

ハートフルうき

無病息災と五穀豊穰を
祈願して!



▲不知火町亀崎地区



▲小川町蓬仏地区



▲松橋町南豊崎地区



▲豊野町山崎地区

目次

- 参加者募集…………… P2
- 福祉会のひろば・介護予防通信… P3
- 地域包括支援センターからのお知らせ… P4
- 相談コーナー…………… P4
- 寄附お礼…………… P5
- 子育てひろば通信・ボランティアセンター通信… P6

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>

子ども劇場開催

共同募金配分金事業

12月23日、ウイングまつばせ文化ホールで、子ども劇場を開催しました。

今回は、劇団プレジャーB(道化師)によるコメディサーカスに約700人が参加されました。ピエロの華麗な大道芸に、会場からは、終始歓声が上がっていました。終了後、子ども達からは、「楽しかった」「また来年も来るからね」などの声が寄せられました。

また、公演後の募金活動にもご協力いただきありがとうございました。



参加者募集

問い合わせ・申し込み 地域福祉課 TEL32-1316

▶ひとり親世帯交流事業 in豊野少年自然の家

市内在住で、ひとり親世帯を対象に交流会をします。皆さんの参加をお待ちしています。

- 日 時** 3月21日(金)10時開会
場 所 豊野少年自然の家
対 象 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
※保護者同伴の参加になります。
内 容 ゲーム大会、親子でカレー作り体験など
参 加 費 一世帯500円(食事代、ゲーム代込)
申込期限 3月14日(金)



▶傾聴ボランティア養成講座

傾聴ボランティアとは・・・「だれかのお役に立ちたい」と願う人達が、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話し相手や相談相手をするのが傾聴ボランティアです。興味のある方は参加してみませんか。

- 日 時** 平成26年2月27日(木)午後1時30分～4時50分
場 所 不知火老人福祉センター2階大集会場
内 容 ・「傾聴の役割と意義」
講師 熊本学園大学 教授 和田 要 氏
・「高齢者・認知症への理解」
講師 宇城市地域包括支援センター 職員

- 参 加 費** 無料
申 込 方 法 電話で申し込みください。
申 込 期 限 2月20日(木)



地域のつながりを大切に!

1月12日、不知火町御領6区地区福祉会(吉良省二会長)では、地区公園に58人が集い、自主防災訓練およびどんどやが開催されました。防災訓練では、安否確認や初期消火活動などを行い、参加者は、声を掛け合いながらバケツリレーで訓練を行いました。恒例行事のどんどやでは、子ども達も一緒に参加し、一年の無病息災を祈願をした後、寒空のなか、豚汁を食べて身も心も温まる時間を過ごし、地域の絆を深めました。



介護予防通信

—いつまでも元気に暮らせるように取り組んで居ます—

巡回型介護予防教室

地区福祉会(サロン)で開催中!!

～好評講座メニュー～

- ・認知症予防
 - ・転倒予防のための運動
 - ・ひざ痛予防
 - ・嚥下(飲み込み)について
 - ・低栄養にならないために など。
- ※お気軽に問い合わせください。



下安見地区



浦上・新村地区



豊崎地区



三ツ丸地区

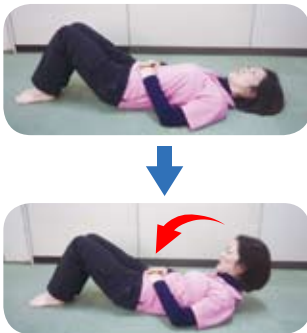
問い合わせ・申し込み

地域福祉課 TEL 32-1316

1日3分! 自宅で簡単ストレッチ! ～腰痛解消編～

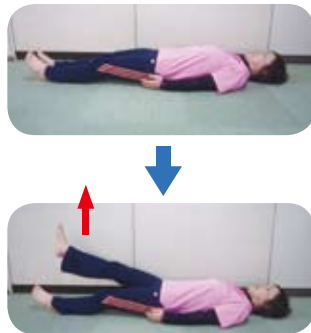
ポイント ①自然な呼吸で行いましょう ②痛みがでない程度で行いましょう ③それぞれの運動を繰り返し行いましょう

①ヘソのぞき体操



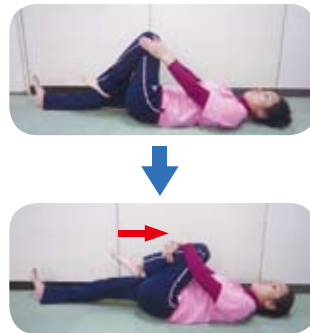
ヘソを見るように、ゆっくりと上半身を起こします。3秒ほど状態を保ちます。

②片足上げ体操



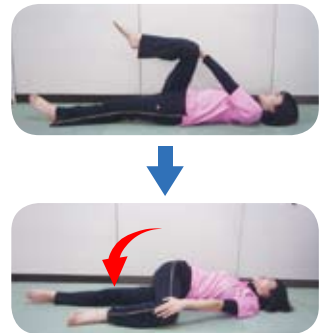
片方の足をゆっくりと持ち上げ、3秒ほど状態を保ちます。

③膝かかえ体操



片方の足を両手でかかえます。膝を胸のあたりまで引き寄せ5秒ほど状態を保ちます。

④腰ひねり体操



上げる足の逆手で膝の外側を持ち、添えた手の方向の床に足をたおします。5秒ほど状態を保ちます。

認知症サポーターステップアップ講座 参加者募集

高齢化が急速に進む中、認知症の人数が増えることが予想されています。その中で、地域の支え合いは不可欠です。そのため、認知症サポーターの中でさらに認知症についての知識を深め、認知症の人やその家族への声かけや見守りができる技術を身につけたいという方を募集します。



日時 2月26日(水) 午後1時30分～3時30分

場所 宇城市不知火支所2階 大会議室

内容 「認知症サポーターとして活動するために」
講師 認知症介護指導者 松永愛根子 氏

受講料 無料

対象者 宇城市内に在住・在勤し過去に認知症サポーター養成講座を受講したことがある方
※認知症サポーターである証のオレンジリングを身につけてご参加ください。

申込期限 2月21日(金)

「認知症家族介護者交流事業」～日帰り温泉旅行 参加者募集

在宅で認知症の方を介護されている家族を対象に、介護に対する体験を語り合いながら、心身のリフレッシュを図ることを目的に開催します。

日時 3月6日(木) 午前9時15分～午後4時00分(予定)

内容 人吉日帰り温泉旅行(国宝青井阿蘇神社→人吉旅館→人吉・球磨のひなまつり見学)

集合時間 午前9時15分

集合場所 不知火支所西側駐車場(フレッシュくまい側)

対象者 宇城市内で認知症の人を在宅で介護されている方(定員15人)

参加費 2,000円

申込期限 2月21日(金) ※定員になり次第締め切ります。

問い合わせ・申し込み 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。気軽にお越しください。

相談日 2月28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



◎ 3月の法律相談日程◎

期 日	相談場所
3月 5日(水)	小川総合福祉センター
3月 19日(水)	豊野福祉センター

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。

- 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。

相談時間 午後2時～4時30分(1件30分まで)
人 員 先着5件まで(事前申し込みが必要)
申 込 日 2月24日(月)から受け付けます。
申 込 先 地域福祉課 TEL 32-1316

寄附お礼

次の方々よりご寄附をいただきました。

(平成25年12月11日)

平成26年1月15日受付分

一般寄附

岩本 敏之様	不知火町	金一封
中上美好子様	不知火町	金一封
菊池 昌子様	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
前川 孝一様	前川ツヤ子様	馬場
中川トヨ子様	中川美恵喜様	大口
宮川ケイ子様	宮川昭次郎様	赤岩
武田 敏昭様	武田シズ子様	古氷団地
若本 剛史様	若本トミ子様	小田良
中尾 清士様	岩崎 厚子様	矢崎
福寫 誠様	福寫 辰夫様	田井浦
堀 誠二様	堀 ツルエ様	新地
太田 文一様	太田シヅノ様	塩屋
池田 勝洋様	池田美恵子様	京都府

不知火町

寄附者	故人名	行政区
吉川 良章様	吉川 久男様	小曾部
岩竹 浩輝様	岩竹カオル様	十五社二区
奥村ミツエ様	奥村 渡 様	桂原
山下 尚隆様	山下アサ子様	小曾部
松田ハツ子様	松田 一義様	和田
緒方 敬三様	緒方ヨシ子様	塚原東

松橋町

寄附者	故人名	行政区
安達 久幸様	安達アサメ様	舞嶋
吉田 朝子様	吉田 郁夫様	8区
松田タミ子様	松田嘉根廣様	北11区
岡崎 嗣博様	岡崎ミヨシ様	沖塘
井上 正剛様	井上カネ子様	竹崎
奥田 和子様	奥田 繁喜様	島
小田 一夫様	小田金次郎様	南豊崎
高嶋 幸子様	高嶋 秀夫様	久具
高木 孝広様	高木 三敏様	曲野北
重田ミサホ様	重田 重由様	両仲間南
斉藤 光義様	斉藤 千里様	北萩尾
園田 昌大様	園田タツエ様	両仲間南
松田ツギエ様	松田登志夫様	南豊崎
寺本ヨシ子様	寺本キヨノ様	2区
櫻木 勇夫様	櫻木由惟子様	両仲間北
齊藤トシコ様	齊藤 一水様	浅川
福岡善一郎様	福岡ヨツエ様	松橋本村



小川町

寄附者	故人名	行政区
橋田サチ子様	橋田 安夫様	南出村
淵本 弘一様	淵本 利秋様	平野
稼 ヤヨイ様	稼 隆義様	南部田
鋤崎 覚 様	鋤崎千代メ様	新田
森下 達雄様	森下アイ子様	小川西
西村スミ子様	西村 保 様	川尻
村上 久徳様	村井美代子様	新田
小田 久子様	小田 勝 様	出来町
前田 昭子様	前田 一成様	南新田
増田 節美様	増田 千明様	河江
園村 幸紀様	園村エイ子様	河江
藤本 見一様	藤本 公吉様	日岳町
宮本 春美様	宮本 久子様	南小野

豊野町

寄附者	故人名	行政区
佐藤佐代子様	佐藤 美成様	南山崎
北島 栄子様	北島 年高様	下糸石
岩崎 弘範様	岩崎 京子様	上安見
本山 謙二様	本山サカエ様	上糸石
前田 慧 様	前田 松枝様	中間
叶 キクエ様	叶 昭光様	下安見

皆さまのご厚意に深く感謝申し上げます。また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沿って掲載しております。

黒潮市場パルシェ松橋店歳末チャリティー餅つき

12月21日、黒潮市場パルシェ松橋店で、当尾校区役員、婦人会など、ボランティアとして多数の方が参加され、毎年恒例のチャリティー餅つきが行われました。出来上がった餅は、店頭で販売され、益金の一部を当社協にご寄付いただきました。この益金は、宇城市の福祉推進活動に活用させていただきます。ありがとうございました。



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～

2月の予定

◎ミニミニ講座 20日(木)午前10時30分～11時30分

家庭で出来るエコライフ〈予約制〉

場所:子育てひろば内

エコについての知識を深め、家庭に取り入れてみませんか!

熊本県エコライフの達人に登録されている森川公子さんにお話をさせていただきます。どうぞご参加ください。

2月5日(水)から予約を受け付けます。(先着20組)

◎ほっとカフェ 21日(金)午前10時30分～11時30分

◎絵本の日 14日(金) 28日(金)午前11時～11時30分

◎製作あそび 19日(水)午前11時～11時30分 午後2時～2時30分

おひな様を製作します

◎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(不知火支所3階) TEL32-1316 (内線3301)

遊びにおいでよ!



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 <small>建国記念の日</small>	12	13	14 <small>絵本の日</small>	15
16	17	18	19 <small>製作あそび</small>	20 <small>ミニミニ講座</small>	21 <small>ほっとカフェ</small>	22
23	24	25	26	27	28 <small>絵本の日</small>	

ほのぼの

～皆さんの笑顔の写真を紹介します～



旬平(しゅんぺい)くん
愛ママ

たくさんのお友達とおもちゃで楽しく遊んでいます。



陽一(よういち)くん
明子ママ

お友達に会えるこの場所が大好きです。

ボランティアセンター通信

正月の飾り餅を配布

12月25日、小川町のボランティアグループふれあい会と肥後小川ライオンズクラブの共催で、町内76歳以上の1人暮らし世帯260人を対象に、飾り餅を配布されました。この活動は20年目を迎え、今年は、地域子ども達も一緒にお宅を訪問し、頂かれた方々は、笑顔で「毎年ありがとうございます」と話されていました。



ボランティア活動をしたい人やボランティアを必要とする人などの相談を受けています。お気軽にご相談ください。

問い合わせ

宇城市ボランティアセンター TEL 32-1316

九電OBが点検清掃ボランティアを実施

12月24日、九州電力OB「九友会」7人の皆さんが、知的障害者更生施設清香園を訪問して、蛍光灯などの点検清掃を行いました。日頃手の届かない箇所が清掃され、園からは、大変喜ばれました。希望される福祉施設などは、下記までご連絡ください。

