

## 利用者募集

# 生きがい元気アップクラブ三光

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



### ■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(体力や昨日の低下を防ぐ)、交流活動を行うことで、心身機能や生活機能の維持又は向上を図る事業です。

※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)

### ■ご利用できる方■

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3割の額です。(昼食等は別途自己負担)

### ■申込み・問合せ■

中津市地域包括支援センター社協(本耶馬溪)  
住所: 中津市本耶馬溪町折元1247番地  
電話: 26-8833

## 相談日のお知らせ

### ～心配ごと相談～

三光地区の民生・児童委員さんが色々な心配ごとの相談に応じます。お一人で悩まず相談してみませんか? ※当日は行政相談員による行政相談も併せて行なっています。

(場所) 三光公民館  
(日時) 2月5日(金) 10時～12時  
(電話) 43-5390

### ～ほっとテラス～

悩みや心配ごとで不安な毎日を過ごしていませんか? 心の声を精神科医が聴いてくれます。相談希望の方は事前に予約をお願いします。

(場所) 中津市教育福祉センター  
(日時) 奇数月第2水曜日  
14時～16時まで  
(電話) 23-2095

### ～子ども・子育て相談～

子育てや子どもに関するお悩みなど、児童厚生員が相談をお聴きします。電話相談でもお受けします。

(場所) 三光福祉保健センター  
(日時) 毎週月曜日 10時～12時  
(電話) 43-5194

### 【編集後記】

明けましておめでとうございます。旧年中は大変お世話になりました。2021年の新年はどのように迎えられましたか? コロナ禍の影響もあり、例年とは違ったお正月を迎えられた方が多いのではないのでしょうか? 私は例年、初詣で宇佐神宮へ参拝に行ってましたが、今年は近所の氏神様へのみ初詣に行きました。小学生の頃、週に一度はお宮に来て、同じ地区の小学生で「かくれんぼ」「缶けり」「サッカー」など遊んでいたことを思い出しました。小学生時代は何年前? 私、今年は年女であります。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

地域福祉推進係 たかふじみほ

地域が元気になる地域福祉情報紙

# とんぼのめ

発行元)

社会福祉法人 中津市社会福祉協議会  
地域福祉課 三光地域福祉推進係  
(中津市三光福祉保健センター内)  
Tel 0979-43-5390 fax 0979-43-2594

第71号 とんぼ絵協力: はしもと まさこ  
2021年1月15日発行



新年明けましておめでとうございます  
本年もよろしくお願ひいたします



新年明けましておめでとうございます。皆さまには清々しい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

旧年中は「社協会費」「共同募金」等、中津市社会福祉協議会の活動に対しましてご支援とご協力を頂き、厚く御礼申し上げます。また、新型コロナウイルス感染症が広がる中、地域の繋がりを絶やさないよう活動されている地域の皆さまの姿からは、たくさんのお力を頂きました。新型コロナウイルス感染症が一日も早く終息することを願うと共に、本年も三光地区が笑顔あふれる年になりますようお祈り申し上げます。

## 赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金運動にご協力頂きありがとうございました

今年度も10月1日から12月31日の間「赤い羽根共同募金運動・歳末たすけあい募金運動」が全国一斉に実施されました。期間中、三光地区の皆さまや企業の方にたくさん募金活動にご協力いただきました。募金は地域の福祉活動に役立てられており、募金という形で地域を支えて頂いております。ご協力ありがとうございました。

### 戸別募金

赤い羽根募金	1,537件	645,540円	歳末たすけあい募金	1,539件	277,020円
--------	--------	----------	-----------	--------	----------

### 企業募金(18企業)

(有)橋本産業	真坂郵便局	一期一会
三光ファームライスセンター	中一建設(有)	(株)大友石材工業
(有)桑野建設	九州市光工業(株)	ビッグウッド中津店
平山産業(株)	(有)倉迫パーツ	深秣郵便局
三光郵便局	渡辺ライスセンター	ホンダ繊維(株)
医療法人 誠雅会 介護老人保健施設 さつき苑	(有)橋本商店	(株)キキメック



## 三光の母ちゃんたちが作るおいしいお弁当！！ 給食ボランティア「たけのこの会」再開です♪

次回配布日：  
2021年1月18日（月）

昨年度末よりお休みとなっていた給食ボランティア「たけのこの会」が10月より再開しています。「たけのこの会」は三光地区にお住まいの75歳以上のお一人暮らしの高齢者と高齢者世帯の方（うち一名は80歳以上）に月に一度手作り弁当を配られています。

今年度より調理場所を佐知地区の真坂活性化センターへと移して、再開月の10月は「（調理器具が）どこに何があるか分からないからスムーズにいかないわあ」と言いながら、ハプニングがある中でも、皆さんで楽しそうにお弁当作りをされていました。出来上がったお弁当は配達担当のボランティアの皆さんがそれぞれの地区にお住まいの方へ届けます。ボリュームたっぷりでおいしいお弁当を受取るのも楽しみですが、受取際の会話を楽しみにされている方も多ようです。



愛情たっぷり！



### 10月メニュー

- 豚肉の生姜焼き ■ 酢の物(キュウリ・アゲ・ワカメ)
- 煮物(かぼちゃ・人参・こんにゃく) ■ 塩サケ
- 卵焼き ■ 寒天 ■ フルーツ ■ 漬物



### 小地域ネットワーク会議実施中！



### サロンの様子



今年も1～2月にかけて、15地区のいきいきサロンへお邪魔させていただいています。

会議では各地区の現状を含め課題なども伺っています。今年は主に地区の「交流」について重点的に聞かせていただいています。また、会議終盤では来年度のサロンの方向性をだして頂きます。今年度は、コロナ禍により今までとは違った形態のサロンになっていますが、意外と「こんなサロンもいいね！」といった声も聞かれます。そういった、参加者の「いいね！」が形になるよう、地区でしっかり話して頂き「新しいサロン」を展開して行けたらと思っています。

### 「わいわい福祉ひろば」ってなあに？

『わいわい福祉ひろば』とは中津市や中津市近辺で生活をする「障がいがある方」や「高齢者」、「伝えたい心のある方」がタレントとして市内の小学校へ行き、一緒に「わいわい」楽しく「ふくし」について考える、出前の「ひろば」です。

「それぞれ違うものを持っているけど、同じ人間」であることを知り、思いやりの心をもって共に生きていけたら、すてきな町になるとおもいませんか？

10月13日(火)、真坂小学校3年生が聴覚障がいについて学習しました。「耳が聞こえない方とのコミュニケーション方法」「どのように生活しているのか」などを知り、実際にジェスチャー(身振り)や空書(空中に字を書く)、口話(口の動きを読み取る)で聴覚障がいのあるタレントさんに単語や文章を伝えました。うまく伝わらないときは「どうしたら伝わるだろうか」と考えて何度も挑戦しており、伝わったときはガッツポーズで喜ぶ児童もいました。

また、タレントさんが同じ地区に住んでいると知り「今度畑で見たら声かけます」と一生懸命伝える姿にタレントさんはとても嬉しそうな顔をしていました。



10月23日(金)、真坂小学校5年生が肢体障がいについて学習しました。電動車いすを使用するタレントさんにどのように生活しているのかを話して頂きました。バリアフリーになっていないところは周りの人の力があれば動きが取れることも知ることが出来ました。

話しを伺った後に、車いす体験とプチヘルパー体験をしました。車いすはただ動かすだけではなく、乗っている人が不安にならないよう声かけも必要だと知ると、児童は大きく頷いていました。今回の学習を通して、「困っている人を見かけたら自分から声をかけます」と頼もしい感想も聞かれました。

