

ハートフルうき

スポーツで地域の交流を深めよう♪



9月22日 不知火町松崎地区より

目次

- 地域福祉会の推進…………… P2
- 福祉会のひろば…………… P2
- 認知症予防…………… P3
- 介護予防通信・ボランティアセンター通信… P4
- 募集コーナー…………… P5

- 共同募金のお知らせ・相談コーナー… P6
- 寄附者紹介…………… P7
- 賛助会費納入団体・企業紹介… P7
- 子育てひろば通信 …… P8
- ファミサが援助会員養成講習会開催… P8

社会福祉法人 宇城市社会福祉協議会

宇城市社協公式アドレス : <http://www.shakyo-uki.jp>

宇城市社会福祉協議会は、 地区福祉会の設置を推進します！

地区福祉会は、行政区単位での絆づくりや、互助活動を行う地域福祉活動です。

●地区福祉会の活動内容として

- ふれあいいきいきサロン活動（高齢者・障がい者などの生きがい楽しみ作りの場）
- 地域福祉活動（地域の実情に応じた住民主体による福祉活動）
- 見守りネットワーク活動（独居高齢者・障がい者世帯などの見守り活動）

●地区福祉会の設置状況

135地区福祉会（178行政区）
全行政区の75.8%で設置されています。

※地区福祉会活動の説明などを希望される地域は、
お気軽に問い合わせください。

問い合わせ **地域福祉課** **TEL 32-1316**



福祉会のひろば

— 誰もが安心して暮らせる
地域づくりをめざして —

楽しいひとときを♪



9月13日、小川町西地区福祉会（会長 金田宏成）では、約30人が公民館に集いました。男性の参加がとても多く、軽体操やゲームを行い、会場は和やかな雰囲気の中、終始笑い声が飛び交っていました。



ふれあい運動会

9月22日、不知火町松崎地区福祉会（会長 元田幸一）では、地区公園に約130人が集い、運動会を開催しました。参加者は、輪投げや、三輪車競争など9種目を、楽しみながら汗を流して、地区の交流を深めました。



認知症を予防しましょう

認知症とは、加齢や病気などが原因となり、誰もがその可能性があります。しかし、生活習慣を変える事で、発症を遅らせたり、症状を軽く抑えられる可能性があります。

<認知症を予防する5つのポイント>

1.からだを動かそう

積極的に体を動かせば、脳の血流が高まり、脳が活発に働くようになります。

2.話し相手を持とう

脳はコミュニケーションで活発に働きます。人との付き合いを楽しみましょう。

3.記憶力を鍛えよう

脳を活発に使う生活をしていると、認知症になりにくくなります。1日前の日記を書いてみましょう。記憶力が鍛えられます。

4.野菜・果物・魚を多く食べよう

野菜や果物に含まれているビタミンCやビタミンE、ベータカロチンが脳の老化を防ぎ、魚(特に青魚)に含まれるDHAやEPAが脳の血流をよくします。

5.趣味活動に取り組もう

料理・旅行・園芸等の趣味活動や囲碁・将棋など頭を使うゲームは計画力や思考力を多く使うため、認知症の発症を遅らせる効果が期待できます。

認知症の予防に努めて、いつまでも健康な生活を送りましょう。



みんなで楽しく認知症予防!!

包括センターでは認知症予防のために、このような機器があります。

☆ハッピータッチ☆



年齢を重ねるにつれ認知機能の低下を伴います。そのため、認知症にならないための予防、認知症を進行させないための工夫が必要です。ハッピータッチは、高齢者も使いやすいタッチパネルで操作は簡単!ゲーム感覚で楽しく利用できます。難易度の調整もでき、画面に表示されるイラストや背景が季節や時間に合わせて変化します。

※ 機器は、センター入り口に設置しています。11月に行われる『認知症市民フォーラムinうき2012』の認知症予防体験コーナーにも設置されますので、ぜひ体験してみてください。また、地域への貸出しも可能ですのでご相談ください。

問い合わせ

宇城市地域包括支援センター TEL 25-2015

介護予防通信

高齢者がいつまでも元気に暮らせるように取り組んでいます。

かたろう会 『みんなで楽しく元気に!!』

- 対象者 65歳以上(特定高齢者・介護保険認定者は除く)
- 時間 午前9時～午後2時30分
- 場所 各町の福祉センター(送迎あり)
- 利用料 900円(利用料・昼食代込)

各教室
参加者募集



健康教室 『気軽にできる体力アップ教室!』



ストレッチ



ボール体操



健康講話



脳トレーニング

- 内容 介護予防体操、脳トレーニングなど
- 対象者 65歳～75歳位まで
- 時間 午前9時～11時30分
- 場所 不知火老人福祉センター(木曜) 小川総合福祉センター(水曜)
- 利用料 300円

巡回型介護予防教室 『あなたの体力年齢は…!?!』

地区公民館などに推進員が出向いて、片足立ちやバランスなどの測定を行います。自分の体力年齢を知ること、介護予防に対する意識と理解を高めるきっかけづくりの場となっています。

※希望される地区は、他にもメニューがありますので、詳しくは、地域福祉課までお問い合わせください。



不知火町塚原区



松橋町八枚戸区



不知火町亀崎区



小川町中町区

ボランティアセンター通信

豊福小学校で福祉出前講座開催!

9月14日、ボランティア学習として、豊福小学校の4年生約60人を対象に、車いす体験学習を行いました。

生徒達は、車いすの使い方、介助する側の注意点、される側の不安や怖さを学びました。

※この講座を希望される方は、地域福祉課までお問い合わせください。



問い合わせ

地域福祉課

TEL 32-1316

!募集コーナー

共同募金配分金事業
はじめてのあなたも・・・

「絵てがみ教室」を開催します!

～障がい者絵画(絵手紙)教室参加者募集～

会話を楽しみながら、オリジナルの作品を描いてみませんか!

対 象 者	宇城市在住で障がい者手帳保持者
期 間	平成24年12月6日～平成25年2月21日まで毎週木曜日(3ヶ月間)
時 間	午後1時30分から2時間程度
場 所	不知火老人福祉センター
受 講 料	無料
定 員	10人程度
申 込 期 限	11月22日(木)までに電話で申し込みください。※募集定員になり次第締め切ります。



第7回 宇城市障がい者 スポーツ大会参加者募集!!

スポーツ大会を通じて、障がい者相互の親睦と融和、また、社会参加を促進し、福祉社会の実現を図るため、開催します。どうぞお気軽にご参加ください。

対 象 者	宇城市在住の障害者手帳又は療育手帳保持者
日 時	10月26日(金) 午前10時 開会
場 所	不知火体育館
申 込 方 法	宇城市身体障害者福祉協議会会員の方は、各支部の地区役員へ申し込みください。一般の方は、地域福祉課まで電話で申し込みください。
申 込 期 限	10月12日(金)



問い合わせ 地域福祉課 TEL 32-1316

認知症家族介護者交流事業

介護の悩みや、介護の方法などについて話しをしませんか?。
交流事業には、病院の相談員や施設の職員など、専門のスタッフが同席します。

対 象 者	宇城市在住で認知症の人を介護されている家族の方	内 容	•座談会(お茶を飲みながら語り合う) •介護ワンポイント講座 •最新医療 •介護情報 •リラクゼーション体操
日 時	11月13日(火) 午後1時30分～3時30分	参 加 費	無料
場 所	豊野公民館	申 込 期 限	11月6日(火)



問い合わせ 宇城市地域包括支援センター TEL 25-2015

一人ひとりのやさしさがまちの福祉を支えています。



じぶんの町を良くするしくみ 赤い羽根共同募金

●募金運動期間●

平成24年10月1日から12月31日まで

今年も10月1日から赤い羽根共同募金運動を展開いたします。

皆さんからお寄せいただいた募金は、熊本県内及び宇城市での地域福祉の推進のために役立てられます。あたたかいご支援とご協力をよろしくお願いします。

平成24年度募集金額目標
10,028,000円



問い合わせ

熊本県共同募金会 宇城市支会 TEL 32-1316

相談コーナー

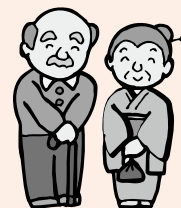
認知症（物忘れ）相談

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。気軽にお越しください。

相談日 10月26日(金)午後1時30分～3時30分

場所 不知火支所2階

問い合わせ 宇城市地域包括支援センター TEL 25-2015



法律相談

第1水曜日が無料法律相談(対象者:宇城市民)

第3水曜日が福祉法律相談(対象者:高齢者・障がい者・低所得者世帯・ひとり親世帯)となります。

法律的な問題でお悩みの人は、弁護士が相談に応じます。

●初めて相談する人を優先します。

●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。

◎11月の法律相談日程◎

期 日	相談場所
11月 7日(水)	豊野福祉センター
11月 21日(水)	不知火老人福祉センター

相談時間 午後2時～4時30分

人 員 先着5件まで(事前申し込みが必要)

申込日 10月22日(月)から受付けます。

申込先 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の発達に関する事など、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 ヶ・ア・リィズ内)

問い合わせ 宇城地域療育センター TEL 33-5406 FAX 53-9420

寄附お礼

次の方々よりご寄附をいただきました。

(8月16日～9月15日受付分)

一般寄附

元田先生を囲む不知火
珠算クラブOB会一同様 不知火町 金一封

白木阿蘇神社氏子青年部様 豊野町 金一封
(旬)キング パーラー123様 松橋町 物品

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
上羽 洋一様	上羽シツ子様	大口
長崎 眞美様	長崎テル子様	三角御船
高浦 進様	高浦 一枝様	三角御船
松川恵一郎様	松川 芳恵様	東港三区
西崎 千代様	西崎 春雄様	矢崎
前川 志保様	前川登喜枝様	内 潟
坂田 一夫様	坂田テル子様	三角御船
友田 輝子様	友田 秋雄様	内 潟
椎葉 正光様	椎葉 秀子様	広島県
右田ミサヲ様	右田 英夫様	宮崎

不知火町

寄附者	故人名	行政区
吉村 保人様	吉村サツ子様	塩 浜
澁江 正章様	澁江 繁治様	浜 田
倉重 啓一様	倉重 亨様	永尾一区
岩崎 一成様	田中 重子様	十五社一区
平野 文子様	山下富喜子様	松 崎
奥村 誠二様	奥村 モリ様	仲
中川 孝司様	中川サヨ子様	永尾一区

松橋町

寄附者	故人名	行政区
松井 清美様	松井 和則様	久 具
中野スエ子様	中野 一雄様	8 区
岡本 敬喜様	岡本ハツエ様	2 区
中塘 直美様	鍋嶋 幹男様	東松崎
中山 季敏様	中山 澄代様	曲野北
本村 隆満様	本村 和代様	南 11 区
入江フサノ様	入江 剛様	曲野南
緒方ササエ様	緒方 五喜様	浅 川
中川 正博様	中川 正敏様	東松崎
守田ミツエ様	守田 政澄様	内 田
庄村 俊一様	庄村 壽一様	両仲間南
坂井 京子様	坂井 道生様	大 野
松村 保彦様	松村 和子様	松橋本村

小川町

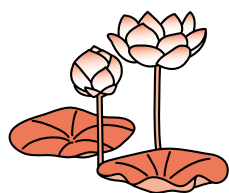
寄附者	故人名	行政区
塚野 忠雄様	塚野ユキエ様	南小野
大嶋 シキ様	大嶋 巖様	仲之江
田端 春男様	田端 克子様	野 添

豊野町

寄附者	故人名	行政区
吉田 利正様	吉田シズエ様	宮 園
山田 典弘様	山田キヨ子様	南 出 村
石原 益雄様	石原美江子様	田 中
宮本 健一様	宮本マキエ様	川 尻
木野 善晴様	木野 初男様	中 町
北口サナエ様	北口 陽一様	新 田
堂村 利徳様	堂村 政女様	舞 嶋
泉 賢三様	泉 はるゑ様	表南小川
松本フサ子様	松本 隆義様	北小野
澤本 征華様	澤本 幸代様	舞 嶋
藤坂 郁夫様	藤坂 文子様	弦 巻

寄附者	故人名	行政区
深迫マスエ様	佐藤 由美様	下 安 見
岩村 拓巳様	岩村 ミ子様	上 上 郷

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



宇城市社会福祉協議会 賛助会費納入団体・企業紹介

特別養護老人ホーム豊洋園(三角町) TEL 54-1100	海と山と温泉に恵まれた自然環境の中「愛と感謝と奉仕」の基本理念の下、心をこめた介護に邁進いたします。見学お待ちしております。
社会福祉法人東康会(三角町) TEL 53-1600	障がい者雇用及び就労支援サービス、特別養護老人ホームでの老人介護サービスを真摯に提供しています。
松合食品株式会社(不知火町) TEL 42-2212	医食同源。可能な限り熊本県産の原料を用い、なるべく添加物を排した製品づくりを行っております。本社直売所は年中無休で営業中。

子育てひろば通信

～乳幼児(0～3歳位)と保護者が自由楽しく遊べる空間～

遊びにおいでよ!



10月の予定

◎ミニミニ講座「親子で楽しむ カメラ教室」

〈予約制〉18日(木) 午前10時30分～11時30分

場所:子育てひろば(先着15名)

熊本市在住で、写真家坂本玖爾子さんを講師にカメラ教室を行います。子どもをもっと上手に撮りたい!と思っている皆さん是非ご参加ください。お父さんの参加も大歓迎です。

※過去に撮った写真を5枚程度とカメラをご持参ください。

★10月5日(金)から予約を受け付けます。(電話でも可)

◎絵本の日 12日(金)26日(金)午前11時～11時20分

読み聞かせを行っています。親子一緒にどうぞ。

◎ほっとカフェ 10日(水)午前10時30分～11時

初めて利用される方に、ひろばの説明を行います。

(開設日にも行っています)

◎フリートーク 17日(水)午前11時～11時30分

ミニ情報や子育てについて語り合しましょう。

◎育児・悩み相談 随時受け付けています

●開設日および時間

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

●問い合わせ

宇城市子育てひろば(宇城市不知火支所3階) TEL 32-1316

10月の開設カレンダー ○ひろば開設日

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			

10月の10日
～皆さんの笑顔の写真を紹介します～



瑠菜(るな)ちゃん(1歳10ヶ月)
薫ママ

結香(ゆいか)ちゃん(1歳2ヶ月)
恵子ママ

「ひろばでお友達ができたので良かったです♡」

「ひろばでたくさん遊んで、たくさんお友達つくってます。」

※写真掲載を希望される方は係までお申し出ください。

宇城市ファミリーサポートセンター

援助会員養成講習会開催!

援助会員とは・・・子育て中の保護者に代わり自宅で短時間子どもを預かったり、保育園への送迎をお手伝いしたりする子育ての応援団です。※宇城市内に居住する20歳以上で、子育て支援に理解があり子どもが好きな方。(講習会終了後、援助会員として登録していただき、活動開始となります。)

○養成講習会日程

11月15日(木)
11月20日(火)
11月22日(木)
11月27日(火)
1日約6時間、合計24時間の講習会です。

○講習内容

保育の心、救急法、子どものお世話、遊び、小児看護など、各分野から専門の先生を招いての充実した講習会です。

※事前に申し込みが必要です。

○子育て公開トーク

※援助会員養成講習を兼ねて行います。

日時 11月15日(木)
午後1時～2時
場所 不知火支所2F
大会議室

※どなたでも参加できます!

詳しくはお気軽に問い合わせください
宇城市ファミリーサポートセンター
TEL 32-1316(内3301)



ゲスト 井上 晴美 さん
プロフィール

16歳で芸能界に入り、ドラマ・映画・舞台など多くの作品に出演。国際結婚をし、今は3児の母。現在は、主婦業と女優業をこなしている。

急 募

パート職員を募集します

地域包括支援センター保健師または経験のある看護師

■仕事内容: 地域包括支援センターの保健師業務、総合相談業務及び介護予防ケアマネジメント業務等

■募集人員: 1人

■必要な資格: 保健師または経験のある看護師、普通自動車運転免許

■就業場所: 宇城市社会福祉協議会本所

■時給: 1,040円

■雇用期間: 採用日～平成25年3月31日

■その他: 労災保険・雇用保険・社会保険加入 雇用継続が可能です。

問い合わせ

総務課 TEL 32-1316

