



市民も元気! 地域も元気! 宇城市も元気!

ハートフル

うき

2017

3

月号

No.146

## みんなで楽しくマジックショー



～共同募金配分金事業～

2月12日、ウイングまつばせ文化ホールにて子ども劇場を開催し、市内の親子約600人が参加しました。アンディ先生のマジックショーに子ども達は目を輝かせ、色々な演出に見入っていました。また公演後の共同募金活動にもご協力いただきありがとうございました。

# 一日給食サービス ～共同募金配分金事業～

## まごころお弁当届けます

2月3日から17日にかけて食生活改善推進協議会、地域婦人会、民生委員児童委員連絡協議会の方々の協力により、栄養バランスがとれたお弁当をまごころ込めて作っていただきました。できあがったお弁当を、市内在住の80歳以上の一人暮らし高齢者約850人の方へ、民生委員児童委員で届けていただきました。受け取られた方からは「寒い中ありがとうございます」「おいしいお弁当ありがとうございます」など笑顔でお礼を言われていました。この活動を通して、日ごろから住民同士での見守り活動が盛んに行われることを期待します。



## 地域支え合いセンターだより

### 小川仮設団地「どぎゃん会」で歌謡ショーを開催

1月26日、地域交流の場として第8回「どぎゃん会」を開催しました。今回は、仮設の歌姫の愛称で被災地ライブをされている、奥野ひかるさんを招いて歌謡ショーを行い「ずんどこ節」「ありがとう」などが披露されました。参加者は軽快なトークに大笑いし、また奥野さん自らが仮設団地暮らしをされた経験談に涙を流される方もおられました。笑いと涙に包まれながら「ほんなこて楽しかった～」「元気がでたばい！」と心から楽しまれた様子でした。



### 豊野仮設団地を蒲島知事が訪問

2月8日、蒲島県知事が豊野仮設団地を訪問されました。住人からの住宅復旧に関する要望や生活の実情、心配ごとなどの多様な声に耳を傾けられていました。住人からは、「直接会って、話ができて安心しました」と話され、少し不安が解消されたようでした。



地域支え合いセンターでは、熊本地震により被災された仮設団地やみなし仮設で生活されている方々の、生活に寄り添う支援や心のケアを中心とした活動として、随時訪問を行いながら個別ニーズの聞き取りや相談対応を行っています。

問い合わせ 地域支え合いセンター TEL 27-9970 FAX 27-9971

## ボランティアセンター通信

### 平成29年度ボランティア活動保険のご案内

ボランティア活動中に起きた事故によるボランティア活動者自身の傷害や賠償責任が生じるものが補償の対象となります。ボランティア活動を安心して行うために、万一に備えてご加入することをお勧めします。詳しくはお問い合わせください。

年間 保険料	基本タイプ	A 350円	B 510円
	天災タイプ	天災A 500円	天災B 710円

※天災タイプは基本タイプを含んだ内容となり、地震・噴火・津波に起因する被保険者自身のケガの補償が付加されます。

○補償期間（保険期間）平成29年4月1日午前0時から平成30年3月31日午後12時まで

※補償期間での途中加入も可能です。その場合の補償期間は、加入手続きを行った日からとなります。

問い合わせ ボランティアセンター TEL 32-1316

# 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—

今回は「若返り塾」小川会場の様子をご紹介します。現在、河江公民館にて開催し23人が参加されています。筋力アップの体操で5歳若返りを目標に取り組んでいます。筋力は、使わないと年々減少していきます。また、健康維持や美容には重要な役割を果たします。前期高齢者から早めに予防し、日常生活を楽しく過ごしましょう。あわせて認知症予防として読み書き計算も取り入れています。

## 利用者の声



膝が痛いのは筋肉の衰えと医者にいわれ若返り塾でストレッチ・筋トレをし、自宅でもやっています。だから、悪くならず維持でき長く正座もできています。体・頭を鍛え元気で長生きが目標。



ストレッチ・筋トレは体にとってもいいです。また、脳トレは後期高齢者に突入した私には現状維持で進行しないように予防できています。家ではなかなかしないのでみんなとできて楽しくて、私の有意義な1日です。



おもりを着けて筋トレ



読み書き・計算

※60歳以上の方であれば参加できます。まずはご相談ください。

問い合わせ 地域福祉課 TEL 32-1316

## 福祉出前講座で点字体験を行いました

2月2日、不知火小学校3年生70人を対象に福祉出前講座（点字体験）を開催しました。

今回はゲストティーチャー（手話・点字ボランティア）3人を招き、点字について教えていただきました。点字は見たことはあっても、読んだり、打つことは初めてだったので意欲的に取り組む姿が見られました。最後は自分の名前や好きな食べ物を打つことに挑戦し、体験後の児童からは、「点字を打つのが難しかったが、読むのはもっと難しかった」「点字についてもっと勉強したいと思った」などの感想が聞かれました。



※福祉出前講座を希望される方は、お気軽にご連絡ください。地域福祉課 TEL 32-1316

## 宇城市老人クラブ連合会より寄附

2月17日、宇城市老人クラブ連合会（野田秋信会長）から「熊本地震震災拠出金」として、金一封を本会にご寄附いただきました。これは熊本地震災害に際し、全国老人クラブ連合会に寄せられた寄附金の配分を受けられた市老連から市社会福祉協議会への寄託がなされたものです。寄託の意思に基づき、本会が行う災害支援活動の経費として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歳くらい）と保護者が  
自由に楽しく遊べる空間～

3月開設カレンダー ○ひろば開設日(午前10時～午後3時)

日	月	火	水	木	金	土
			①	2	③ <small>音楽あそび</small>	4
5	⑥	7	⑧ <small>絵本の日</small>	9	⑩	11
12	⑬	14 <small>ミニミニ講座</small>	⑮ <small>製作あそび</small>	16	⑰	18
19	20 <small>春分の日</small>	⑳	㉑	23	㉒	25
26	㉗	28	㉘	30	㉙	

※音楽あそび・絵本の日・製作あそびは午前11時から11時30分までになります。

◎ミニミニ講座 14日(火)午前10時30分～11時30分

## 「お楽しみ会」＜予約制＞

歌や絵本、手遊びや触れ合い遊びなど、親子一緒に遊べるお楽しみ会を開催します。皆さんの参加をお待ちしています。

場所：宇城市子育てひろば

講師：木下 千恵さん（元保育士）

※ 3月6日（月）から受け付けます。（先着15組）

◎育児・悩み相談 随時受け付けています

もうすぐ1歳になります。ご飯大好きな男の子です。



佑稀(ゆうき)くん



皆さんの  
笑顔の写真を  
紹介します

ほのほの



大翔(まさと)くん

毎日、元気に遊んでいます。

●問い合わせ 子育てひろば TEL 32-1316

## ちいきのすこやかさん

今月は、三角町にお住まいの  
藤村加津子さん（93歳）をご紹介します。

**Q** 毎日の楽しみを教えてください。

**A** 小物作りが趣味で少しずつ作品を作っています。また、童謡を歌うことが好きで、童謡教室にも通っています。相撲、ゴルフのテレビ観戦も好きで見えています。

**Q** 元気の秘訣を教えてください。

**A** 2階にある仏壇に花や水を供えており、1日2回階段を上り、できるだけ家の中を動き回るようにしています。また、週1回グラウンドゴルフやかたろう会に参加しています。さらに、健康のために果物を欠かさず食べています。



90歳のプレゼントとしてお孫さんが別府旅行に連れて行ってってくれたことがとてもうれしかったそうです。また、日常生活の中では、お隣・地域の人のおかげで助かっているとされていました。肌ツヤが良く笑顔がとても素敵でした。いつまでもお元気でお暮らしてください。

『ちいきのすこやかさん』を募集します。地域で元気に過ごされている方、自薦他薦を問いません。ぜひ、ご紹介ください。《問い合わせ》地域包括支援センター TEL 25-2015

# 寄附お礼

次の方々よりご寄附をいただきました。

(平成29年1月16日)

平成29年2月15日受付分

## 香典返し寄附

ご遺族の方々を中心に哀悼の意を表し、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

堀	郁代様	堀	ヒサヨ様	内	潟
片山	泰博様	片山	均様	新	地
毛利	和敏様	毛利	信敏様	大	田
箕島	蝶子様	箕島	勅範様	内	潟
水井	勝美様	徳永	ツタエ様	本	町
宮田	保様	宮田	ヤヨイ様	宮	崎
橋本	正一様	橋本	キクエ様	手	場
尾山	健様	尾山	定子様	黒	崎
中山	榮子様	中山	千一様	大	口

### 不知火町

寄附者 故人名 行政区

山口	誠様	山口	優美子様	小	曾
				曾	部

### 松橋町

寄附者 故人名 行政区

竹下	清美様	川田	良臣様	長	崎
松本	英利様	松本	辰三様	永	尾
黒田	哲夫様	黒田	政子様	御	領
猿喰	和子様	米澤	幸子様	小	曾
秋田	和男様	秋田	ハルエ様	御	領
平川	英二様	平川	ハルエ様	塩	屋
北山	則子様	北山	義春様	塩	屋
				浦	浦
中村	勝也様	山田	アキエ様	砂	川
岡元	義久様	岡元	少々子様	南	11
祝	正章様	祝	豊様	豊	福
吉田	正二様	吉田	伸也様	内	田
橋本	千鶴子様	橋本	力男様	南	11
上村	鉄太郎様	上村	ムツエ様	曲	野
緒方	陽様	緒方	淳様	10	区
吉田	正様	吉田	ハツエ様	内	田
池上	靖邦様	池上	静子様	松	橋
西山	俊彦様	西山	金二郎様	曲	野
				南	南

### 小川町

寄附者 故人名 行政区

谷崎	フミ子様	谷崎	眞雄様	中	小
杉本	修二様	杉本	清一様	耕	地
亀井	美恵子様	亀井	睦則様	亀	之
				町	町

### 豊野町

寄附者 故人名 行政区

吉村	末雄様	吉村	惇様	南	部
志水	榮輝様	志水	冴子様	北	部
友枝	洋様	友枝	睦江様	不	知
原田	信一様	原田	クミ子様	北	出
早川	一男様	早川	ふみ子様	南	部
吉田	信治様	吉田	美代子様	仲	之
上村	ヒロ子様	上村	康之様	河	江
吉村	浩吉様	吉村	シヅ子様	小	川
西村	達也様	山本	美知様	仲	之
庄村	光弘様	庄村	庄一様	三	ツ
木村	吉博様	木村	シヤ様	南	部
高岡	健志様	高岡	宏之様	出	来
瀧川	都様	瀧川	盛行様	蓮	仏
下村	佐智恵様	下村	文夫様	上	安
岡	美和子様	岡	修爾様	上	巢
岡村	節子様	岡村	光輝様	上	安
				見	見

皆様のご厚意に深く感謝申し上げますとともにも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添って掲載しております。



## 赤い羽根共同募金への ご協力ありがとうございました。

平成28年10月1日から12月31日まで、赤い羽根共同募金運動が実施され、市民の皆さまの温かいご支援とご協力により、9,041,178円が集まりました。募金は、熊本県共同募金会に送金し、配分委員会の審議を経て、県内の福祉施設や福祉団体へ配分されます。宇城市社協への配分金は、市内の地域福祉活動やボランティア等の活動支援などに活用されています。

赤い羽根のホームページはこちら <http://www.akaihane.or.jp/>

募金種別	募金額 (円)
戸別募金	7,971,805
街頭募金	168,392
学校募金	311,540
職域募金	526,829
その他募金	62,612
合計	9,041,178

参加者  
募集

## 脳いきいき教室 ～脳の元気が若さの秘訣！～

今日では、高齢者の4人に1人が、何らかの認知症状があるとされています。

「物の名前や人の名前が出てこないことがある」「新しいことに挑戦する意欲がなくなってきた」

「外出する機会が少なく、閉じこもりがちになっている」この中であてはまるものはありますか？

脳いきいき教室では、『簡単に取り組める認知症予防に特化したパズルプログラム』や『体を動かしながらの脳の機能向上プログラム』等を行っています。毎回参加者の方々に最近あったニュースや出来事を思い出すことなど、日常生活で簡単に取り入れられる認知症予防を学ぶことができます。

参加者からは、「認知症予防のための色々な勉強ができてよかった」「日頃からニュースなどに関心を持つようになった」など、脳トレーニングの効果が非常に大きく出ています。皆さんもぜひ参加してみませんか？

**日時**：4月7日～9月29日までの  
毎週金曜日 午後1時30分～3時30分

**場所**：宇城市中央公民館

**参加費**：1ヵ月 2,000円（テキスト代）

**定員**：20人

**講師**：株式会社 Re学（りがく） 代表取締役 川畑 智 氏

**参加条件**：全24回に参加でき、介護保険認定を受けていない方

**申し込み・問い合わせ**：市高齢介護課 TEL 32-1111  
地域包括支援センター TEL 25-2015



## 平成28年度 宇城市地区福祉会リーダー研修会

参加者募集

地域の中での生活・福祉課題を住民みんなの課題としてとらえ、地域住民の協議と協働による主体的な地域福祉活動が推進されることを目的に開催します。

**日時**：3月16日（木）  
午後2時～3時40分

**場所**：ウイングまつばせ文化ホール  
**参加者**：地区福祉会役員等、民生児童委員、一般住民など（地域福祉活動や地域づくりに関心のある方はどなたでも参加できます。）

**内容**：基調講演  
演題「新潟県山古志における中越地震からの歩み」  
講師（公財）山の暮らし再生機構  
山古志サテライト  
地域復興支援員 井上 洋 氏

**参加費**：無料  
**申し込み・問い合わせ**：地域福祉課 TEL 32-1316

## 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。

**期日** 3月24日（金）  
**時間** 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、お悩みの人は、弁護士が無料で相談に応じます。（事前申し込みが必要です）

- 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。

**期日** 4月19日（水）  
**時間** 午後2時～4時30分  
**場所** 不知火支所2階庁議室  
**受付** 3月16日から先着5件  
**申込先** 地域福祉課 TEL 32-1316

