

# ハートフルうき

ハートフル うき

2011

8

No.79

市民も元気！ 地域も元気！

宇城市も元気！



## サロンレクサポーター誕生

地区福祉会で取り組んでおられる『ふれあい・いきいきサロン』でレクリエーションや介護予防運動の指導で活動していただくサポーターの養成講習会が終了いたしました。三角・不知火・小川の3会場で総勢160人の参加があり、熊本県レクリエーション協会や理学療法士の指導のもと、実技や講義で楽しい講習会となりました。今後、修了者のサロンでの活動が期待されます。

=「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

## ささの葉さらさら・・・

7月10日、小川町河江地区福祉会（塚田憲輝会長）のふれあいサロンでは、旧暦に合わせて『七夕』の飾りつけを行いました。18人が参加し、短冊にお願いごとや思い思いの言葉を書かれました。「久しぶりに七夕の飾りつけをした」という方もおられ、楽しく出来あがりました。



## みんなでつくるサロン活動

豊野町下糸石地区福祉会（宮村成信会長）では、これまで子どもから高齢者までのつながりを深めるために、世代間交流を中心として活動をされていましたが、6月に運営委員で協議を重ね、7月からは毎月第3水曜日に高齢者のふれあいサロンも実施することになりました。

今後も、地域住民相互の絆と高齢者の生きがい・楽しみづくりのサロン活動を行いながら、みんなが元気になる地域づくりを進めていけます。

## 不知火町長崎地区で福祉座談会開催

7月17日、不知火町長崎公民館で長崎地区（田中正信区長）の福祉座談会を開催しました。座談会では、区の役員や各種団体の代表者等30人が参加し、3グループに分かれ地域の中の心配ごとや不安なこと等の生活・福祉課題を出し合い、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話し合われました。

近所づきあいが少なくなってきたり・子どもと話す機会がないなど、地域でのふれあいが薄れてきている。災害時の避難場所がどこへ行ったらいいか心配である。また、地域的に基幹道路から離れており、高齢になってからの買い物や病院への通院に不安があるなどの意見がでました。

社会福祉協議会では地域に住んでいる皆さんが自分の地域を見つめ、互いに意見を出し合い『地域の福祉力』を高めながら、よりよい地域社会づくりを行うため福祉座談会を開催しています。

福祉座談会を希望される地区がありましたら、お気軽にご連絡ください。

問合せ 宇城市社会福祉協議会 地域福祉課  
TEL 32-1316



## 地域包括支援センターからのお知らせ

### 熱中症を防ぐために

**熱中症とは…**高温環境下で、体内の水分や塩分（ナトリウムなど）のバランスが崩れたり、体内の調整機能がうまく働かないことにより、発症する障がいの総称です。時には死に至る可能性があります。予防法を知っていれば防ぐことができます。

#### 熱中症の予防法

##### 1 水分・塩分補給：のどの渴きを感じなくてもこまめな水分補給

- ・こまめに水分をとる
- ・たくさん汗をかいたら塩分の補給も忘れずに（1ℓの水に1～2gの食塩が適当）



##### 2 体調に合わせた取り組み

- ・こまめな体温調整
- ・通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- ・保冷剤、氷、冷たいタオル等による体の冷却



##### 3 熱中症になりにくい室内環境

- ・扇風機やエアコンを使った温度調整
- ・室温が上がりにくい環境の確保（こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水等）

宇城市地域包括支援センター TEL 25-2015

## ご近所パワーで助け合い起こし

### ～宇城市地区福祉会リーダー研修会～

7月5日、ウイングまつばせで地区福祉会役員や運営者等約630人が参加され、宇城市地区福祉会リーダー研修会を開催しました。研修会では、第1部『ご近所パワーで助け合い起こし』、第2部『支え合いマップ作りの手法』と題して住民流福祉総合研究所長の本原孝久氏による講演を行いました。

福祉は自助と共助、公助で成り立っている。また大事なことは、当事者が発信した「SOS！」を受け止め、それを解決するためにご近所同士の福祉活動や行政、専門機関との連携が福祉課題を解決し、地域を元気にする。さらに『支え合いマップ作り』は、ご近所の助け合いを仕切っている世話焼きさんやご近所の助け合いの姿を導き出すことができるという内容の講演でした。

参加者のアンケートには、日頃からの人間関係を築いていくことが大切だと感想がありました。



# ボランティアセンター通信

## 東日本大震災（福島県いわき市）災害派遣報告

### 派遣の内容

東日本大震災ボランティアセンター運営支援。

### 福島県いわき市の概要

福島県浜通り南部にあり、福島県内で最大の人口約34万人。面積は1,231.34km<sup>2</sup>で、九州最大の筑紫平野とほぼ同じ面積。

### いわき市の被害状況

日本海から10キロ以内の四倉、久乃浜、平豊間、小名浜、勿来の被害が甚大でほぼ壊滅状態。四倉は福島第一原発から35キロ圏内で、北部は屋内退避区域にかかっている。

死者299人。行方不明者82人、地震による被害は少なくほとんどが津波による被害。

### 活動に参加して

いわき市災害ボランティアセンターには、多くのボランティアの方々が訪れ、被災地の活動に向かわれています。平日は約200人、土日祝日になると700人を超える方々がボランティアに来られます。皆さんの優しく、温かい気持ちがいわき市の復興につながっているように思えました。まだまだ復興に時間がかかるといいます。今後は、被災地の皆さんが自立し、元の生活に早く戻れることを心より応援したいと思います。

最後に、いわき市災害ボランティアセンターの方に「熊本にいる私たちに出来ることは何かないですか？」と質問してみました。回答は「東日本大震災のこと、福島県いわき市のこと、被災された方々のことをどうか忘れないでください」と言われました。

私たちはこの東日本大震災のことを忘れることなく、宇城市においても教訓とし、防災意識を高めていかなければと感じました。

〈九州ブロック社会福祉協議会 第23クール隊  
宇城市社会福祉協議会 地域福祉課 中川淳一〉



## ♪子育てひろばからのお知らせ♪



乳幼児(0～3歳位)と保護者が自由に楽しく遊べる『子育てひろば』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)

### ◆8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	29	30	31			

○ ひろば開設日

### 〈8月の予定〉

#### ◎ミニミニ講座『フリートーク』

予約制 午前10時30分～午前11時30分

18日(木) 子どもが誕生した時の気持ちや成長を感じた瞬間、又は知りたいことや気になることなどを皆さんで語り合ってみませんか。  
★8月8日より予約を受け付けます。(先着10組)

#### ◎絵本の日 午前11時～午前11時20分

10日(水) 読み聞かせのボランティア『やまざくら』より本を読んでもらいます。本に興味を持つことはとても大切なことです。親子で楽しまれてください。  
★読み聞かせのボランティアも募集しています!

#### ◎ほっとカフェ 午前10時30分～午前11時

12日(金) 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 随時受け付けています

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。お気軽にご相談ください。

# 寄附お礼

次の方々よりご寄附をいただき  
きました。

(平成23年6月16日)  
平成23年7月15日(受付分)

## 香典返し寄附

ご遺族の方々にご心より哀悼の  
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
福嶋 春義様	福嶋ヒデ子様	福岡県
篠崎 一枝様	篠崎八十八様	赤岩
北原 時光様	北原ナツノ様	宇土市
西田 達人様	西田 明子様	里浦
小島 将裕様	小島三智子様	東港二区

### 不知火町

寄附者	故人名	行政区
河野 茂治様	河野八七子様	松崎
上村 文俊様	上村 安子様	永尾一区
中田美智博様	中田又イ子様	高良

### 松橋町

寄附者	故人名	行政区
樋口 和雄様	川畑サチ子様	御領八区
北園 巖様	北園 照子様	大見
中内 義信様	中内 エノ様	仲
池田ミツ子様	池田 眞様	高良
前田 健一様	前田日出子様	塩浜
森田トモ工様	森田 安次様	浦上
松浦レイ子様	松浦 重吉様	浦上
中村 勇雄様	中村 トヤ様	塚原南

### 小川町

寄附者	故人名	行政区
高守 祥行様	高守ミサヲ様	南新田
米村 由子様	米村 重利様	弦巻
山本スミ子様	山本 一之様	河江
前崎 頼子様	前崎 隆義様	南新田
岡留ヨシ子様	岡留 光明様	両仲間南
渡辺フミ子様	渡辺 邦雄様	曲野北
五瀬 一信様	五瀬 優子様	曲野北
高塚ユフ子様	高塚 憲明様	豊福
上崎 政弘様	上崎ハツ子様	豊崎
松里多嘉子様	松里 正行様	八枚戸
坂口キ工子様	坂口 国秋様	両仲間南
河野 靖子様	上村スエコ様	3区
西浦 照輝様	西浦アヤ子様	大野

### 豊野町

寄附者	故人名	行政区
小田 幸子様	小田 稔様	下郷
井澤セツ子様	井澤 道治様	下郷
京極 信行様	京極アキ子様	下郷
戸内 三喜様	戸内フジ工様	下糸石

上田 一誠様  
上田 藤江様  
星田 哲生様  
星田 岳志様  
中 間  
下 上 郷

皆様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  
使わせていただきます。

## かたろう会だより

～みんなで楽しく・元気に!!

### ♡ 願いよ！届け～

6・7月は、七夕飾り・みょうが饅頭  
づくりを行いました。

「健康でありますように・・・」など短冊  
に願いを書かれ、立派な七夕飾りが完成  
しました。また、みょうが饅頭づくりでは、  
みょうがの葉も利用者が用意され、作り  
方の指導もあり、手づくりの美味しいみょうが饅頭が出来上がりました。

かたろう会では、季節ごとの行事に取り組んでいます。

関心のある方は、かたろう会におたずねください。

問合せ 宇城市社会福祉協議会 地域福祉課

TEL 32-1316



## 平成23年度 日赤社資募集報告 (7月21日現在)

5月よりお願いしました日赤社資募集では皆  
様方の多くのご理解とご協力をいただき、誠に  
ありがとうございました。

集まりました社資は日本赤十字社熊本県支部  
へ全額送金し、国際救護活動、災害救護活動、  
地域赤十字奉仕団(地域婦人会)活動等の日本  
赤十字社事業に活用されます。

平成23年度  
日赤宇城市地区  
社資総額  
7,909,300円

# 社協からのお知らせ

## 第2回 宇城市認知症家族介護者交流事業

認知症を抱えた家族等に対して認知症に関する最新の情報を提供するとともに、認知症介護の軽減を目的に介護者間の交流を支援します。

**日時** 9月15日(木) 午後1時30分～午後3時30分

**場所** 宇城市三角センター

**内容**

・講演

演題：「認知症介護と介護者の心」

講演者：認知症介護経験者

(体験談：心の葛藤、介護苦労、介護のよかったこと等…)

・健康リフレッシュ体操

指導者：宇城市地域包括支援センター

保健師・健康運動実践指導員

**対象者** 認知症家族介護者、及び認知症に関心がある一般市民

**参加費** 無料

**申込み・問合せ**

宇城市地域包括支援センター TEL 25-2015



## 相談コーナー

### 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**：8月26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。

#### 9月の法律相談日程

期 日	相談場所
9月7日(水)	豊野福祉センター
9月21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**：8月22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**：宇城市管内に居住で、発達が気になる18歳未満の子どもとその家族・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