

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
E-mail yamakuni-chiiki@nk.oct-net.jp

盛り上がりました！サロンパワー炸裂！ やまくに生涯学習まつり 4つの合同サロンで出演しました！



最高齢の山中チズ子さん

3月10日、コアやまくにで「平成30年度やまくに生涯学習まつり」が開催され、約280名の参加者がありました。第1部は山国公民館事業に関わる表彰・発表、子ほめなどの表彰、第2部は自治公民館、文化振興連盟、サークルなどによる一年間の成果が発表されました。

その中で、寄り合いの場を行なう自治公民館からの発表として、「春田ふれあいサロン」「みさとサロン」「上村なかよしサロン」「犬王丸サロン」合同で24人がステージの上で『長生き音頭体操』を披露しました。会場のみなさんも一緒にいすにかけて体を動かすなど、ステージと会場が一体となりました。後日ケーブルテレビでも紹介されました。



男性陣5人も頑張りました

全員がお揃いの白いベストを着て、日頃のサロンの風景を多くの方に見ていただきました。人生100年と言われる現在、いつまでも元気で生活ができるように！地域ぐるみで健康の輪を広げましょう！



平成30年度 寄り合いの場交流研修会 サロンだよ！全員集合！ 開催しました ～無理なくできるサロンネタ、紹介します～

3月17日、中津市教育福祉センターで市内の寄り合いの場運営ボランティアを対象に平成30年度寄り合いの場交流研修会「サロンだよ！全員集合！」を開催しました。第1部～第3部構成で行ない、講師にmottoひょうごの栗木剛氏をお招きし、各コーナーのコメントーターや講話をしていただきました。参加者の皆さんは終始熱心に取り組み、充実した研修会となりました。

【第1部】

市内4つのサロンから、サロンでおすすめのネタを披露

- ①本耶馬 多志田サロン (替え歌)
- ②南部 鶴亀サロン (肩トントンゲーム)
- ③大幡 黒水ふれあいいききサロン(タオル体操)
- ④山国 春田ふれあいサロン (長生き音頭体操)

佐々木さん
藤原さん
鎗水さん
片田さん

春田ふれあいサロンは「長生き音頭」体操を4人で披露しました。実技の説明もわかりやすかったです。

これならうちのサロンに入れられそう！



【第2部】

まーちゃん家“元気塾”より
「サロンで使える介護予防ネタ」

- ①口は命の入口
- ②耳「きこえ」のお話



発表の相良さん

歯を磨かない、入れ歯を磨かない、歯の根っこの虫歯は肺炎や誤嚥性肺炎の原因となります。お口の掃除をまめにしましょう。うがいには、ペットボトルキャップ1杯の水が適量です。



是非、試してみてください。災害にも有効です。



「きこえ」については寸劇で説明

【第3部】

講話『わたしもあなたも 楽しいサロン』
講師 mottoひょうご 栗木 剛氏



《アンケートより》

- ・発表された方々の良さを広げていきたい
- ・できることは努力していかなばと思った
- ・サロンに楽しんで来てもらえるように頑張っていきたい
- ・補聴器の話大変ためになりました。初めて聞きました
- ・少しの水でのうがいも伝えていきたい



サロンだよ！全員集合の研修会に参加できなかったサロンで当日の内容を詳しく知りたい方は社協山国(62-2898)までご連絡ください。

住民型有償サービス マネージャー研修

現在中津市内には9つの住民型有償サービスの団体が活動しています。住民型有償サービスは、地域で生活していく中での困りごとに対して、サービスを利用する「利用者」とサービスを行う「スタッフ」が住民同士として困ったときはお互い様の思いやりを持って活動を行うものです。

その活動の調整をしている「マネージャー」がいますが、3月9日、30年度第3回目の「住民型有償サービス マネージャー研修」を行いました。

講師に日田市第1層生活支援コーディネーター 梶原貴久氏をお招きして、グループ毎に事例を通じた学び、福祉専門職（ヘルパー）との意見交換などを行いました。今回、ヘルパーの皆さんとの直接の交流は初めてのことでしたが、ヘルパーの方々からは「住民型有償サービスの方々と情報の共有の大切さを感じた。」また、住民型有償サービスからは「ヘルパーさんたちの意見や訪問の仕方などをお聞きしてとても勉強になりました。」などの感想が聞けました。

社協では、これからもマネージャー研修などの実施を通じて住民型有償サービスを支援していきます。



梶原 貴久氏

「オレンジカフェやまくに」開催しました

3月19日（火）、山国社会福祉センターにて17名の参加者のもと開催しました。今回は、おいしいコーヒーや紅茶を飲みながら、日々の暮らしや健康について話をしつつ、プラ板づくりをしました。それから「長生き音頭」に合わせて健康体操をしたりと楽しく過ごしました。

参加者から、「プラ板がかわいくできた」「鍵につけよう」「またプラ板作りをしてほしい」等の声が聞かれました。次回は5月21日（火）13:00より開催予定です。お1人様100円で参加できます。よかったら参加してみませんか？



オレンジカフェ 認知症支援推進員 太田黒 【電話】0979-27-8877

山国社会福祉センター 火災避難訓練

3月14日（木）に、山国社会福祉センターにて事務所職員不在時に町バス待合地域交流コーナーから出火した想定で火災通報・避難訓練を行いました。

火災のアナウンスが流れると、生きがい元気アップクラブ山国の利用者9名の方々と職員2名で手際よく避難しながら、消防本部への通報訓練を行いました。火災はいつ発生するかわかりません。ちょっと目を離したすきに熱した天ぷら鍋から出火することもあります。今後も、センターでは緊急時に素早く避難・通報ができるよう、定期的に訓練を行っていきます。



訓練の様子

《火災避難のポイント》

- 1: すぐに避難する。（燃え広がる可能性があります）
- 2: エレベーターは使用しない。
- 3: 避難は階段を使う。避難はしごなどの避難器具は、他に避難する手段がない場合にのみ使う。
- 4: 炎や煙で階段が使えない場合には、ベランダなどの一時的に安全な場所に避難して、消防隊が到着したら手を振るなどして知らせる。
- 5: いったん避難したら、建物内に戻らないようにする。

（一財）日本防火・防災協会発行「誰でもわかる消防訓練」参照

《相談日のおしらせ》

ひとりで悩まないで・・・。
大丈夫・・・一緒に解決の糸口を見つけましょう。



心配ごと相談

日時 5月8日（水）9時～12時
場所 山国社会福祉センター 打合せ室

山国地区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（医師による相談）

日時 5月8日（水）午後2時～4時
場所 中津市教育福祉センター

精神科医が相談に応じます。予約制になっていますので、相談を希望する方は事前に予約をお願いいたします。

TEL 23-2095

新元号が令和となりました。「令」は万葉集からの引用という初めてのことでそうです。山国町には万葉集に詠まれた植物が自生していることから、平成5年から「万葉の香る里づくり」を推進し、草本には短文学を彫った歌碑ロードや、毎年、やまくに万葉の歌会などが行われています。近隣にもあまり例のない万葉の里として、今回の「令和」の命名は嬉しく感じました。「人々が美しく心を寄せ合う中で、文化が生まれ育つ。」という願いも込められているそうです。脈々とつづく「山国」の歴史と文化を育みながら、心とこころ人とひととの「つながり」を更に発信していきましょう。

（地域福祉係山国）