

ハートフル

2022 No.207

4月号

うき

市民も元気！ 地域も元気！ 宇城市も元気！

「お互いに助け合える」地域づくりを推進します

生活支援体制整備事業

地域の皆さんや関係団体
とつながります！

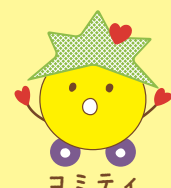
地域の良いところを探し、
もっと良いものにするために
一緒に考えます！

地域の「あったらいいな」
を一緒に考えます！



今、皆さんが行っている地域
活動を、これからも続けられる
ようお手伝いをします！

話し合いの場に出向いたり、
設けたりして、皆さんの不安や
希望などを伺います！



コミティ

3月号のコミティは、
表紙の右下にシルエット
がありました。



社会福祉法人 宇城市社会福祉協議会

生活支援体制整備事業

高齢化の進展に伴い、地域ではひとり暮らしの高齢者や高齢者夫婦のみの世帯が増えていきます。本事業は、医療や介護サービスだけでは解決しづらい暮らしの困りごとに応える「生活支援」（例：ゴミ出し、買い物、家事等）や、高齢者が楽しく取り組める「介護予防」（例：サロン、百歳体操等）の充実を、行政サービスのみならず、地域住民をはじめ、民間企業やボランティア等の多様な団体が協力し合い、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるように、みんなで支え合う地域づくりを行います。

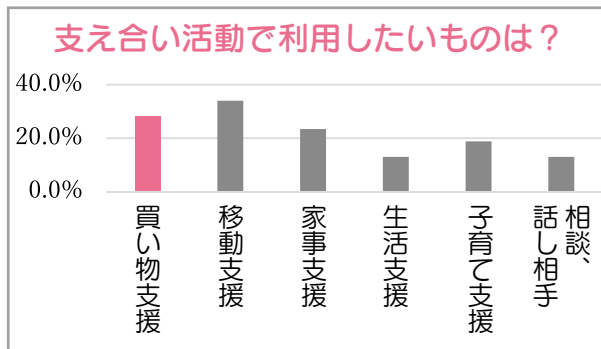
今年度は、生活支援アンケートや介護保険のニーズ調査を基に分析や課題の整理を行いました。定量的な分析を踏まえた課題の把握・検証を行いました。また、生活利便施設の充足度と支援ニーズや地域課題の関係性についても検討しました。

なお、検討した内容は市の政策形成に向けて提案します。

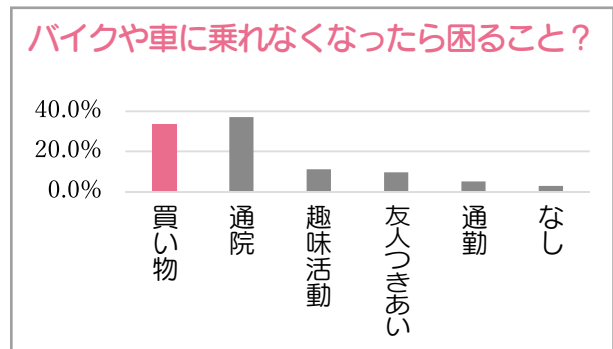
1 買い物についての研究

①買い物支援をテーマにした理由

地域包括ケアシステムの分析や課題抽出を行い生活に関する課題を整理しました。また、各種アンケート調査から『生活維持に重要な困りごと』に関する設問では上位に入っていることから買い物支援の必要性を検証テーマの一つとし分析を行いました。社会資源（スーパーや商店、移動販売等）は充足しているものの買い物に困っている答えが多くありました。

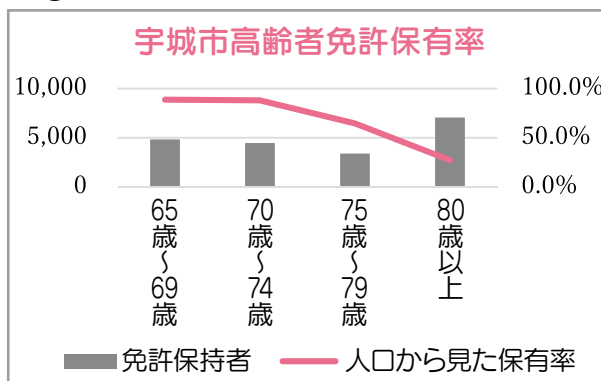


（出典：地域福祉計画）

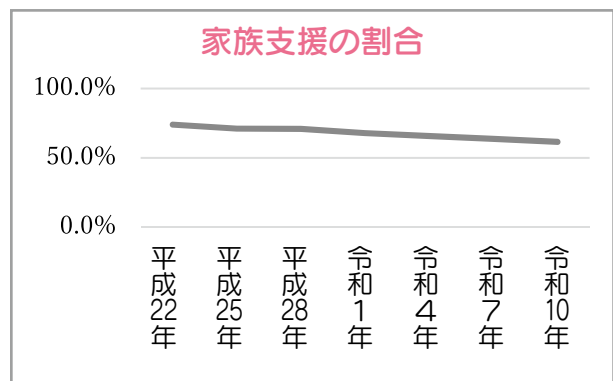


（出典：介護予防・日常生活圏域ニーズ調査）

②買い物支援が今後必要になるのかを検証



（提供：熊本県警察本部）



（出典：国民生活基礎調査）

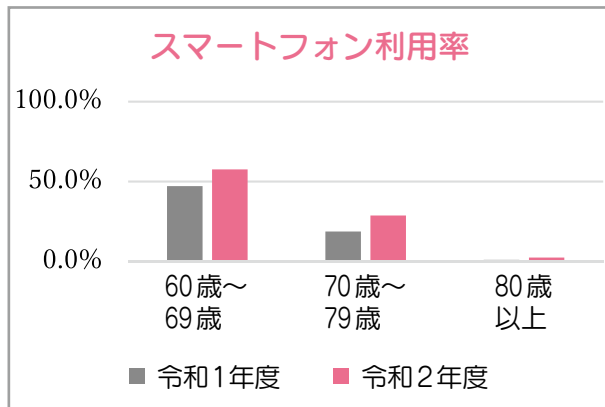
【考察】

現状では買い物に困っている方は現地調査や分析からは見えてきませんでした。今後、買い物困難に陥る原因は①家族支援の減少②互助機能の減少③社会資源の継続性であると推測しました。今後は家族支援・互助機能は徐々に減少すると予想されますが減少した分を社会資源（移動販売等）においてカバーできる可能性が高いとの検証結果となりました。

さらに、互助機能の減少を抑えることにより、買物に困る高齢者の割合が少なくなることから、互助機能の機能強化が必要です。また、社会資源（移動販売）等を住民が活用することで貴重な社会資源の存続にも繋がります。

2 電話やネット等の注文支援の研究

今後、買い物に自分で行くことができない高齢者が社会資源（電話やネットによる配達等のサービス）を使いこなせるかが懸念されることから、社会資源の活用について支援を必要とするのか検証を行いました。



（提供：総務省通信動向調査）



地域における宅配サービスの事例

不知火町松合地区では、寄り合い活動のなかで宅配サービスを共有しています。目が見えづらい住民の代わりに注文紙を記入するなど住民同士の助け合いもあり、利用者は「食材から日用品まで揃うので助かる」と言われていました。

【考察】

電話やネット等においても買い物サービスは充実していますが、一定の年齢以上を超えると徐々にサービスを使うことができる高齢者は少なくなります。注文を代行するなどの支援が入ることで自立した生活を維持できる可能性が高まるなど、一定の需要はあることが検証されました。

また、宅配サービスにおいても住民同士の互助活動が行われているところもあり、今後このような取組みを参考に支え合いの仕組みの構築について検討を進めます。

3 通いの場・自宅サロンについての研究

現在、多くの地区に福祉会設置が進み、百歳体操の実施地区についても取り組みの増加を図っていますが、各地区の参加率は高いと言えない状況です。しかし、高齢者の参加意向（健康づくりや趣味活動への参加意向）は一定割合あり、参加率向上策を検討するための要因分析、参加率向上策の検討を行いました。

介護予防の現状把握～分析結果～

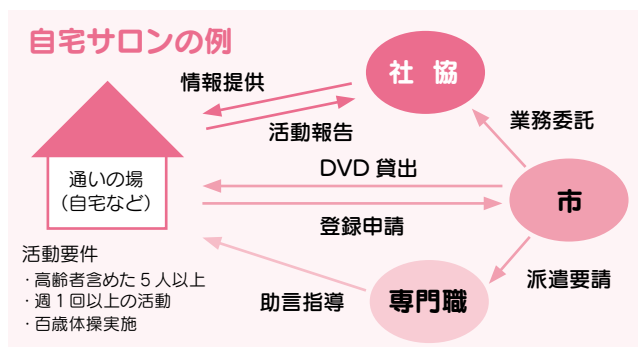
- ・社会資源の分析⇒高齢者の年齢、状態に応じた様々なメニューが豊富
- ・アンケート結果⇒参加意向は70%だが参加率は20%
- ・最終的には、地域運営の百歳体操で介護予防に取り組んでほしい

見えてきた課題

- ・開催場所までの移動手段がない
- ・仲の良い人がいないため参加しづらい
- ・地域で百歳体操が実施されていない
- ・85歳以上など的高齢者は若い世代とのペースの違いなどから不参加

【考察】

宇城市の介護予防事業により見えてきた課題（開催場所までの移動手段がない）等を踏まえ、移動支援の創設も考えられますが、費用対効果を鑑みると自宅サロンという方法が多くの課題に対する解決策になると考え、検討を進めます。



福祉会のひろば

毎日朝晩5分運動で健康維持!

三角町宮崎地区福祉会(宮田研蔵会長)では、毎月1日に高齢者世帯に運動や栄養等に関する資料を配付し、毎日朝晩5分の運動を実践し健康維持に努めておられます。資料の作成は、宮田会長がインターネットや新聞記事から役立つ情報を収集し、見やすくまとめられ印刷されています。「運動や栄養についてなぜ、どうして必要なのかを理解していただきながら実践することで生活習慣病などを予防し、地区の皆さんが元気に過ごしていただくことが一番」と話されました。



自宅で百歳体操行っています!



旦那と毎日
体操しています。
(本日はカメラマン)

百歳体操の自粛に伴い、希望者へDVDを配付したところ「自宅で体操をしている」という声をたくさん聞きました!

これからもぜひ継続していただき健康な体を維持してください。



自宅にDVDプレーヤー
が無いので近所の方と
一緒に体操しています。

問い合わせ 地域福祉課 TEL 32-1055

「いつまでもわが家で暮らしたいを支える」シリーズ③

教えて先生!!【今月の先生】 ☆篠崎内科クリニック 篠崎慶介先生☆



うき子

健康寿命を延ばすために骨粗鬆症が重要とのことですが、何に気を付ければいいですか？

「骨粗鬆症検診」を受けることです。骨粗鬆症と診断されるきっかけの多くは「骨折」です。骨折して初めて骨粗鬆症を疑われて検査を受けるという方が大半です。しかし、骨折する前に発見したくありませんか？骨粗鬆症はほとんど症状が無いため患者さんが検診を受けるか、かかりつけ医に相談する以外に見つかる方法がありません。また、骨粗鬆症検診の受診率と大腿骨骨折（足の付け根の骨折で寝たきりになり易い）の受傷率には相関性があり、受診率が高い県は骨折が少ないというデータがあります。ちなみに熊本県はわずか5%しかありません。

「こつそしょうしょうは言いにくい、そんなことより気づきにくい」という標語があるくらいです。



篠崎医師



うき子

では、どのような方が検査を受けるべきでしょうか？

骨粗鬆症は閉経の影響で圧倒的に女性が多いので、60歳以上の女性は毎年検診を受けるべきです。また、70代の女性は骨密度が年相応でも骨粗鬆症の基準を満たします。痩せている方は骨が弱くなりやすいので「痩せた70歳以上の女性」はほぼ骨粗鬆症と言っても過言ではありません。

また、男女問わず骨粗鬆症リスクが高いのは「壁に後頭部・背中・お尻が同時につかない方」や「若いころから2cm以上伸長が縮んだ方」です。その他、両親のどちらかが大腿部の骨折を起こしている、糖尿病や慢性腎臓病がある、ステロイド薬を使用している、リウマチを持っている、40代で閉経した方などは骨が弱くなりやすいです。加えて、年齢とともに骨密度は急激に下がる場合があるので検査は最低でも毎年受けることが肝心です。

以上より上記のようなリスクがある方はぜひ毎年検診を受ける、またはかかりつけ医に相談するようにしてください。



篠崎医師

在宅介護者のつどいを実施しました！



3月16日、老人福祉センターで介護者のつどいを開催し、11人の参加がありました。『介護者のこころの健康を保つために～作業療法士の私（息子）が母の介護に想うこと～』と題して、済生会みすみ病院 在宅リハビリテーション室長の五十嵐稔浩作業療法士から、実体験を通じた講話をいただきました。介護者の負担を減らす身体介護の技術、アンガーマネジメント（怒りのコントロール）などについて話されました。

参加者から「これから心の状態を穏やかに、コミュニケーションの取り方と方法を考えていきたいと思います」という感想がありました。

地域包括支援センターでも引き続き『介護者同士がつながっていきける、共有できる場所』を設けることを続けていきたいと考えています。



講話後のリラクゼーション体操の様子

問い合わせ 地域包括支援センター TEL 25-2015

もしくは社協HPトップ画面右バナーにある「☑メールでのお問い合わせ」から

車いすの寄贈

3月14日、明治安田生命保険相互会社（熊本支社支所長 日野研太）様より、車いす1台を寄贈していただきました。今後は、地域で必要とされる方への貸し出しや、児童・生徒を対象に行っている福祉出前講座等で使用させていただきます。

問い合わせ 地域福祉課 TEL 32-1055



新型コロナウイルス感染症の影響により生活資金でお悩みの皆さまへ

新型コロナウイルス感染症発生の影響による休業や失業等により、一時的に収入が減少した世帯を対象として、生活福祉資金（特例貸付）の緊急小口資金、総合支援資金【初回】について、令和4年6月末まで借入れ申込みの受付を実施しています。

詳細については、熊本県社会福祉協議会ホームページをご確認いただくか、下記までお問い合わせください。

問い合わせ 総合相談センター TEL 27-9972

令和4年度共同募金配分申請(令和5年度事業)の募集を受付けます

『施設』	『団体』	
民間福祉施設、保育所（認可外保育所含む）	民間福祉団体、小規模作業所及びNPO・ボランティア団体など	
配分対象：①社会福祉法人である施設 （ただし、特別養護老人ホーム及び養護老人ホーム、有料老人ホーム、老人保健施設は原則対象外） ②保育所（認可外保育所含む）	配分対象：①県域を対象とする社会福祉団体及び更生保護団体 ②障がい者の自立支援を実施している小規模作業所 ③社会福祉事業活動を実施しているNPO・ボランティア団体	
対象経費：①施設備品の老朽化、破損等により緊急に修理及び購入を必要とするもの（備品整備） ②施設利用者送迎用の車両の老朽化等による車両購入（車両整備）	対象経費：人件費等の経常経費を除く事業費及び備品整備費 配分限度額：50万円以内	
配分率：事業費総額の4分の3以内 配分限度額：200万円以内	<th>『養護施設』</th>	『養護施設』
	就職支度金：対象児童1人につき5万円 運転免許取得助成金：対象児童1人につき5万円	
	<th>全国共通配分テーマ</th>	全国共通配分テーマ
	【地域から孤立をなくそう～みんなが社会の一員として包み支え合うしくみづくり～】に沿った社会的孤立の解消に向けた活動や事業に対して募集を行います。 配分対象： 福祉団体・NPO法人・ボランティア団体など （例）生活困窮者世帯の見守り活動、ホームレス支援活動、歳末見守り活動など 配分限度額：10万円以内	
共同募金受配表示：車両や備品等の文字入れ経費を含めて、総事業費を算出してください。		
募集期間：令和4年5月31日（火）まで		
配分決定：令和5年3月末（県共募の配分委員会で審査、役員会において配分決定）		
事業実施年度：令和5年度（令和5年4月から令和6年3月までの事業）		

※申請書類は熊本県共同募金会ホームページからもダウンロード出来ます。

問い合わせ 宇城市共同募金委員会 TEL 32-1316 FAX 32-0327

寄附お礼

次の方々よりご寄附をいただきました。
(令和4年2月16日)

令和4年3月15日受付分)

一般寄附

川本 洋典様 不知火町 金一封

香典返し寄附

ご遺族の方々に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

山本 祐精様	山本美智子様	内 潟
石川 孝一様	石川 益子様	大 手
西山 一成様	西山 清 様	馬 場
山下 秀喜様	山下ジョウ子様	馬 場
山口 末廣様	山口 和代様	手 場
鶴田 慶太様	鶴田ツユ子様	野 崎
荒田 耕一様	荒田 良光様	内 崎
坂田 勝 様	坂田 房子様	際 崎
後藤タヅ子様	後藤 政幸様	三角御船

不知火町

寄附者

故人名

行政区

池永 博行様	池永 辰男様	大 見
坂本 節子様	坂本 勝義様	高 良
竹下 則男様	竹下 睦子様	浦 上
田中 功治様	田中 文子様	御領五区
西岡 洋子様	西岡 亮登様	十五社一区

松橋町

寄附者

故人名

行政区

中川 進 様	中川裕之助様	山 須 浦
高塚 伸之様	高塚 光子様	松 崎
青木フサ子様	青木 昭義様	古 屋 敷
松本 修治様	松本マサ子様	浜 田
浦津 正二様	浦津サダメ様	救 の 浦
中川 勝好様	中川キヨノ様	永尾一区
際田 克也様	際田 将也様	塚 原 南

小川町

寄附者

故人名

行政区

藏田 孝範様	藏田由井子様	松橋本村
池田 毅 様	池田 静枝様	両 仲 間 北
岩田 恭政様	岩田 美昭様	両 仲 間 南
西村 幸子様	西村 敏雄様	両 仲 間 北
藤田 香瑞様	藤田 忠子様	浅 川
結城てるみ様	結城 安浩様	久 具
浅利 竜生様	浅利 基子様	9 区
奥村 均治様	奥村 君代様	豊 福
浦田 伸介様	浦田 一満様	古 保 山
本郷 秀臣様	本郷 進 様	松橋御船
畠中 照子様	畠中 武夫様	久 具
中林 秋弘様	中林 節子様	両 仲 間 北
篠原眞由美様	篠原 武士様	松橋御船
福岡 直子様	福岡ニホル様	豊 福
林田 静夫様	林田 春子様	東 松 崎
中川 博敏様	中川 昭子様	竹 崎

小田 人史様	小田 久子様	新 町
上田 忠幸様	上田シズノ様	宇 土 割
勝木カツ子様	勝木 齊一様	北 小 野
塚本 道明様	塚本 和子様	西 小 川
中川 光輝様	中川ヒロ子様	河 江
中村かし子様	中村 数博様	上 住 吉
成田 勝 様	成田 鈴子様	南 出 村

豊野町

寄附者

故人名

行政区

林田 静子様	林田 護 様	舞 鳴
久野 寛幸様	長曽我部ツルエ様	新 町
藤本 安子様	森本メイ子様	河 江
松岡 清 様	松岡ヒロ子様	小 川 本 村
山口 哲弘様	山口 光代様	新 田
辰井 勝成様	辰井千代勝様	弦 卷
平田 司 様	平田フジノ様	宇 土 割
桑村 俊二様	桑村 金子様	平 野
松尾はるみ様	松尾 義展様	上 野
豊田 秀国様	豊田シズ子様	日 岳
奥村 博隆様	奥村 保 様	北 小
園田 峰也様	園田 勉 様	川 野

岩永 妙子様	岩永 一則様	上 安 見
大谷 修二様	大谷 房子様	合 志 市
村田 幸博様	村田千代子様	上 郷
池田 和穂様	池田 信子様	上 巢 林
川上 浩 様	川上 久子様	上 郷

皆さまのご厚意に深く感謝申し上げます。また、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。

お詫びと訂正

3月号の寄附お礼の紙面にて誤りがありました。次のとおり訂正しお詫び申し上げます。

寄附者

故人名

行政区

正) 鹿本 照代様	鹿本 泰徳様	松橋本村
誤) 鹿本 照代様	鹿本 泰徳様	島

相談コーナー

ひとりでは悩まず、まずご相談を

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。

日 時：5月18日(水)午後2時～4時30分
場 所：小川総合文化センター・ラポート
受 付：4月21日から先着5件
申込先：地域福祉課 TEL 32-1055
※6月は豊野町で開催予定です。

高齢者相談

住み慣れた地域で安心して、いつまでも生活することができるよう専門職が相談に応じます。
相談先：地域包括支援センター TEL：25-2015

生活困窮・ひきこもり相談

経済的困窮、就労、家族の問題、ひきこもりなどお気軽にご相談ください。
相談先：生活自立支援センター TEL：32-1135

成年後見制度等の相談

認知症、知的障がいなどの理由で判断能力が十分でない方々を、法律的に支援するのが成年後見制度です。お気軽にご相談ください。
相談先：成年後見支援センター TEL：27-9972

子育てひろば通信

開設カレンダー
4月〇ひろば開設日(午前10時～午後3時)

今月の行事(予約制)

【ミニミニ講座】

「春の公園あそび」〈予約制〉

21日(木)午前10時30分～11時30分

子育てひろば隣の公園で散歩をして自然に触れたり、親子での触れ合い遊びも計画しています。皆様の参加をお待ちしています。(雨の場合は室内遊びを予定)

場 所：市子育てひろば(市保健福祉センター内)

講 師：子育てひろば保育士

【音楽あそび】8日(金)午前11時～11時30分

【おはなしの日】11日(月)午前11時～11時30分

※行事の予約は、4月4日(月)から来所時または電話にて(午前10時から午後3時)受け付けます。(それぞれ先着5組)

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8 音楽あそび	9
10	11 おはなしの日	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21 ミニミニ講座	22	23
24	25	26	27	28	29 昭和の日	30

※新型コロナウイルス感染予防のため、午前、午後ともに利用は5組までとし、12時から13時まではおもちゃ消毒のため閉所となります。

※新型コロナウイルスの影響により内容の変更・中止、又は災害及び天候不良により開設できない場合があります。社協ホームページにて、ご確認ください。

保育器に入っていた頃を思い出せないくらい大きく成長しました!

ちはる
千遥ちゃん



いよいよ4月から保育園だね♪お友達たくさん作って楽しんでね♡

ももか
桃叶ちゃん



問い合わせ 子育てひろば TEL・FAX 27-5353

★ 育児・悩み相談 随時受け付けています

いきいき 暮らすためのなんでも相談会

高齢者に関する相談を地域包括支援センターのスタッフが対応いたします!!

日時：4月12日(火)

11:00～15:00

場所：イオンモール宇城 特設会場

(ヴィレッジヴァンガード横)

相談時間：お1人様30分程度

※保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員等が交代で対応いたします。職種を選ぶことはできませんのでご了承ください。

※ご相談いただいた個人情報、慎重に取り扱わせていただきますのでご安心ください。

問い合わせ

地域包括支援センター TEL 25-2015

令和4年度(令和4年7月採用)宇城市社会福祉協議会新規職員採用試験のお知らせ

職 種	保健師又は看護師(1名)
応募要件	昭和52年4月2日以降に生まれた人で、保健師資格取得者。または、看護師で地域ケア、地域保健等に関する経験、かつ高齢者に関する公衆衛生業務経験を1年以上有する者
受付期間	令和4年3月28日(月)～4月27日(水)
試験日時	第1次試験 令和4年5月15日(日) 午前9時～ 第2次試験 令和4年5月 合格通知で指定する日時
試験内容	第1次試験 一般教養・小論文 第2次試験 面接
試験申込書配布先	〒869-0524 宇城市松橋町豊福1786(福)宇城市社会福祉協議会 総務課

問い合わせ 総務課 TEL 32-1316