

ハートフルうき

劇団うきうきによる公演
「認知症は抱え込まんで、よかばい!!」



11月8日「認知症市民フォーラムinうき 2014」にて

目次

- 認知症市民フォーラム …… P2
- ボランティアグループ紹介 …… P2
- 介護予防通信・かたろう会 …… P3
- 地域包括支援センター通信 …… P4
- 寄附お礼 …… P5
- 賛助会員企業紹介 …… P5
- 子育てひろば通信 …… P6
- 共同募金コーナー …… 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.shakyou-uki.jp>

認知症市民フォーラムを開催しました。

11月8日、ウイングまつばせにおいて「認知症市民フォーラムinうき2014」が開催され多くの方々にご来場いただきました。

基調講演では、日本で初めての認知症当事者の会「3つの会」代表である佐藤雅彦氏と当事者の会支援者である看護師の水谷佳子氏より「認知症とともに、よりよく生きる～今、そしてこれから認知症と生きる全ての人へ～」と題して講演が行われ、51歳でアルツハイマー型認知症の診断を受けてからの心の葛藤や日常生活の困難に直面しながらも、前向きな生き方を模索してきた状況をお話いただき、「すべては信頼関係。必要な時に必要なだけの支援をしていただけたら、認知症の方でも地域で生活できる。多くの方に自分のことを知ってほしい。」と伝えられました。

また、市内地域密着型サービス事業所の紹介やロビーでは認知症に関連するパネルや認知症関連メーカーの展示・パズルなどの体験コーナーも設置され来場者は興味深く参加されていました。



ボランティアグループ紹介

「劇団うきうき」の方々を紹介します。

劇団は、平成20年に発足し身近な福祉問題などを題材とした福祉劇を行うボランティアグループです。今年は、新たに2人の団員が加わり、個性豊かな9人で楽しみながら活動されています。地区福祉会や各種イベントなどを中心に公演しながら演劇を通して地域に向けた福祉課題の啓発を行っています。松本富子会長は、「これからも楽しみながら活動したい」「新入団員も大歓迎です」と笑顔で話されていました。



劇団うきうきが

「認知症は抱え込まんでよかばい」を演じました。

先日行われた認知症フォーラムにおいて、オープニングアクトとして出演しました。久しぶりの舞台に団員の皆さんは「何回も練習しリハーサルも行ったけれどやっぱり緊張します」と言われていました。劇が終わるとホッとして「また次回もぜひ演じたい」「観客の皆さんに伝わったかどうか」「観客の笑い声がきけてうれしかった」など声が出ていました。



※演劇に興味のある人、公演の依頼を希望する人はお気軽にご相談ください

問い合わせ

ボランティアセンター TEL 32 - 1316

障がい者スポーツ大会

— 共同募金配分金事業 —

「気持ちいい汗をかきました」

10月31日、不知火体育館において、第9回宇城市障がい者スポーツ大会が開催されました。この大会は、運動を通じて障がい者相互の融和と親睦をはかり、社会参加を目的に開催する事業です。身体・知的・精神の障がい団体の138名が参加されました。8チームに分かれ、玉入れや仮装競技などを行い、参加者から「パン食い競走が楽しかった」「玉入れ頑張りました」などの声がありました。



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います～

かたろう会 ～楽しかったバスハイク！～

11月10日から14日にかけて、バスハイクを行い、散歩や食事、買い物を楽しみました。三角方面に行った利用者は「久しぶりにこんな近くで海を見た」「海の幸が豊富でなんでも買って帰りたい」、松橋・小川方面に行った利用者からは「いつも食べられないのが食べられてよかった」「紅葉もきれいね」というような声も聞くことができました。みなさん笑顔でリフレッシュできました。



自宅でできる簡単な運動 ～腰痛予防編～

脇伸ばし

- 1、椅子に座り、背筋を伸ばし、肩を左右10秒ずつ下ろします
- 2、床に落ちたペンを拾うイメージでおこないましょう

体幹運動

- 1、四つ這いになり、右手と左足をあげます
- 2、上げて静止して5秒数えます
- 3、左手と右足も同様に行います
- 4、床と背中が平行になるようにしましょう



— 出 前 講 座 —

当尾小学校 疑似体験学習

11月2日、当尾小学校6年生59人が「バリアフリー」をテーマに、高齢者疑似体験学習を行いました。総合的な学習の一環として高齢者や体の不自由な方がたの身体状態を体験し、思いやりの心を養ってもらい、介助者の体験も併せて行い「声かけ」の大切さも学びました。



地域包括支援センター通信 ~ みなさんの元気を支えます ~

在宅介護者のつどい開催のご案内

同じ立場の人と話をして楽しい時間を過ごしませんか？
専門のスタッフも参加し、不安やお悩みの相談に応じます。お気軽にご参加ください。







- 対象者** 市内在住の高齢者または障がい者を介護されているご家族
開催日時 平成27年1月14日（水）
午後1時30分～3時30分
開催場所 不知火老人福祉センター
内容 介護実技・アロマトリートメント・座談会
参加費 無料
申込期限 平成27年1月7日（水）



「インフルエンザの季節がやってきます!!」

インフルエンザは、38℃以上の発熱・頭痛・関節痛筋肉痛など全身の症状が突然現れます。併せてのどの痛み鼻汁・咳などの症状も見られます。お子様ではまれに急性脳症を、ご高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。

インフルエンザの予防法

1. 流行前のワクチン接種 	2. 飛沫感染対策としての咳エチケット 	3. 外出後の手洗いうがいなど 
4. 適度な湿度の保持 湿度40%以上 	5. 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取 	6. 人混みや繁華街への外出を控える 

もし、インフルエンザにかかったら、マスクを着用し他の人にうつさないようにして、早めに病院を受診しましょう。

申し込み・問い合わせ

地域包括支援センター TEL 25-2015

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。

- 相談日** 12月19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 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方は、弁護士が無料で相談に応じます。

- 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。

◎ 1月の法律相談日 ◎

期 日	相談場所
1月 7日（水）	小川総合福祉センター
1月 21日（水）	豊野福祉センター

- 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です）
申 込 日 12月18日（木）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26年10月16日)

平成26年11月15日受付分

一般寄附

岩本 敏之様 不知火町 金一封
 旧江頭水道組合様 小川町 金一封

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
渡邊ヨシエ様	渡邊 末利様	三角本村
平田 信子様	平田 照男様	大口
山本 正人様	山本三代子様	古氷
中嶋 順藏様	中嶋チヨノ様	金桁
山口 公明様	山口 司様	大口
松下ヨリ子様	松下 嵐様	新地
坂本 久様	坂本キミ子様	片島
岩崎恵美子様	岩崎 満様	塩屋
園田 寿子様	木村 節子様	手場
鯛瀬 安子様	鯛瀬 成章様	田井浦

不知火町

寄附者	故人名	行政区
田中みさ代様	田中 壽一様	塚原東
堀田 好行様	堀田ミツ子様	鴨籠
緒方 義友様	河野ヨシ子様	古屋敷
照山 龍樹様	照山 龍雲様	高良

松橋町

寄附者	故人名	行政区
吉田 美子様	吉田 伯也様	北11区
岩崎 慶子様	岩崎 成也様	南11区
山中久美恵様	山中 節雄様	8区
藤本エミ子様	藤本 弘様	内田
渡邊 律子様	渡邊 洋一様	砂島
松里 郁子様	松里 幸敏様	川

小川町

寄附者	故人名	行政区
木野 宗夫様	木野 和様	納野
片岡 賢一様	片岡 芳子様	表南小川
篠塚 岩雄様	篠塚スエモ様	南小野
高野カツヨ様	高野 和則様	亀之町
小山田 豊様	小山田ミスエ様	南部田
藤本 聰様	藤本 幸子様	舞嶋

豊野町

寄附者	故人名	行政区
岡本トキ工様	岡本 末人様	上糸石

香典返し・寄附金等の受付場所について

社協本支所並びに市役所本庁（社会福祉課）で受け付けております。

○社協			
本所	宇城市不知火支所 2階	不知火町高良 2273-1	☎ 32 - 1316
三角支所	三角老人福祉センター	三角町中村 381-2	☎ 53 - 1461
松橋支所	松橋老人福祉センター	松橋町豊福 1786	☎ 32 - 1055
小川支所	小川総合福祉センター	小川町江頭 33	☎ 43 - 4797
豊野支所	豊野福祉センター	豊野町糸石 2938	☎ 45 - 3944
○市役所			
健康福祉部	社会福祉課	松橋町大野 85	
三角支所	健康福祉係	三角町波多 213-1	

ご寄附いただきました浄財は社協が実施する地域福祉事業に活用されます。皆様からのご厚志をお待ちしております。

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。

皆さま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用させていただきます。

福島 光二様
 坂田 新也様
 今田カズエ様
 今田 重巳様
 北山崎
 福島ツル子様
 坂田 重義様
 下糸石 郷

宇城市社会福祉協議会 賛助会費納入団体・企業紹介

有限会社 カートップ熊本 (小川町) 43 - 4516	安心と信頼のカートップ熊本です。全てを自社工場で行えます。新車、中古車、車検、板金、保険、ETC セットアップ取付け、福祉車も取り扱っています。
有限会社 サンリバー (小川町) 43 - 4172	仏事会席、祝会席、歓送迎会、各種宴会にご利用できます。大小個室完備(2名~50名様まで) 無料送迎バスも完備!!
株式会社 トヨタレンタリース熊本 (熊本市) 096 - 388 - 7171	トヨタレンタカーは県内 15 店舗、約 200 台!! 福祉車両もご用意できます。レンタカーのご利用は是非トヨタレンタリース熊本へ。

子育てひろば通信

遊びにおいでよ!



～乳幼児(0～3歳位)と保護者が自由楽しく遊べる空間～

12月の予定

◎バルーンショーとクリスマス会 <予約制>
12日(金) 午前10:00～11:30

場 所: 不知火老人福祉センター 2階
対象者: 就学前の子どもとその保護者
子育てひろばは、5周年を迎えました。そこで今回はバルーンアーティスト「あややん」さんを迎え、クリスマス会を開催します。
紙芝居などの楽しいイベントもあります。
12月5日(金)から受付けます。(先着50組)

◎絵本の日 3日(水) 午前11:00～11:30

◎ほっとカフェ 8日(月) 午前10:30～11:30

◎製作あそび 17日(水) 午前11:00～11:30

◎音楽あそび 19日(金) 午前11:00～11:30

◎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) TEL 32-1316(内線3301)

開設カレンダー

○ひろば開設日

日	月	火	水	木	金	土
	①	2	③ 絵本の日	4	⑤	6
7	⑧ ほっとカフェ	9	⑩	11	⑫ クリスマス会	13
14	⑮	16	⑰ 製作あそび	18	⑱ 音楽あそび	20
21	⑳	㉓ 天皇誕生日	㉔	25	㉖	27
28	29 年末休業日	30	31			

※年末は27日からお休みです。1月は5日から開設いたします。

ほのぼの
～皆さんの笑顔の写真を紹介します～



優雅(ゆうか)くん、
葉奈(かな)ちゃん 葉純ママ
お友達と仲良く遊んで
います。



直樹(なおき)くん
葵ママ
ひろばで楽しく遊んで
います。

宇城市福祉施設等職員交流ミニバレーボール大会

共同募金会宇城市支会では10月24日、ウイングまつばせにて共同募金運動の啓発活動の一環として、第10回宇城市福祉施設等職員交流ミニバレー大会を開催しました。

今年の大会は、市内34施設50チーム328人が参加され、各施設の応援者も多く賑やかで楽しい大会となり、皆さん心地よい汗を流されました。

大会参加費は、チャリティー益金として熊本県共同募金会へ全額寄付いたしました。

多数のご参加ありがとうございました。



赤い羽根共同募金 「街頭募金へのご協力ありがとうございました」

街頭募金運動報告 募金総額 192,389円

10月から11月にかけて市内10ヶ所の商業店舗にご協力頂き街頭募金運動を実施しました。多くの市民の方々から温かいご声援とご協力をいただきましてありがとうございました。

問い合わせ 総務課 TEL 32-1316

