

## 相談日のお知らせ

### ほっとテラス(医師による)

悩み心配ごとで不安な毎日を過ごしていませんか？誰かに話しを聞いてもらいたい…心の声を精神科医が聞いてくれます。相談希望の方は、事前に予約をお願い致します。

(場 所) 中津市教育福祉センター (相談日) 奇数月第2水曜 14時～16時  
連絡先 ☎ 23-2095 (地域福祉課)

## お知らせ

### 生きがい元気アップクラブ三光 (閉じこもり予防・運動・交流会活動で自立した生活を！)

#### ■事業内容

主に三光地区・本耶馬溪地区の方を対象に、閉じこもり予防、運動機能の向上(体力や機能の低下を防ぐ)、交流活動等を行うことで、心身機能や生活機能の維持又は向上を図る事業です。可能な限り自宅において、自立した日常生活を営むことができるようサポートします。

※自宅から会場までの送迎サービス、昼食提供(利用料及び昼食代は別途自己負担)



生きがい元気アップクラブ三光

住所：中津市三光成恒300番地1  
電話：27-7871

#### ■ご利用ができる方

65歳以上の高齢者で基本チェックリストにおいて、該当者と認められた方。また、要支援1及び要支援2の方で、緩和型サービスで対応が可能な方。

#### ■利用者負担金(利用料)

「利用者負担金」は、原則として市が発行する「負担割合証」に応じた基本利用料の1割又は2割又は3割の額です。(昼食代等は別途自己負担)

サービス名称	基本料金 (1回につき)	利用者負担 (1割)	利用者負担 (2割)	利用者負担 (3割)
通所型サービスA	3,500円	350円	700円	1,050円

#### ■申込み・問い合わせ

中津市地域包括支援センター社協(本耶馬溪)  
中津市本耶馬溪町折元1247番地

電話：26-8833

～編集後記～

段々と寒くなってきましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？気がつけば師走。今年も残りわずかとなりました。毎年のことですが、この時期気になるのは大掃除。早めに始めようと思いつつ、12月に入らないとスイッチが入りません。しかも一度やり始めると止まらない(終わらない)。きれいにすればするほど楽しくなり、次々と他の場所も気になり、なかなか掃除が終わりません。計画的に始めればいいのですが、なんとなく年末にしっかりと大掃除をした方が、よい年を迎えられるような気がするの私だけでしょうか？来年もどうぞよろしくお願いいたします。



ちいき福祉だより

【発行元】

中津市社会福祉協議会本耶馬溪 地域福祉課  
〒871-0312 中津市本耶馬溪町折元1247  
中津市本耶馬溪町総合福祉センター内  
TEL: 53-2245 FAX 53-2253

# にじのはし

2020年12月15日号  
(通算 第38号)

～笑顔がいちばん! “楽しく和やかに”～

## 「サロンなでしこ」が開所しました!

10月15日に本耶馬溪町7か所目となるサロン「サロンなでしこ」が東谷地区に立ち上がりました。

サロンに参加する全員が、「仲良く・楽しく・なごやかな」時間を過ごせる場所を作りたいとの住民の方々の思いが形となりました。初回はスタッフの紹介後、手遊び歌やスカットボールなどのレクリエーションを楽しまれ、スタッフ手作りの昼食をおいしくいただきました。スタッフも参加者も笑顔と笑い声が絶えない1日となり、楽しいひと時を過ごされました。



まずは体操をして体をほぐします



そば団子♪(手遊び歌)



代表あいさつとスタッフの紹介

### サロンなでしこ

開催場所：東谷地区公民館

開催日時：毎月15日

10:00～13:00

対象者：東谷地区の住民

会費：300円

食事：あり



### 寄り合いの場(サロン)について



「寄り合いの場」は、小集落の範囲、自治会範囲小学校区範囲、中学校区範囲など地域の範囲はいろいろですが、住民同士の交流ができ、地域での孤立感を防ぐ居場所となる場のことです。

地域の皆さんがボランティアとして、また、地域のお世話役として、寄り合うことが地域づくりに必要と考え、寄り合いの場を作っています。

社会福祉協議会は、「寄り合いの場」活動を応援しています。「サロンについて詳しく聞きたい」「地区にサロンを作りたいけど、どうすればいいのか分からない」などありましたら、社会福祉協議会へご相談下さい。  
53-2255(社協本耶馬溪)





# 地域で見守る活動



## 本耶馬溪町ふれ愛ネットワーク活動

9月10日(木)午後6時から、今年度1回目の本耶馬溪町ふれ愛ネットワーク推進会議が開催されました。コロナウイルス感染予防のため、会場を本耶馬溪公民館大会議室に変更し、密を避けるため間隔をあけ、検温・手指消毒等を徹底したうえで会議が行われました。

各地区の委員さんより、現在の活動報告や取り組みについて意見が交わされました。今年度はコロナウイルスの影響で地区の行事や活動を中止されるところが多く、訪問による見守りが中心となります。ふれ愛ネットワークでは住民の皆さんが安心して住み慣れた地域で生活できるよう取り組みを続けていきます。



# みんなと一緒に選ぶのも楽しい!

## おでかけサロン 買い物バスツアー



令和2年10月より、中津市社会福祉協議会本耶馬溪の取り組みとして、本耶馬溪地区のサロンの活性化と買い物に対する支援を目的に『おでかけサロン 買い物バスツアー』を運行しました。昼食を取られた後は、イオンモール三光に移動し、思い思いにお買い物を楽しめました。

### 第1回 折元地区 ～折元おたのしみ会～

10月21日「折元おたのしみ会」の11名が参加



### 第2回 下曾木地区 ～にこにこサロン下曾木～

11月4日「にこにこサロン下曾木」の10名が参加



### 第3回 樋田地区 ～ひだ悠遊サロン～

11月9日「ひだ悠遊サロン」の9名が参加



#### 【アンケートに寄せられた感想】※アンケートの一部

- ・大変楽しかったです。またお願いします。
- ・日頃、目につかない物をゆくり見る事ができよかったです。
- ・地域の方達と一緒にランチ・買い物と楽しい一日となりました。
- ・気分転換になりました。癒されましたので感謝します。
- ・とても楽しい1日でした。ありがとうございました。



コロナウイルスの影響で自宅にこもりがちの方の外出する意欲の促進と、サロンの活性化につながればと思いを託させていただきました。参加者からは、「サロンもしばらくお休みしてたから久しぶりに会えたね～」と再会を喜ばれる方や、「みんなで食べる食事はおいしいね」との声が聞かれました。皆さまからいただいたご意見は、今後の事業の参考にさせていただきます。ありがとうございました。

# ストリート オレンジカフェ みなと

## ストリートオレンジカフェ 「みなと」とは？

カフェ「みなと」は、皆さんの地域にお伺いし、屋外で開催する『移動型』のオレンジカフェです。認知症の方やそのご家族の方、また認知症について関心のある方が気兼ねなく集える場所です。

本耶馬溪町では11/12(木)に上津公民館前にてカフェ「みなと」が開催されました。お天気にも恵まれ、お散歩がてらご自宅から歩いて来られた方もいらっしゃいました。



オレンジ色の  
のぼりが目印です!



カフェで出る課題をクリアすると  
1スタンプゲット!  
5つたまると、素敵な特典あり★

ご来店者にお渡しするオレンジカード

駐車場とテントが設置できるスペースがあれば、出張開催します!  
オレンジカフェ「みなと」を開催したい方は、ぜひご相談ください。

お問合せ先  
中津市高齢者相談支援センター社協  
電話：27-8877(大田黒)