

フードバンクにご協力ください

中津市社協では毎月25日にご家庭に眠っている食品を寄付していただく活動（フードバンク）をおこなっています。皆さまからご寄付いただいた食品は、必要とされる方や地域サロン、子ども食堂などに無償で提供しています。

受付日

7月25日（木）9:00~17:00

8月26日（月）9:00~17:00

場所：社協本耶馬溪（折元）

受付食品：賞味期限まで2ヶ月以上あり
常温保存が可能なもの

ともだちひろば

「ともだちひろば」とは、三光児童館のスタッフ、本耶馬溪地区の公共施設で、未就学児と保護者、出産を控えた方を対象としたイベントや交流を行う“出張 子育て支援拠点”です。

7月のイベント -夏祭りあそび-

7月10日（水）10:30~11:30

場所：本耶馬溪公民館 和室

※8月はお休みいたします

【お問い合わせ】

中津市三光児童館 TEL：43-5194



心配ごと相談

ひとりで悩まず、誰かに話してみることで解決の糸口が見つかることもたくさんあります。

ちょっと心に引っかかっていることなど本耶馬溪地区の民生児童委員さんへ相談してみませんか。

7月17日（水）10:00~12:00

場所：中津市役所本耶馬溪支所
多目的室

8月21日（水）10:00~12:00

場所：社協本耶馬溪（折元）

夏のボランティア体験

今年の夏も、恒例の「夏のボランティア体験」参加者を募集しています。

まだボランティアしたことない方、この夏何か新しいことに挑戦してみたい方、この機会にボランティアデビューしてみませんか。

実施期間：7月20日~8月31日

受付期間：6月24日~7月27日

受入れ先：高齢者施設、児童福祉施設、障がい者施設、地域サロン、ボランティア団体ほか

【お問い合わせ】

中津市ボランティア・市民活動センター
TEL：23-2095

ちいき福祉だより にじのはし

【発行元】

中津市社会福祉協議会 本耶馬溪 地域福祉課

〒871-0312 中津市本耶馬溪町折元1247

中津市本耶馬溪町総合福祉センター

TEL:53-2255 FAX:53-2253

2024年 7月号

(通算 第58号)

誰もが暮らしやすい地域づくり

~令和6年度 第一回ふれ愛ネット推進会議~

5月29日、本耶馬溪公民館にてふれ愛ネットワークの第一回推進会議が開催されました。36名が参加のもと、小野政文自治会長より「推進会議は、自治委員・民生児童委員が集まって本耶馬溪のことを考えていく会となっている。いろいろな方の情報を聞いて、共有をしてもらいたい」とあいさつがあり、社協より「ふれ愛ネットワーク」についての説明と、市役所より「地域における防犯活動」についてお話がありました。



中津市役所 山下課長



小野自治会長

令和5年度 ふれ愛ネットワーク活動内容

- ◆ひとり暮らし世帯等に対する見守り・訪問
- ◆ひとり暮らし世帯等への日用品の配布
(熱中症補水液、飲料、マスク、お菓子、鉢花など)
- ◆地域ふれあい交流会(会食会などなど)



本耶馬溪三光 合同開催!! ボランティア養成講座 「遊びの学校」 参加者募集!!

「遊びの学校」とは、地域の福祉活動に関心のある方を対象として、楽しみながら活動を継続できる人材を発掘・養成することを目的とした「ボランティア講座」です。

日時：8月20日（火） **参加無料**
14:00~15:30

場所：本耶馬溪公民館 大会議室
講師：大分県レクリエーション協会理事
松元 義人氏

対象：三光・本耶馬溪地区の方で、地域の活動を通して、ボランティアに興味がある方

【内容】

介護予防に繋がる体操や高齢者が楽しんでできるイスに座ってできる体操（グーパー体操など）を予定しています。

※当日は動きやすい服装と、こまめな水分補給をお願いいたします。

【お問合せ・お申し込み先】
社協本耶馬溪（折元） 53-2255



本耶馬溪ふれ愛ネットワークとは？

住民主体の見守り・声かけ活動、交流活動を目的とする「たすけあい活動」です。

高齢者の方が自宅で倒れていたことをきっかけとなり、平成6年に本耶馬溪町の自治委員・民生委員が中心となり組織づくりをはじめ、30年以上も活動を続けています。ふれ愛ネットワークの活動を通じて、地域のつながりをより深め、『誰もが住みなれた地域で安心して暮らせる』ような地域づくりを進めています。

近年、自然災害も多く、非常時に頼りになる方は隣近所の方です。いざという時に助け合うためには、普段から声を掛け合える関係づくりが大切です。

みなさんの地区で、ふれ愛ネットワークの話し合い（推進会議）を行う際はお声かけください。お伺いしますので、ご連絡お待ちしております。

【お問合せ先】
社協本耶馬溪 53-2255
(折元) 担当 岩丸

継続は健康なり!! 週一体操表彰

5月22日、中津文化会館にて「元気!いきいき☆週一体操」永年表彰が行われ、本耶馬溪地区からは『東谷健康クラブ』と『はちどり庵健康クラブ』がゴールド賞(5年継続)を受賞しました。今回は、はちどり庵の田上さんと授賞式に出席された東谷健康クラブの武吉さんにお話を伺いました。

はちどり庵健康クラブ

Q1.現在何名の方が参加していますか?

コロナ禍になる前は週2回計30名くらいでしたが、現在は週1回15名くらい参加しています。

Q2.どのような活動をしていますか?

午前中は麻雀や口腔体操、昼食後は、体操や長生き首頭で体を動かしています。



Q3.これから活動に一言お願いします

しっかり体操をしながら、心身健やかに過ごせるように努めます。

東谷健康クラブ

Q1.5年継続できた秘訣を教えてください。

東谷地区のみなさんが一つになって盛り上げていくという気持ちの強さが至った結果だと思います。

Q2.どのような活動をしていますか?

めじろん元気アップ体操や「青い山脈」に合わせてストレッチ、ガンバルーンボールやスカットボールをして楽しく過ごしています。



Q3.これからの活動に一言

気持ちの健康が身体の健康に繋がります。いつも笑顔と笑い声が絶えない会にしたいです。

元気!いきいき☆週一体操とは?

みなさんが歩いて通える公民館等で、地域の方々が開催する週1回行う体操教室です。

筋力向上に効果のある「めじろん元気アップ体操」と、その他にも歌やレクリエーションなどを行い、週1回が楽しみとなる通いの場になっています。

【お問合せ先】
中津市地域包括支援センター社協
TEL: 26-4040

学び舎で育む福祉のこころ ~ボランティア推進校紹介~

上津小学校



4月19日上津小学校1・2年生より、社協本耶馬溪にたくさんの玉ねぎを提供していただきました。生徒のみなさんががんばって収穫した玉ねぎは大玉の立派なサイズで、早速本耶馬溪のデイサービスを利用して利用の方へ昼食時に提供させていただきました。

現在、遅ものの玉ねぎも順調に育っているそうです。



ボランティア推進校とは?

市内の小学校、中学校、高等学校等を対象に毎年社協よりご案内をし、希望された学校がボランティア推進校として活動しています。活動内容はさまざまで、今年度は市内で10校が希望され、本耶馬溪地区では上津小・樋田小・本耶馬溪中学校が活動しています。

気軽に話せるいいの場

~オレンジカフェ

本耶馬溪~

5月16日、珈琲音猫にて「オレンジカフェ本耶馬溪」を開催しました。

コーヒーの香りが漂うなか、紙コップを使った神経衰弱や、あじさい作りに挑戦しました。今回は認知症に関心のある方も参加され、空き時間に地域包括支援センターの職員と話すなど、有意義な時間を過ごすことが出来ました。



コーヒータイム



指の体操



あじさいを作成



やさしい"助け愛"のまちづくり

~本耶馬溪ひまわりサービス~

5月31日、本耶馬溪総合福祉センターにて、住民型有償サービス『本耶馬溪ひまわりサービス』の令和6年度の総会が行われました。

近年、サービスを利用される方や会員の減少が続いており、今回の総会では、令和5年度の事業報告や活動を行う中での改善点や、今後どのようなサービスが考えられるかなど、様々な意見が交わされました。



「住民型有償サービス」とは?

生活の中でのちょっとした困りごとに対し、同じ地区に住む住民同士が『みんなで互いに助け合っていく』という趣旨で行われています。

- ◆屋内作業(家事援助・付き添い支援など)
30分: 400円 1時間: 800円
- ◆屋外作業(草刈り・剪定など)
1時間: 1,200円

【お問合せ先】
「ひまわり」代表: 武吉さん
TEL: 090-5023-9380
【支援機関】社協本耶馬溪 53-2255



部屋の掃除 買物代行 付き添い

- 衣類洗濯
- ゴミ出し
- お話相手
- 草刈りなど

「オレンジカフェ」とは?

認知症の方や介護されているご家族、認知症に関心のある方などが集まって気軽にお話ができる場所のことです。当日は認知症地域支援推進員や地域包括支援センターの職員もいますので、気軽にご参加いただき、認知症への理解を深めていただける機会となっています。

【お問合せ先】
中津市社会福祉協議会
認知症地域支援推進員 重松
オレンジコーディネーター 廣瀬
TEL: 27-8870

