

# ハートフル うき

~共同募金配分金事業~

## 一日給食サービス事業



市内在住の80歳以上で一人暮らしの方を対象に、2月4日から16日にかけて、各町ごとに、食生活改善推進員協議会・民生委員児童委員協議会・地域婦人会の協力で、手作りのお弁当を届けました。

## 介護予防通信 ～いつまでも元気で暮らせるように～

### 「かわいい贈り物♡」

2月14日、かたろう会の利用者と子育てひろば利用者の初めての交流会が行われました。ひなまつりの歌をみんなで合唱し、ひろば利用者から手作りの「ひな飾り」をかたろう会の利用者へプレゼントされました。小さい子どもとの交流にかたろう会利用者は終始笑顔で楽しいひとときを過ごされました。



## 通いの場通信

### ～介護予防推進事業～

週1回地区の公民館などに集まり、いきいき百歳体操を行い、住民主体の通いの場を充実させ、住み慣れた地域で自立して生活できるよう支援していくことを目的としています。通いの場は市内29か所で開催されており、心身機能の維持向上に効果がでています。

### みなさんの地区福祉会でも通いの場（百歳体操）に取り組んでみませんか

百歳体操は、おもりを使った筋力運動です。調整可能なおもりを手首や足首につけ、DVDを見ながら、イスに座ってゆっくりと手足を動かします。高齢者の健康を助ける4種類の運動（持久性・柔軟性・筋力づくり・バランス運動）を行います。立ち上げから3か月間は、職員やサポーターが体操の指導に入ります。必要なもの・イス・テレビ・DVDプレーヤー・おもりなど（立ち上げから3か月間は貸出します）

※通いの場では、認知症予防（体操や脳トレ）や趣味活動・茶話会なども併せて行われています。

通いの場（百歳体操）の説明を行っています。  
お気軽にご連絡ください。

問い合わせ 地域福祉課 TEL 32-1316

### いきいき百歳体操が始まりました

小川町南出村地区福祉会（河内稔会長）では9月から毎週水曜日に百歳体操を行っています。参加者からは「歩くのが早くなった」「歩けるようになった」などの感想が聞かれました。



## 傾聴ボランティア養成講座を開催しました！

1月23日・30日・2月6日の3日間、中央公民館で傾聴ボランティア養成講座を開催し、24人が受講しました。講師に傾聴ボランティアくまもとの代表那須幸氏、岩崎静香氏を招き、傾聴の基礎と実践形式での対応技術を学びました。

参加者からは「相手の気持ちを受入れ、聴くことの難しさが分かり勉強になった」「今後の生活に活かしたい」などの感想がありました。



# 地域包括支援センター通信 みなさんの元気を 支えます

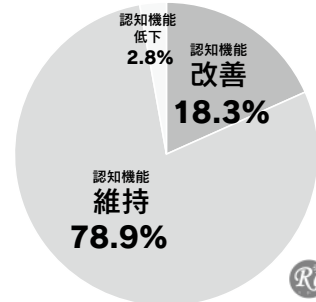
## 参加者募集! 脳いきいき教室～脳の元気が若さの秘訣!～

「人の名前が出てこない」「物忘れが気になる」など記憶力の低下を感じる事はありませんか? 脳いきいき教室では、パズルや頭と体を使った体操などの認知症を予防するプログラムを実施しています。これまで参加された9割以上の方の認知機能が維持改善されており、中には大幅に改善された方もいます(下図参照)。参加者からは「物忘れが減った」「ニュースなど意識してみるようになった」など声が聞かれ、笑顔の多いとても賑やかな教室です。皆さんも是非参加してみませんか?

- 対象** 介護保険認定を受けていない方で、全24回に参加できる方
- 日時** 平成30年4月6日～9月21日までの毎週金曜日 午後1時30分～3時30分
- 場所** 小川総合福祉センター
- 内容** 認知症プログラム、認知機能評価等
- 講師** 株式会社 Re学(りがく) 代表取締役 川畑 智氏
- 費用** 1ヶ月 2,000円(テキスト代)
- 定員** 30人



宇城市脳いきいき教室  
(第1期～第4期)  
6か月アプローチの効果



**申し込み・問い合わせ** 地域包括支援センター TEL 25-2015

## ちいきのすこやかさん

今月は、豊野町にお住いの長田ノリ子さん(92歳)をご紹介します。

- Q: 毎日の楽しみを教えてください。**  
**A:** ナンプレは毎日欠かさずに行います。短歌作りが好きでブラジルの友人に短歌を送ったりするのが楽しみです。日々の家計簿をつけるように心がけています。
- Q: 元気の秘訣を教えてください。**  
**A:** 近くの薩摩渡し橋まで往復20分間程歩き、足腰が弱らないように気をつけています。週2回は息子夫婦が温泉に連れて行ってきて、親孝行をしてもらっているのが元気の秘訣だと思います。



『草取りだ どっこいどっこい杖をつき 鬼ババ来たぞと 草のざわめき』  
短歌 作・長田ノリ子



30年間ご主人や実母の介護をされた後、老人会の女性部長を務め、編み物、三味線、民謡、日舞などの趣味活動に積極的に取り組みました。現在は、かたろう会を利用され健康維持に努められています。  
肌ツヤが良くやさしい笑顔が印象的でした。いつまでも元気で過ごして下さい。

『ちいきのすこやかさん』を募集します。地域で元気に過ごされている方、自薦他薦を問いません。ぜひ、ご紹介ください。 **問い合わせ** 地域包括支援センター TEL 25-2015

# 子育てひろば通信

～乳幼児(0～3歳くらい)と保護者が  
自由に楽しく遊べる空間～

## 3月開設カレンダー

○ひろば開設日(午前10時～午後3時)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 音楽あそび	3
4	5 絵本の日	6	7	8	9	10
11	12	13	14 製作あそび	15 ミニミニ講座	16	17
18	19	20	21 春分の日	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

※音楽遊び・絵本の日・製作あそびは午前11時から11時30分までになります。

★ミニミニ講座 15日(木)午前10時30分～11時30分

### 「おはなし会」〈予約制〉

絵本の読み聞かせや手遊びなど、親子で一緒に楽しめる「おはなし会」を開催します。本に親しむきっかけづくりに参加しませんか。

場 所:宇城市子育てひろば

講 師:熊本子どもの本の研究会 辻 由美さん

※3月2日(金)から受け付けます。(先着15組)

### ★今月の製作あそび

色画用紙を使い「思い出カード」を作ります。

### ★育児・悩み相談 随時受け付けています



みのりちゃん

じいじ、ばあばが大好き。  
また来るね。



牧野(みきの)ちゃん



じいちゃん、ばあちゃん  
たくさん遊んでくれて  
ありがとう。

問い合わせ 子育てひろば TEL 32-1316(内線3301)

## 地域支え合いセンターだより

### ～つながるエリアvol.2開催～

2月4日、小川総合文化センターラポートにて、つながるエリア実行委員会主催で、県内のみなし仮設入居者を対象にしたイベント「つながるエリア vol.2」が開催されました。住まいの再建説明会が行われ、炊き出しや重機の操縦体験などもありました。個別相談会に参加された方からは「相談して良かった。これから頑張ろうと思います。」との声が聞かれました。

午後からはくまモン隊も登場し、くまモンの愛嬌ある行動で会場は笑いに包まれ、写真撮影が行われるなど、和やかな時間が流れました。



問い合わせ 地域支え合いセンター TEL 27-9970

# 寄附お礼

次の方々よりご寄附をいただきました。  
(平成30年1月16日)

平成30年2月15日受付分

## 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
木村スナエ様	木村 輝夫様	前 越
四倉 満 様	四倉 恵 様	打 越
長尾 安真様	長尾 正安様	広 島 県
藤井眞理子様	田口ツヤ子様	東港四区
水戸順美子様	水戸 敏行様	際 崎
前田 恵子様	前田 豊 様	東港五区
志農 明信様	志農ヨシエ様	大 口
西 待子様	志水ミエ子様	田 井 浦
嶋田 康廣様	嶋田 広美様	古氷団地
一丸 知美様	辻 誠哉様	有働団地
田中連太郎様	田中 廣子様	東港五区
永嶺 久 様	永嶺 忠子様	上 本 庄

### 不知火町

寄附者	故人名	行政区
田川 清 様	田川キミ子様	和 田
杉田 信子様	杉田 一治様	大 見
亀田 知之様	亀田チトエ様	亀 崎
浜口けい子様	浜口 秀記様	松 崎
川本吉之助様	川本 實 様	山 須 浦
竹下ミツ子様	竹下 英世様	浦 上
浦中カツヨ様	浦中 新一様	救 の 浦

### 松橋町

寄附者	故人名	行政区
岩本 孝 様	岩本サダメ様	浅 川
宮崎タキ子様	宮崎 久哉様	12 区
本郷サエ子様	本郷 辰雄様	松橋御船
外山芙蓉子様	外山 岩尾様	曲 野 北
柚留木二三様	柚留木富男様	曲 野 南
岩竹 誠一様	岩竹 幸介様	6 区
野田 禮子様	野田 和輝様	両仲間南
森田 静一様	森田チエコ様	久 具
岡村 重勝様	岡村イツヨ様	南 豊 崎
緒方 久 様	緒方 サツ様	浦 川 内
縄馬 高司様	縄馬キヨコ様	曲 野 北
田上 久枝様	田上 鐵行様	南 萩 尾
高島 和美様	高島 妙子様	豊 福

### 小川町

寄附者	故人名	行政区
堀川 秀子様	上崎ミドリ様	南 部 田
片山 恵輔様	片山スエノ様	納 野
拾雄さなえ様	捨雄 三義様	南 出 村
田嶋 健喜様	田嶋テル子様	南 小 野
牛島 勝子様	牛島 保博様	新 町
松岡 悟 様	松岡サツ子様	新 田
藏里はす子様	藏里 節子様	河 江
伊藤 実 様	伊藤正太郎様	河 江
藤村 静子様	藤村 時夫様	宮 園
平岡 和広様	平岡 照子様	小川本村
坂本 和則様	坂本テル工様	耕 地

### 豊野町

寄附者	故人名	行政区
坂田 信義様	坂田 義男様	下 糸 石
北岡 京子様	北岡 英子様	中 間
今井 亮子様	今井 長和様	中 間

皆さまのご厚意に深く感謝申し上げます。進のため大切にに使わせていただきます。

なお、掲載内容は寄附者のご希望に沿って掲載しております。

## 平成30年度ボランティア活動保険のご案内

ボランティア活動中に起きた事故によるボランティア活動者自身の傷害や賠償責任が生じるものが補償の対象となります。ボランティア活動を安心して行うために、万が一に備えてご加入することをお勧めします。詳しくはお問い合わせください。

年 間 保 険 料	基本タイプ	A350円	B510円
	天災タイプ	A500円	B710円

※天災タイプは基本タイプを含んだ内容となり、地震・噴火・津波に起因する被保険者自身のケガの補償が付加されます。

○補償期間（保険期間）平成30年4月1日から平成31年3月31日まで  
補償期間での途中加入も可能です。

問い合わせ ボランティアセンター TEL 32-1316

急募!

# 宇城市社会福祉協議会有期契約職員募集

下記の職種の人材を募集します。

	介護予防支援員	地域介護予防事業推進員	地域支え合いセンター生活支援相談員
仕事の内容	介護予防マネジメント業務 (介護予防プランの作成)	・脳いきいき教室の運営及び開催に係る業務全般 ・通いの場事業推進活動 事業説明・百歳体操指導及び事務作業	被災者支援活動 巡回訪問、見守り活動や相談支援業務と通して生活再建の支援や地域社会への参加促進
免許・資格	・介護支援専門員・(准)看護師 ・社会福祉士・保健師 ・社会福祉主事(経験3年以上)のいずれか ・普通自動車運転免許	・普通自動車運転免許	・普通自動車運転免許
賃金	時給1,040円～	時給900円～	月給170,000円
就業時間	①9:00～16:00 ②9:00～17:00	9:00～17:00 週5日	8:30～17:15 週5日
休日	週休二日制・年末年始	週休二日制・年末年始	週休二日制・年末年始
加入保険	雇用保険 社会保険 (勤務時間に応じて)	雇用保険・社会保険	雇用保険・社会保険

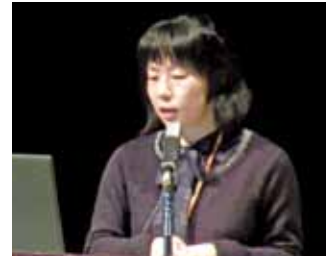
詳細はお問い合わせください。

問い合わせ 総務課 TEL 32-1316

## 共同募金配分金事業 リーダー研修会開催

2月20日、地区福祉会リーダー研修会をウイングまつばせで開催し、地区福祉会役員やボランティアなど約500人の参加がありました。

竹田市経済活性化促進協議会活性化推進室の高木佳奈枝事業支援員を招いて『市民が主役!暮らしのサポートセンターの取り組み』と題して講演があり、暮らしのお困りごとを地域で手助けするしくみづくりについて話がありました。参加者からは「とても参考になりました。宇城市でもできればいいと思います」「住民の助け合いが大切だと感じました」等の感想がありました。



## 相談コーナー -ひとりで悩まず、まずご相談を-

### 認知症(物忘れ)相談

認知症の早期発見や、家族支援を目的に『宇城市認知症よろず相談所』を開設しています。

専門の相談員が無料で相談に応じます。気軽にお越しください。

期 日：3月23日(金)  
 時 間：午後1時30分～3時30分  
 場 所：市不知火支所2階  
 問い合わせ：地域包括支援センター  
 TEL 25-2015

### 福祉法律相談

法律に関する問題でお悩みの人は、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：4月18日(水)  
 時 間：午後2時～4時30分  
 場 所：市不知火支所2階庁議室  
 付 付：3月23日から先着5件  
 申 込 先：地域福祉課 TEL 32-1316

