

ハートフル

2023 No.227

12月号

うき

市民も元気！ 地域も元気！ 宇城市も元気！



みなさんの笑顔 お届けします



宇城市社会福祉協議会ではハートフルうきに掲載する写真を募集します。
ぜひみなさんの笑顔の写真を送ってください♪

uki.sha-kouhou17@biscuit.ocn.ne.jp



社会福祉法人 宇城市社会福祉協議会

♪募金で支えられた人は、 募金で支える人になる♪



赤い羽根共同募金活動

10月1日より、全国一斉に「赤い羽根共同募金運動」が始まり、10月17日～11月10日に、市内8カ所の店舗において街頭募金活動を実施しました。小・中学校の呼びかけにたくさんの募金をいただきありがとうございました。募金していただいたお金は、地域福祉の推進に役立てられます。



街頭募金総額 207,378円

【ご協力店舗】・ゆめマート三角店・フレッシュくまい不知火店・ゆめマート松橋店・イオン宇城店
・H I ヒロセ松橋店・鮮ど市場宇城店・マルエイ松橋店・マルシヨク松橋駅前店

問い合わせ 宇城市共同募金委員会（宇城市社会福祉協議会内） TEL32-1316

障がい者交流事業～スポーツ大会～

11月9日、小川屋内グラウンドで障がい者スポーツ大会を開催し、5団体58人が参加し、モルック競技で対戦しました。

初めての競技に戸惑いもありましたが、慣れてくると皆さん楽しそうにスキットルを投げ、点数が加算されるたびに歓声が上がりました。

最後は、「また来年もみんなで再会しよう」とエールで終わりました。



福祉の心を育てよう～福祉出前講座～

10月26日、豊川小学校3年生40人が、車いす体験を実施しました。

車いすの使用方法や、介助方法、また自分で車いすを動かすなどの体験をしました。

児童から「車いすに乗って動くことは簡単だと思っていたが、全然違っていた。動かすことは大変だと感じた」「動くときには声をかけてもらわないと怖かった」「声かけしてもらえると、とても安心した」などの感想がありました。

※この講座は地区福祉会等にも活用できます。お気軽にご連絡ください。



問い合わせ 地域福祉課 TEL32-1055

「もしものとき」に備える

シリーズ ⑥,⑦

人生会議step5 「書き留める」

あなたの想いや大切な人と話し合った内容は、できるならば書いておきましょう。

一緒に話し合った人に書いてもらってもよいですね。



法的拘束力はありません。
まずは書きやすいところから
書いてみるのが大切です！



※宇城市が発行しました
「2020年度宇城市
マイエンディングノート」の
配布は終了しました。
現在、2024年度版を
作成しています！

☆エンディングノートに記載する内容☆

エンディングノートによって多様な情報が記載できるようになっていますが、おおまかに分類すると以下の4点です。

- わたしの歩んできた人生
- わたしの財産について
- わたしが受けたい医療・介護
- わたしの葬儀・お墓について



書くことで、**想いを再認識**できます。
万が一のとき、家族が代理で意思決定しやすくなります。
家族の心の負担も軽くなります。
何度書き変えても、大丈夫！

人生会議の step1 ~ step 5

をまとめると。。



熊本県介護支援専門員協会
清田直美 です。



「もしものとき」に備えるシリーズに対する読者の方のご意見を伺います。
記事を読んで思った事、感じた事、疑問など、なんでも結構です。
QRコード、もしくは包括支援センターへお寄せください。



人生会議は、**自分の人生の物語を自分で作っていく**ということ。
自分らしく生きるために
何度もくりかえし考えましょう。



問い合わせ 地域包括支援センター TEL25-2015
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

認知症市民フォーラム in うき 2023

11月11日、ウイングまつばせにおいて4年ぶりに『認知症市民フォーラムin うき2023』を開催しました。約430人の方々にご来場いただき、基調講演では「認知症予防のススメ」と題し、宇城市出身の医療法人 むすびの森 あきた病院 濱崎清利医師に講演いただきました。参加者は、「生活習慣を改めて考えなければならないと思った」「認知症予防や若い時～認知症になったあとも取り組むことが大切」という感想が聞かれました。

ホワイエや屋外に設置した体験コーナーでは、認知症予防の取り組みや宇城市認知症事業の紹介を行い、皆さん熱心に立ち寄っていただきました。

また、ボランティアグループ『劇団うきうき』も認知症を題材として劇で会場を盛り上げました。



ひろげよう！つなげよう！お互いさまの地域づくり！



第13回目は松橋町の活動紹介です。久具地区では、地域行事としてグラウンドゴルフやサロンなどを行っています。

その中でも特に、毎年9月9日を語呂合わせで久具の日として、様々なイベントを実施しています。今年は「史跡めぐりウォーキング」と題して、地域の役員が、お寺や神社などの歴史や豆知識をお話しされました。長年お住まいの方にとっては懐かしく、当時を知らない方には久具地区の歴史を知る機会となりました。



問い合わせ 地域福祉課 TEL32-1055

福祉会のひろば

小田良地区福祉会(稲葉利明会長)では、毎月第2火曜日に公民館で軽体操やレクリエーション等を行い、お茶会ではみんなで談笑しながら楽しいひと時を過ごされています。参加者は「毎月のサロンが楽しみ」「笑うことが健康維持になる」など話され、サロン活動をとおして住民同士のつながりや地域での居場所づくりとなっています。



いきいき百歳体操 —地域づくり通いの場—

百歳体操を始められて半年以上経つ地域へ感謝状と記念品を贈呈しました。



小川町 中町地区福祉会
(毎週金曜日 午前10時～ 小川刈萱館)



小川町 舞嶋地区福祉会
(毎週火曜日 午前10時～ 舞嶋公民館)

皆さんも、地域の公民館等で筋力トレーニングを行いませんか。いつでも皆さんの地区へご説明に伺います。興味がありましたら、下記までお問い合わせください。

スマートフォン教室を開催



10月27日、松橋東防災拠点センターでスマートフォン教室を開催しました。午前・午後の部で合わせて20人がソフトバンク(株)のスマホアドバイザーより、スマートフォンの便利な使い方を学びました。

受講者からは「ラインの便利な使い方がわかった」「スタッフの説明がわかりやすかった」「また参加したい」などの感想がありました。



問い合わせ 地域福祉課 TEL32-1055

寄附お礼

次の方々よりご寄附をいただきました。
(令和5年10月16日)
令和5年11月15日受付分)

一般寄附

寄附者 南出村区豊年亀保存会 小川町 行政区

三角中学校 三角町

昭和43年度卒業古稀同窓会 三角町

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 前田 浩一様 前田 君子様 古 場 行政区

阿曾田 功様 阿曾田昭代様 浦

五嶋 律子様 五嶋 秀一様 三角御船

西山ミツ子様 西山 弘 様 際 崎

不知火町

寄附者 浦中 隆廣様 浦中 彪 様 救ノ浦 行政区

村嶋 文代様 村嶋 文世様 長崎一 区

松橋町

寄附者 小河美代子様 小河 弘典様 八枚戸 行政区

小川町

寄附者 藤本 盛正様 藤本カツ子様 弦 卷 行政区

緒方 節子様 緒方 光雄様 仲之 江

袁田タカ子様 遠山 勇 様 川 尻

早川あや子様 早川フミエ様 川 尻

中川 義朗様 中川 光子様 江 頭

米村 雄二様 米村八重子様 野 添

藤岡真理子様 藤岡ムツ子様 小 西

上原 光男様 上原 勝子様 北 出 村

豊野町

寄附者 坂田 涼子様 坂田 義光様 下糸石 行政区

皆さまのご厚意深く感謝申し上げます。また、地城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。

令和5年度 賛助会員紹介

株式会社 永井製作所 (松橋町) ☎ 32-1230	当社は鉄の持つ無限の可能性を追求し、業界の革命者・先駆者として「真面目に鉄骨」の合言葉を胸に、地域に貢献し挑み続けます。
河内運送 有限会社 (小川町) ☎ 43-0032	地域の皆さんが真心こめて作られた青果物を関東、関西などに運んでおります。地元根付き地に愛される会社作りを目指します。
カードック マエカワ (三角町) ☎ 52-3569	町のくるま屋さん！車検・修理など車のことならカードックマエカワへご相談ください。お待ちしております。
特別養護老人ホーム ひだけ荘 (小川町) ☎ 34-6300	大切なご利用者一人一人が毎日を過ごしていただけますよう、常に誠意をもち質の高いサービスを提供いたします。
医療法人中村会 中村医院 (松橋町) ☎ 32-0722	内科・循環器科疾患を中心に診療を行っています。地域医療に少しでも貢献できれば幸いです。訪問診療も積極的に行っています。
特別養護老人ホーム 豊洋園 (三角町) ☎ 54-1100	デイ・ヘルパー・訪問看護・訪問入浴・配食など、様々な在宅サービスを通じ地域社会に貢献致します。ご相談お待ちしております。
株式会社 昭電社 宇城支店 (松橋町) ☎ 34-3091	創業62年。熊本の電気工事会社です。皆様の豊かな暮らしを創り、守り続けることができるよう、より一層精進してまいります。
有限会社 迎田電設 (松橋町) ☎ 33-3355	1959年創業、電気工事・電気通信工事・管工事に携わり、自然環境に配慮し社会貢献、人材育成に努めております。
社会福祉法人 水光会 サテライトしらぬい荘 (松橋町) ☎ 34-0510	地域や家族との交流・協力を大切にしながら住み慣れた地域で暮らしの継続を念頭に自律的な生活を送れる様に支援させていただきます。

*掲載を希望される企業・団体を順次紹介します。

うき★スマイルサポーターの 養成講座受講者を募集します

参加者
募集

地域福祉会のサロンやいきいき百歳体操、脳いきいきサロン
などで活動していただくサポーターの養成講座を開催します。
楽しい教室です！ ご友人・ご近所さんと一緒に参加しませんか？

講座日程及び内容

日程	時間	内容
1月24日(水)	午前9時30分～12時	・宇城市の介護予防の現状 ・百歳体操について
1月25日(木)	午前10時～12時	・コグニサイズ ・体力測定について
1月26日(金)	午前10時～12時	・レクリエーション



場 所 三角防災拠点センター

講 師 市高齢介護課、済生会みすみ病院作業療法士、県レクリエーション協会

受講料 無料

申込期限 1月15日(月)までに電話でお申し込み

※動きやすい服装で参加ください。たくさんのご参加お待ちしております。

申し込み・問い合わせ 地域福祉課 TEL32-1055

相談コーナー

—ひとりで悩まず、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。

期 日: 1月17日(水)

時 間: 午後2時～4時30分

場 所: 市小川総合文化センター ラポート

受 付: 12月21日(木)から先着5件

申込先: 地域福祉課 TEL:32-1055

※2月は不知火防災拠点センターで開催予定です。

成年後見制度相談会

成年後見制度の利用を検討している方や受任されている方でわからないことやお悩みの方は、司法書士が無料で相談に応じます。(事前申し込みが必要です)

日 時: 12月20日(水)午後3時～5時

場 所: 市老人福祉センター

申込先: 成年後見支援センター TEL:27-9972

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に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

随時相談を受け付けます



この広報紙は共同
募金の助成金を受
けて作成されて
います。