

ハートフルうき

ハートフル うき

2011

2

No.73

市民も元気！ 地域も元気！

宇城市も元気！



☆☆ わたしが主役です!! ☆☆

本年度も『かたろう会』利用者による合同交流会が開催されました。

利用者の方たちが出しものを決めて、歌や踊りの練習に励まれ立派な発表の場となりました。目標をもち、皆で力をあわせて取り組むことで達成感や感動・喜びを感じることができた交流会でした。



=「健康で誰もが安心して暮らせる地域づくりをめざして」=



福祉会のひろば

しめ縄づくり

12月16日、松橋町八枚戸地区福祉会（高田國昭会長）では、地域交流の一環として松橋養護学校の生徒と、しめ縄作り交流会が開催されました。地区から28人と生徒24人が参加し、生徒たちも日頃体験できないしめ縄作りやしめ縄の意味と歴史を学び、楽しく過ごしました。



でるか!? 高得点!!

亀尾地区福祉会（倉岡将美会長）では、毎月15日にふれあいサロンが開催されています。12月は30人の参加者があり、スロットボール・輪投げなどのレクリエーションが行われ、豪華賞品を目指して皆さん大いに盛り上がっていました。レクリエーション後は地区の女性ボランティアの皆さんによる手料理を会食されました。

松橋町 12 区で福祉座談会開催

1月15日、松橋町12区福祉会（田中勝会長）で福祉座談会を開催しました。座談会では19人の住民が参加され、サロンで恒例の「宇賀岳福祉会のうた」を参加者全員で合唱し介護予防運動の後、2班に分かれて地域の福祉・生活課題を出し合い、課題解決に向けて地域住民でどのような取り組みができるかを話し合われました。住民間のつながりを深めるための交流のアイデアや子ども達の登下校の安全を地域ぐるみで支えることなど、地域を大切に思う気持ちが表れる場となりました。



宇賀岳福祉会のうた
「みかんの花咲く丘」の替え歌

一、 宇賀岳山に見守られて
 福祉の花を咲かせましょう
 公民館に集いましょう
 楽しいレクリエーション

二、 みんなで集い語りましょう
 地域福祉のあり方を
 みんなで知恵をだしあつて
 地域のきずな深めましょう

三、 おとなも子どもも集いましょう
 地域の子どもは宝です
 老若男女力合せ
 明るい未来創りましょう

地域包括支援センターからのお知らせ

○ 認知症と単なる物忘れは違います。○

認知症は脳の細胞が徐々に壊れていくことでおこる脳の病気です。

Q. 認知症と単なる物忘れの違いは何ですか。

A. 認知症と単なる物忘れは区別がつきにくい病気です。本人はもちろんのこと、家族が「年のせいでしょう」と思うようなちょっとした変化が認知症のサインかもしれません。家族や地域の皆さんの見守りや発見が大事になります。単なる物忘れは、体験の一部を忘れることをいいますが、認知症は体験そのものを忘れてしまいます。

物忘れの例) 昨夜の食事の内容を忘れる。
財布をどこに置いたか忘れる。

認知症の例) 昨夜に食事をしたかどうかがわからない。
置いていた財布がなくなった。誰かが盗ったと言う。

本人、家族などで以下のことに思い当たること
があれば、ご相談ください。

- ・物忘れがひどい
- ・理解、判断力が衰える
- ・時間・場所がわからない
- ・人柄が変わる
- ・不安感が強い
- ・意欲がなくなる



悩みや不安を抱え込まず、まずは身近な相談窓口としてセンターをご利用ください。

問合せ：宇城市地域包括支援センター（宇城市不知火支所2階）TEL 25-2015

ボランティアセンター通信

～傾聴ボランティア養成講座～

近年、少子高齢化が進み、高齢者の孤独死等がニュース等で話題になっています。このような現状の中、孤立しがちな人たちの話や悩みの聴き手となる『傾聴ボランティア』への関心と必要性が高まってきています。

宇城市社会福祉協議会では、高齢者や障がいをもっている方々の話を聴き、悩みや寂しさを和らげること、そしてボランティアの育成を目的に『傾聴ボランティア養成講座』を開催いたします。

興味がある方の参加をお待ちしています。

傾聴ボランティアとは・・・

「誰かのお役に立ちたい」と願う人たちが、傾聴（相手の言うことを否定しないで肯定的・共感的に受け止めて話を聴くこと）について学んだ技術を活かしながら、悩みや寂しさを抱える人たちのお話し相手や相談相手をするのが傾聴ボランティア活動です。

※傾聴ボランティア養成講座修了者の多くは、高齢者宅や施設あるいは病院等を訪問して活動を行っています。

傾聴講演会

期 日：3月22日（火）午前10時～正午
場 所：宇城市不知火公民館2階ホール
演 題：『よい聴き手になるために』
講 師：NPO法人 ホールファミリーケア協会
参加者：傾聴について関心のある方
100人程度
参加費：無料

傾聴ボランティア養成講座参加者募集

期 日：3月22日（火）23日（水）午前10時～午後4時
場 所：宇城市不知火老人福祉センター2階
講 師：NPO法人 ホールファミリーケア協会
参加者：宇城市在住の方で講座修了後、ボラン
ティア登録し活動していただける方40人
参加費：無料 ※昼食は各自でご持参ください。

申込期限：2月28日（月） 電話でお申し込みください。

問合せ・申込み：宇城市ボランティアセンター TEL 32-1316

第5回介護者のつどいのおしらせ

在宅で介護されている方が、心身ともに健康でより良い介護を継続していただくこと、介護者同士の交流を目的に開催いたします。

期 日：2月24日（木）

午後1時30分～午後3時30分

場 所：不知火老人福祉センター

対 象 者：宇城市在住で障がい者および高齢者を在宅で介護をされている方

内 容：ボディートーク

ボディートークとは・・・？

温かい息や手で体をゆるめ、体を気楽にゆらしたり、ゆすったり・・・、誰でも無理なくできる健康法です。体がほぐれることで、血液や神経のめぐりがよくなり、楽になっていきます。

参 加 費：無料

申込期限：2月20日

問合せ・申込み：宇城市社会福祉協議会
地域福祉課



TEL 32-1316 FAX 32-6455
お気軽に参加ください。

～共同募金配分金事業～

子ども劇場公演



12月23日、ウイングまつばせ文化ホールにおいて、子どもが育つ地域社会づくりに向け、文化芸術体験を通じて、子育て支援や親子のふれあいと幼児（児童）の健全育成を図るため「子ども劇場」を開催しました。

今回は、劇団『道化』による『やさしいライオン』の舞台劇で、約730人の親子に楽しんでいただきました。また、赤い羽根共同募金の募金活動では、サンタクロース姿のスタッフの呼びかけに応じて、皆さん笑顔で募金をされました。ご協力いただきありがとうございます。



♪子育てひろばからのおしらせ♪



乳幼児（0～3歳位）と保護者が自由に楽しく遊べる『子育て広場』を開設しています。お気軽にご利用ください。

●開設日及び時間

毎週月・水・金曜日
（祝日の場合は変更します。）
午前10時～午後3時

●開設場所

宇城市不知火支所3階
問合せ：宇城市子育てひろば
TEL 32-1316（内3301）

◆2月の子育てひろば開設カレンダー◆

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

○ ひろば開設日

〈2月の予定〉

◎ミニミニ講座『スクラップブック教室』

講師 クリエイティブメモリーズジャパン公認インストラクター 岩崎和美さん
予約制 午前10時30分～午前11時30分

24日（木） お子様やご家族の素敵な思い出の写真をフォトカードにしてみませんか？お子様はスタッフとボランティアで託児をいたします。（先着8組）
写真を5枚程度とハサミをお持ちください。
2月14日より予約を受け付けます。

◎ほっとカフェ 午前10時30分～午前11時

14日（月） 初めてひろばを利用される方に、ひろばの説明やスタッフとの交流を通じて、雰囲気味わっていただく時間です。

◎育児・悩み相談 午後1時～午後2時30分

4日（金）
10日（木）
16日（水）
21日（月）
ご飯をなかなか食べてくれない・オムツが外れないなどの子育ての悩みや日頃のストレス、ご家庭のお悩み等をひろばのスタッフが、お聞きします。

◎療育相談 午後1時～午後3時

28日（月） 運動や言葉の遅れが気になる・落ち着きがない・お友達と仲良く遊べないなど、お子様の悩みを、地域療育センターの相談員がお聞きします。

社協からのお知らせ

～共同募金配分金事業～ ☆ひとり親世帯交流事業参加者募集☆



宇城市内在住のひとり親世帯の皆さんの交流会として、ボウリング大会を開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

- 期 日**：3月13日（日） 開会 午前10時
場 所：松橋ボウリングセンター
参加者：宇城市在住の小学6年生までの子どものいるひとり親世帯
（子どもだけの参加はできません）
参加費：一世帯500円
申込期限：2月28日（月） 電話でお申し込みください。
問合せ・申込み：宇城市社会福祉協議会
地域福祉課 TEL 32-1316



相談コーナー

心配ごと相談

いろいろな、心配ごと・悩みごとのある方はお気軽にご相談ください。

- 民生委員が誠心誠意ご相談を受けます。
- 当日、各相談所へ直接おこしください。

2月の心配ごと相談日程

期 日	相談場所
2月17日（木）	豊野福祉センター
2月18日（金）	三角老人福祉センター
2月24日（木）	松橋老人福祉センター

開設時間：午後1時30分～午後3時

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』を開設します。

お気軽におこしください。

相談日：2月25日（金）
午後1時30分～午後3時30分

場 所：宇城市不知火支所2階
問合せ：宇城市地域包括支援センター
TEL 25-2015

法律相談

法律的な問題でお悩みの方は、弁護士が相談に応じます。

相談は申込制となっておりますので、事前に申し込みください。

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

3月の法律相談日程

期 日	相談場所
3月9日（水）	松橋老人福祉センター
3月16日（水）	不知火老人福祉センター

相談時間：午後2時～午後4時30分

人 員：先着5件まで
申 込 日：2月21日（月）より受け付けます。
申 込 先：宇城市社会福祉協議会
地域福祉課 TEL 32-1316

療育相談

療育相談員（心理士）が、子育ての悩みや子どもさんの気になる事に対して、ご相談（予約制）をお受けしています。

受付時間：月～金曜日 午前9時30分～午後4時30分（まずはお電話ください。）

対 象：宇城市内に居住で、発達に気になる18歳未満の児童とその家族・関係機関
場 所：宇城地域療育センター（松橋町豊福1786 サン・アビリティーズ内）
問 合 せ：宇城地域療育センター TEL 33-5406 FAX 53-9420



この広報紙は共同募金の配分金を受けて作成しております