

地域の情報・相談日・お知らせコーナー

「佐々木さんち」

開所日：毎週金曜日 13:30～16:00
相談日：8月12日(金)・9月9日(金)
13:30～16:00



「相談するところが分からない」「ちょっと困った」時に気軽に相談できる窓口です。生活支援コーディネーターの山下がお待ちしています。気軽におしゃべりに来ませんか？

又、毎週火曜日には13:40頃 移動販売車が来てくれます。ご利用ください。

山下携帯 TEL 080-8370-1544
(電話番号が変わりました)

給食ボランティア 「たけのこの会」

弁当配布日
9月5日(月)
10月3日(月)



*コロナ感染の状況により中止になる場合があります。



一人で悩まず誰かに相談してみませんか？
(各相談とも秘密は厳守します)

子ども・子育て相談

毎週月曜日
10:00～12:00
場所：三光児童館
(三光コミュニティーセンター内)



子育てや子どもに関する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。

TEL43-5194

ほっとテラス

*要予約
奇数月第3水曜日
14:00～16:00
場所：中津市教育福祉センター



悩みや心配ごとで不安を感じていませんか？心の声を精神科医が聴いてくれます。

TEL23-2095

心配ごと相談

8月5日(金)9月2日(金)
10:00～12:00
場所：三光コミュニティーセンター

身近な相談窓口として民生委員が色々な心配ごと相談に応じてくれます。
(毎月第1金曜日)
当日は行政相談も併せて行っています。



【編集後記】

梅雨が明けたと思ったら急に気温が30℃をこえ、体調をくずした方もいるのではないのでしょうか？私は熱中症を予防する豚肉、豆腐、納豆、ぬか漬けを毎日食べています。皆さんも食べ物にも気をつけて元気に過ごしてくださいね。
(地域福祉推進係 おくぞの まさこ)

第4次中津市地域福祉計画・地域福祉活動計画ができました！



5年に一度策定している地域福祉活動計画が出来あがりました。この計画は住民の身近な意見をもとにつくられたものとなっています。地域福祉とは「誰もが普段のくらしの中で幸せを感じられる地域づくり」のことで、皆にとって身近なものです。計画がまとめられた冊子は社協でお渡ししていますので、興味のある方はお声かけください。

連絡先：中津市社会福祉協議会(三光)
TEL 43-5390 担当：奥園

フードバンクnico・フードドライブ

受付日：8月25日(木)
9月26日(月)

6月の寄付ありがとうございました。毎月25日に食料品(2か月以上賞味期限があるもの)の寄付を受付けています。寄付されたものは必要な方に譲りさせて頂いています。



地域が元気になる地域福祉情報誌

とんぼのめ



第80号

第1回福祉ボランティア講座(三光編)

童心にかえって遊ぼう!!

『遊びの学校』～わくわくマイスター(達人)養成講座～

6月24日(金)三光コミュニティーセンター集会室において、福祉ボランティア講座『遊びの学校』を開催しました。レクリエーションに関心のある男性5名、女性12名の17名の方が参加。感染予防対策をとり、ガンバルーンボール体操とレクリエーションを実施しました。この講座は、楽しみながら活動を継続できる人財を発掘・養成することを目的とし、地域の活性化を目指します。

わき腹ノビノビ体操、糸巻クルクル体操、全身トントンコロコロ体操などを行い、最初はやや緊張気味な表情も後半には、「うさぎとかめ」の歌に合わせて体を動かすと笑顔となり、笑い声も聞かれて和やかな雰囲気へと変わっていききました。レクリエーションでは、3チームに分かれてボールをバッグに投げ入れたり、イスの下をくぐらせたりと得点を競うことで盛り上がりしました。



【参加者の感想】

- ・みんなとふれ合えて楽しかった
- ・また参加したい
- ・自分たちでやってみたい
- ・家でテレビを見ながらやりたい
- ・講座を続けてほしい

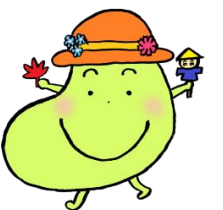
など、うれしい感想を頂きました。



★次回、三光地区での『遊びの学校』は、12月を予定しています！

《発行元》
社会福祉法人 中津市社会福祉協議会
地域福祉課 地域福祉推進係
(三光コミュニティーセンター内)
〒871-0102
中津市三光成恒241-1
TEL 0979(43)5390

とんぼ絵協力：はしもと まさこ
2022年8月発行



～新たなつながり～

男性集合!! おっちゃん's クラブ

7月2日(土)、男性の地域活動参加のきっかけづくりを目的に、三光ボランティア入門講座「おっちゃん's クラブ」を三光コミュニティーセンター調理室において開催しました。講師に山国在住のイタリアンシェフ 菅 恵美子(すが えみこ)先生をお招きしてイタリアのトースト”ブルスケッタ”などを教えて頂きました。65才～78才の男性の方7名が参加され、料理が初めての方も手軽にできるメニューで楽しく作ることができました。

これからも
機会があれば
参加したい!!



貴重な体験
で妻の大変
さがわかった!!

洋食を作って
みたい!!



みんなで使ってみませんか?

まさこがお試し!
貸し出し用レクリエーション道具

室内用ペタンク

下深水
サロンが
使用しま
した。



【ルール】

2チーム(赤・青)に分かれます。最初に黄色のボールを投げて、そのボールをめがけて投げ合い相手のボールより近づけることで得点を競うゲームです。

【特 徴】

室外用が鉄の玉に対し室内用はゴムのボールになっています。柔らかいので室内を傷つけることがなく投げやすいので子どもや高齢者でも楽しめます。

このコーナーでは、レクリエーション道具を紹介しています。次回はコミュニケーションマージャンをご紹介いたします。興味がある方は、社会福祉協議会(三光)までお気軽にお問い合わせください。

三世代交流



諫山サロン [レクリエーション]



6月18日(土)に諫山自治公民館で、子どもたちを交えた交流会が行われました。小学校低学年の子どもたちなど30名の参加者があり活気ある交流会になりました。スカットボール、バツゴー、室内ペタンクを使っのレクリエーションで盛り上がり子どもたちからは、「楽しかった!」「またやりたい!」との言葉がきかれました。

七夕かざり作り

下秣サロン [工 作]



7月4日(月)、下秣公民館で15名の方が参加して、和気あいあいと七夕かざりを作りました。下秣サロンでは恒例になっていて今回も色とりどりのかざりが出来あがりしました。久しぶりのサロンで「会話がはずみ楽しかった」と喜んでいました。今後、子どもたちと一緒に願いをこめた短ざくなど笹にかざりつけをする予定になってます。