイル予防」について宇城市地域包括支援センターからの介護予防講話と、「簡単に自宅でできるトレーニング」について運動指導士より運動指導を受けました。フレイル予防は、日ごろからの運動、バランスの取れた食事、おしゃべりや趣味活動などの社会活動を行うことが必要で、トレーニングでは、自宅で簡単にできる運動のやり方を数多く指導されました。

田中会長は、「高齢者の生きがいや体力づくりになるように、毎週の百歳体操、グラウンドゴルフ等を行っています。もっとたくさんの方に参加して欲しい」と話されていました。



## 宇城市ボランティア連絡協議会総会

6月28日、松橋東防災拠点センターにおいて市ボランティア連絡協議会（吉田良一会長）総会を開催され、約40人が出席されました。令和5年度事業報告・決算および令和6年度事業計画・予算が報告されて、総会終了後は、加盟9団体より活動紹介があり、各グループの活動内容や活動での喜びや苦勞の紹介がありました。参加者は「ほかのグループの内容を詳しく知ることができた」「どのグループも後継者が少ない」などと感想が聞かれました。



ボランティアグループでは会員の募集を随時行っています。

- 小川町ふれあい会
- レクサポーターの会
- 布絵本グループことぶき
- 小川風保存会
- 宇城市年金同友会
- もしもし電話訪問
- 松の実会
- 傾聴ボランティアうき
- 宇城市音声訳ボランティア

【問い合わせ先】 地域福祉課 電話 32-1055

# 令和6年能登半島地震における災害ボランティア派遣を終えて

地域福祉課 総合相談センター 主任 稲葉陽坪

今回、石川県珠洲市に6/27～7/3の期間で災害支援に行ってきました。珠洲市は能登半島の最果てに位置しており、金沢市から車で3時間以上要します。住民の声、そこで働く社協職員の声を含めて、現地の状況について報告します。

令和6年能登半島地震で開設された石川県の災害ボランティアセンターは12カ所あり、そのうち珠洲市は社協運営の1カ所でした。全壊・半壊家屋が多く、ほとんどの家屋が断水され仮設住宅の設置はまだ十分ではなく、7月末までかかる見込みです。また、応急仮設住宅が校庭に建設され、子どもの居場所などが課題となっています。現地の方によれば、地震による津波や土砂崩れの被害は広範囲で、災害直後は道路も寸断され、指定の避難所までたどり着けない状況だったそうです。住民は金沢市を中心とした県内避難で、多くの方が職を失ったと聞きました。珠洲市の社協職員も多く被災し、70人程いた職員も40人程になっています。人口流出は免れない状態であり、一つの集落に数件しか残っていない地域も多く、コミュニティの再構築には時間を要すると思われます。

私は現地調査として地域を回らせていただいたのですが、その中でも住民は前を向いて生活されていました。珠洲市は神事や祭りを大切にされている地域で、地域の助け合いも継続していたことがわかりました。

今後、珠洲市の社協が地域の力を牽引して復興に向けて取り組まれると思います。私たちも平時から防災、減災を意識したコミュニティづくりを目指していく事の重要性を改めて感じました。

地震後、半年が経ちますが、地震の爪痕がまだまだ手つかずで残っている状態です。珠洲市の復興を願いつつ、私たちができることを協力して行いたいと考えました。



## 研修

## 職員研修を行いました

本会ではスキルアップを目的として職員研修を実施しています。

6/28（金）地域福祉課職員を対象に、熊本県社会福祉協議会総務部福祉資金課の岩永さんと岡本さんに「生活福祉資金貸付制度の概要」について説明をいただきました。

制度の目的や対象者、基本的な事項の知識を深めました。職員からは「業務は異なるが、社協の事業を理解することができた」「次は応用編も学びたい」などの意見が出ました。

これからも研修会を行いスキルアップを図ってきます。





# 寄附お礼

次の方々よりご寄附をいただきました。

(令和6年6月16日)

～令和6年7月15日受付分～

## 一般寄附

寄附者

町名

岩本 敏之様

不知火町

## 香典返し寄附

ご遺族の方々に心より哀悼の意を表し、故人のご冥福を謹んでお祈り申し上げます。

## 三角町

寄附者

故人名

行政区

前山 六女様	前山 文雄様	小田 良
田嶋 正子様	田嶋 剛様	大口
松下アヤマ様	松下 馨様	大口
村中 武生様	村中 峯生様	西港二区
島村サダメ様	島村 友幸様	塩屋

## 不知火町

寄附者

故人名

行政区

野崎クニ子様	野崎 忠様	上
河野 峰子様	河野 一馬様	永尾一区
浦上由宇加様	浦上 寛之様	十五社二区
草野 清美様	草野 建次様	御領本区

## 松橋町

寄附者

故人名

行政区

中山美佐子様	中山ツヨ子様	松崎
守田 宏様	守田 和子様	北11区
石本喜一郎様	石本 律子様	東松崎
岩田 良子様	岩田 良一様	浦川内
山口千恵子様	山口 浩二様	松橋本村
宮原 徹様	宮原 久乃様	古保山
平川 友久様	平川セツエ様	曲野南
古木ます子様	古木 哲也様	南11区
林田 茂信様	林田ヨシ子様	南豊崎
芦田ヨシエ様	芦田 守様	六地藏

## 小川町

寄附者

故人名

行政区

岩越 正光様	岩越 保作様	南小野
福留 秋子様	福留 利昭様	南部田
續 保彦様	續 三郎様	新町
吉岡 作夫様	吉岡 利哉様	井手口
本郷 猛様	本郷 光之様	川尻

## 豊野町

寄附者

故人名

行政区

石村 節子様	石村 達成様	下糸石
杉田 和子様	杉田 末徳様	下上郷
岡田 卓様	岡田 良一様	上糸石
藤本セイ子様	坂田 保様	下糸石

# 感謝状の贈呈

7月8日、香典返しとして高額寄附をいただきました平川友久様(松橋町)に感謝状を贈呈しました。

ご寄附いただきました浄財は地域福祉の向上に活用させていただきます。ありがとうございます。

皆さまのご厚意に深く感謝申し上げますとともに地域福祉の推進のため大切に使用させていただきます。

なお、掲載内容は寄附者のご希望に添って掲載しております。

## 香典返し・寄附金等の受付場所について

社協並びに市役所本庁及び三角・不知火・小川・豊野支所で受け付けております。

- 社会福祉協議会
  - ・市老人福祉センター 松橋町豊福1786
- 市役所
  - ・福祉部 : 社会福祉課 松橋町大野85
  - ・三角支所 : 総合窓口課 三角町波多213-1
  - ・不知火支所 : 総合窓口課 不知火町高良2273-1
  - ・小川支所 : 総合窓口課 小川町河江87-1
  - ・豊野支所 : 総合窓口課 豊野町糸石3516-1

ご寄附いただきました浄財は社協が実施する地域福祉事業に活用されます。皆様からのご厚意をお待ちしております。



## 賛助会費募集のお願い

～広げよう！福祉の町づくり～

賛助会費	1口 10,000円 *口数に上限はありません。
募集期間	令和6年8月～ 令和7年3月末日

本会は「誰もが健康で安心して暮らせる宇城市」を目指して地域福祉活動を推進しています。充実した福祉活動を推進していくには、多くの財源が必要となります。企業・団体の皆さまに本会の趣旨をご理解いただき、賛助会員としてご協力をよろしくお祈りいたします。

【問い合わせ先】総務課 電話 32-1316

# 男性ボディメイク開催中!

6月より松橋西防災拠点センター（月曜日）、松橋東防災拠点センター（木曜日）、豊野防災拠点センター（金曜日）にて、4カ月にわたり講座を開催しています。週1回の筋力トレーニングや講話などをおとして、体力の維持向上とお互いの交流を深めています。

## 参加者の声

- 運動しているときはきついですが、身体が軽くなりました。
- 運動不足だったので、いい機会になっています。



【問い合わせ先】地域福祉課 電話 32-1055

## 相談コーナー

-ひとりで悩まず、  
まずご相談を-

### 福祉法律相談

法律に関する問題でお悩みの方は、弁護士が無料で相談に応じます。（事前申し込みが必要です）

- 初めて相談される人を優先します。
- 現在係争中の事案など、相談内容によってはお受けできない場合があります。

期 日：9月18日（水）

時 間：午後2時～4時30分

場 所：市老人福祉センター 機能訓練室  
松橋町豊福1786

受 付：8月22日（木）から先着5件

申込先：地域福祉課 TEL:32-1055

### 成年後見制度相談会

成年後見制度の利用を検討している方や受任されている方でわからないことやお悩みの方は、司法書士が無料で相談に応じます。（事前申し込みが必要です）

日 時：8月21日（水）午後3時～5時

場 所：市老人福祉センター

申込先：成年後見支援センター TEL:27-9972

### 高齢者相談

住み慣れた地域で安心して、いつまでも生活することができるように専門職が相談に応じます。

相談先：地域包括支援センター TEL:25-2015

### 生活困窮・ひきこもり相談

経済的困窮、就労、家族の問題、ひきこもりなどお気軽にご相談ください。

相談先：生活自立支援センター TEL:32-1135

### 成年後見制度等の相談

認知症、知的障がいなどの理由で判断能力が十分でない方々を、法律的に支援するのが成年後見制度です。お気軽にご相談ください。

相談先：成年後見支援センター TEL:27-9972

随時相談を受け付けます