

地域の情報 & お知らせコーナー

たけのこの会

「たけのこの会」は給食ボランティアによる配食サービスです。

高齢者（登録必要）のお宅へ見守りとふれあいを兼ねてボランティアでお配りしています。

日にち：11月4日（火）

12月1日（月）

心配ごと相談

身近な相談窓口として、民生児童委員の方がいろいろな心配ごと相談にに応じてくれます。

当日は行政相談も併せて行っています。

日時：11月 7日（金）

12月 12日（金）

時間：10:00～12:00

場所：三光コミュニティセンター

三光児童館の子育てひろば

未就学のお子さんと保護者の方を対象としたイベントです。

日時：毎週木曜日 10:30～11:30

■11月■

6日「ベビーマッサージ教室」（要予約）

13日「おうちでできるセルフカットとヘアアレンジ」（要予約）

20日「お芋のおやつ作り」

27日「アロマハンドタッチ」

■12月■

4日「おひさまカフェ」

11日「カレンダー製作」

18日「クリスマス会（クリスマス製作）」

職員紹介



10月より児童館で勤めることになりました、河野妙香と言います。よろしくお願いします。

【お問い合わせ先】三光児童館 電話：43-5194

社協からのお知らせ

シン・みんなのふくしまつり ～つなぐ100年 つながる笑顔～

今年は昭和100年！昭和100年の中津の歴史を辿るコーナーもあります。懐かしんでみませんか？その他にも小さなお子さんが楽しめるコーナーや吹奏楽、神楽などの見て楽しいコーナー、食べ物のコーナーなど盛りだくさんのおまつりです。

と き：2025年11月9日（日）

10:00～14:00

ところ：中津市教育福祉センター
& プレーパーク

★雨天時は一部内容が変更になります

～当日の内容～

- ◆昭和100年“あの頃の中津”を振り返る
- ◆山国で誕生した「槻木レンジャー」がやって来る！
- ◆木の積み木・音あそび
- ◆ふわふわ遊具あり
- ◆マルシェ（食べ物やバザー）
- ◆その他



フードバンク nico まんぷく nico キッチン&パントリー

nico キッチン

ふるまい

先着200名

- ・カレーライス&ケーキ
- ・ホット珈琲

カレーは防災用のレトルトカレーを温めて提供します

日時：2025年12月25日（木）

17:30～19:30

（19:00 受付終了）

場所：中津市教育福祉センター

【問合せ先・申込先】

中津市社会福祉協議会 電話 23-2095

パントリー

限定100世帯

食品配布

18歳以下の子を育てている世帯
または

物価高騰により生活にお困りの世帯
※生活保護世帯は対象外

12/9（火）12:00～受付開始

地域が元気になる地域福祉情報紙

とんぼのめ



とんぼ絵協力：はしもと まさこ

第99号

2025年11号発行

《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

（三光コミュニティセンター内）

〒871-0102

中津市三光成恒 241-1

TEL 0979(43)5390

FAX 0979(43)2594

令和7年度 福祉ボランティア講座『遊びの学校』

一石四鳥の「コミュニケーション麻雀」で盛り上がりました！



想像以上の盛り上がりで驚きました。ぜひ、地域で活用してください!!

講師

motto ひょうご

事務局長 栗木剛 氏

9月26日（金）、三光コミュニティセンターにて三光・本耶馬溪合同で令和7年度福祉ボランティア講座「遊びの学校～わくわくマイスター養成講座～」を開催しました。

この講座は、サロンや週一体操をはじめとした集いの場のお世話役の方などを対象として、楽しみながら活動を継続できるよう開催しています。今年度は、身体全部を使って楽しめる『コミュニケーション麻雀』について講師の栗木剛さんに一から教えていただきました。

講座の様子



当日は三光・本耶馬溪地区の方を中心に35名の参加がありました。初めて顔を合わせる方もいましたが、一緒に作戦を練ったり、経験がある方がアドバイスをしたりとあっという間に打ち解けていました。会場が一つのサロンのように和気あいあいとした雰囲気、とても楽しい時間となりました。

フリースペース開所しています♪

コミュニケーション麻雀が自由にできるよう週1回開所しています。10月は日ごろから麻雀をしている方も来てくれ、経験があまりない方にルールを教えてくださいました。どなたでも参加可能です。お気軽にお越しください。

★毎週金曜日 13:00～15:00

★場所 三光コミュニティセンター

★出入りは自由です

★お茶等の必要なものは各自ご持参ください。

東 南 西 北



フリースペースの様子

レクリエーション用具の貸出しとしてコミュニケーション麻雀が2セットあります。お気軽にご相談下さい。

いきいきサロン 紹介します

三光地区は各地区に1カ所ずつ「いきいきサロン」があります。平成14年秋ごろより徐々に広がっていき、平成16年には全15地区で立ち上がりました。どなたでも参加可能です。皆さんの地区のサロンを知って、参加してみたい方はご連絡下さい。

【連絡先】中津市社会福祉協議会（三光）43-5390

【西秣いきいきサロン】



■開催日：毎月第1水曜日

■場 所：西秣公民館

■活動のポイント：

サロン開始前はお世話役の方々が血圧、握力、体重測定を行っています。毎回ラジオ体操からスタートし、活動開始！プログラム終了後は、茶話会をしています。三世代交流や西秣に住んでいる外国の方とも交流も行ったりと、楽しみながらつながりを広げています。

【下秣いきいきサロン】



■開催日：毎月第1月曜日

■場 所：下秣集会所

■活動のポイント：

サロンが始まるまでの時間は畑や体の話など近況報告で話がはずみます♪

旧暦の七夕にあわせてサロンで七夕飾りづくりをしています。また年度末のお楽しみ会の際は、レクリエーションを楽しみ、手作りのお弁当を食べています。

【上秣いきいきサロン】



■開催日：毎月1回（不定期）

■場 所：上秣営農集団研修センター

■活動のポイント：

少人数で和気あいあいと開催しています。お話を聞く内容が多いですが、小学生と保護者と一緒にする交流会（三世代交流）では一緒にレクリエーションをして大変盛り上がります。交流会の締めのカレーライスは子ども達の大好物です！

サロンでどんな活動してる？

- ・演芸 ・貯筋体操 ・音楽健康法
- ・地区の中をぶらっとウォーキング
- ・がんばるーんボール ・落語 ・紙芝居
- ・ミニコンサート ・さんさん講話
- ・駐在さんの話 ・予防救急
- ・お寺さんの話 ・防災の話
- ・健康の話 ・新行橋病院の話
- ・お楽しみ会 ・子どもとの交流会 など



ボランティアグループ紹介

くすのきがい コスモス楠木会



「コスモス楠木会」は、30年以上活動が続けています。現在は月1回、下田口サロンで演奏し、それに合わせて参加されている方が歌っています。その他、デイサービスなどで依頼を受け活動しています。ご依頼、会員受付中です♪



本耶馬溪デイサービスで演奏♪

代表：楠木廣子さん（下田口）

団体名：コスモス楠木会

会員数：6名

活動内容：

月2回の練習を行い、依頼を受けて演奏に伺っている。

曲 目：童謡から歌謡曲

演奏に行くとみなさん歓迎してくれ、こちらも嬉しくなります！会員同士も仲良く、練習も楽しいので続けていけています。



オレンジ通信

オレンジカフェみなと in 道の駅ながつ を開催しました！

9月は「世界アルツハイマー月間」でした。“認知症”のことや、気軽に相談できる場所があることを広く知ってもらうために、9月19日（金）道の駅ながつで「オレンジカフェみなと」を開催しました。

地域の方や買い物のおあと休憩されている方が立ち寄ってくれたり、ご相談をいただいたりしました。

中津市社協では定期的に各地区でオレンジカフェを開催しています。関心のある方はお気軽にお立ち寄りください。



【次回のオレンジカフェ三光】

日 時：12月18日（木）13:30～15:00

場 所：三光コミュニティセンター

参加費：100円



小地域ネットワーク会議が始まります（12月～2月）

年に一回、各サロンで「小地域ネットワーク会議」を開催しています。三光には15カ所のいきいきサロンがあり、お世話役さんが中心となりサロンの組み立てを行っています。この会議は「翌年度のサロン行事予定」「サロンをどうやって盛り上げるか」「気になっていること・困っている事」など話し合う貴重な時間となっています。

やってみたいことなどがある方はサロンのお世話役さんに提案してみてください！参加者みなさんで盛り上げていきましょう！



昨年度の会議の様子