

ちいき福祉だより

かかし

(発行元) 中津市社会福祉協議会
 地域福祉課地域福祉係山国
 〒871-0712
 中津市山国町守実89番地1
 (山国社会福祉センター内)
 TEL 0979-62-2898
 FAX 0979-62-2905

3か月がたちました！ “朝陽健康クラブ” 体力測定

あさひ



最大歩行速度を測っています。



継続は力なり！
頑張りましょう！



いずみの園、理学療法士による講話

1月21日、週一体操“朝陽健康クラブ”が発足から3ヶ月経ち、体力測定が行なわれました。
 3ヶ月間頑張ってきた皆さんは、この日を楽しみに参加されたようです。
 今回も、最大歩行速度、立ち座り動作、片足立ちの測定を行ないましたが、全体的に皆さん体力向上がみられ、喜びの声が聞かれました。参加される方も増えて、毎週月曜日の山国社会福祉センターの朝はにぎわいます。次回の測定は3月になります。

赤い羽根共同募金・歳末たすけあい運動へのご協力ありがとうございました

平成30年10月から12月にかけて、「赤い羽根・歳末たすけあい共同募金」が全国一斉に実施されましたが、自治委員さんを通じてお願いしましたところ以下の募金が寄せられました。ご協力ありがとうございました。

山国地区戸別募金額 520,980円

《企業募金》

- ・山国工芸社
 - ・坂本製材有限会社
 - ・有限会社 熊谷組
 - ・有限会社 苅北林業
 - ・桑野工務店有限会社
 - ・有限会社 熊谷重機
 - ・有限会社 豊進土建
 - ・中摩郵便局
 - ・有限会社 野村
 - ・ナカマ合同建設有限会社
 - ・一般財団法人コアやまくに
 - ・槻木簡易郵便局
 - ・溝部郵便局
 - ・木下鮮魚店
 - ・草野発條製作所
 - ・山国郵便局
 - ・寺坂理髪店
 - ・望箭荘やまくに
 - ・山口商店
 - ・有限会社 江島
 - ・道の駅やまくに
- (順不同敬称略)



寄せられた募金は、ボランティア団体への助成、サロン活動の助成、福祉用具の無料貸し出し、小学校での福祉教育、災害時要支援者の把握、金婚式の記念写真贈呈などに活用されます。また、災害時には災害ボランティア派遣のための活動にも使われます。

(お知らせ)
サロンの皆様ご参加くださ〜い！
平成30年度地域福祉講座
「サロンだよ！全員集合！！」
日時 平成31年3月17日(日)
13:00~15:30
場所 中津教育福祉センター
講師 mottoひょうご
栗木 剛 先生

サロンで使える口腔や言語、レクや体操などをお互いに学ぶコーナーもあります。また、サロンのネタも披露し、栗木先生のアドバイスもいただきます。きっと活動のヒントがあると思います。



地域の支え合い“お宝探し”

～105歳の貞女さんと中信子さんの支え・合いの日常～



ねむたくない？大丈夫？

昨年度から“お宝探し塾”として、地域の何気ない支え合いの日常取材してきましたが、今年も山本貞女（さだめ）さんと中信子さんの支え合い取材しました。

貞女さんは週4回デイサービスにいらしていますが、デイサービスのない3日間は、中さんが訪問し、座ってできる手作業や話をして楽しい時間をすごしています。特別な話をするわけでもないけど、一緒にいるとお互い安心感がありお互いを頼りにしています。

山本さん宅のお嫁さんの和枝さんが、二人の作業の為に準備や食事を用意して仕事に出かけます。また、診療所の先生が往診にきて健康面でもサポートしています。医療・福祉サービス・地域の支え合い・家族の献身的な支援がつながり在宅生活が支えられ、地域包括ケアが自然な形で取り組まれています。

地域の方は、「貞女ばあちゃんがおるき、まだ、わたちも頑張らな！」といっています。貞女さんは山国の最高齢で、地域に元気を呼び込む地域のシンボルといえるのではないのでしょうか！2月26日で106歳になります。

お願い 「ご近所でいつも仲良く集まっているよ」「いつも一緒にウォーキングしている人を知ってるよ」「あの人は私のことをいつも気にかけてくれるよ」「買い物に行くときはお願いしている」などなど、地域の情報をお寄せください。小さな支え合いを発見、紹介して地域のコミュニティの維持や発展を目指しましょう。 TEL 62-2898



昔ながらの料理を残していこう 『伝承料理教室』 始まりました

最初に打ち合わせ



飽食の時代、時間をかけた昔ながらの手料理が食卓に並ぶことが少なくなり、また、若い層のかたにはその作り方や料理も伝わっていないようです。地域に伝わる料理の名人が各地域にいるのではないのでしょうか？

市地域おこし協力隊の吉崎さんが中心となり、昔ながらの食文化を残していくことを目的に教室が始まりました。現在は山国生活改善グループと婦人会が協力して食材集めから調理をして記録に残す作業をしています。

「私の地域には漬け物を上手につける人がいる。」「あの人は、昔からの料理を良く知っている。」など知識や料理にまつわる話など教えて下さる方は自薦他薦問いません。是非、ご連絡ください。

連絡先 山国支所 地域振興課 62-3111

《相談日のお知らせ》

心配ごと相談

日時 3月13日(水) 9時～12時

場所 山国社会福祉センター

山国地区の民生委員さんが、いろいろな心配事の相談に応じてくれます。お電話でも相談できます。お気軽にご相談ください。

TEL 62-2898

ほっとテラス

日時 3月13日(水) 9時～12時

(毎月奇数月第2水曜日)

場所 中津教育福祉センター

悩みごとや心配ごとで不安な毎日を送っていませんか？精神科医が相談に応じます。予約制になっていますので、事前のご連絡をお願いいたします。

TEL 23-2095

2025年には、5人にひとりが認知症、または予備軍になると言われています。遠い先かと思えば6年先のこと。果たして、どんな暮らしぶりが求められてくるのでしょうか？助け合い、支え合いは更に必要になってくることと思います。5年先、10年先その時になって慌てないように、見守りの文化を皆で作っていくことが出来るとよいですね。(地域福祉係山国)