お知らせ

令和8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～

地域福祉活動に関心のある方！
サロンや週一体操などで活かせるレクリエーションを一緒にしませんか？



身近にあるものや、
１００均等で手ごろに
買えるものを使って
できるレクリエーショ
ンをご紹介します！

講師：日田市レクリエーション協会
梶原　キヌ子　氏

日時：12月2日（水）
13：30～15：00
場所：本耶馬渓公民館（大会議室）
申込・お問合せ：27-8870
いのくち まで

運転が心配な方も大丈夫！
山国・耶馬渓からは
バスが出ます！



まんぷくｎｉｃｏキッチン＆パントリー

「こどもも、おとなも、おなかいっぱい
nicoにこ笑顔になってほしい」という思いから、
今年も開催いたします！

日にち：12/25 (金)

場　所：中津市教育福祉センター

内　容：◎ｎｉｃｏキッチン
(カレーライスのふるまい)
※当日先着150食
１７：３０～１９：３０
（１９：００受付終了）

◎フードパントリー(食料の無料配布)
９：００～１９：００

※事前予約制　80世帯

※受取場所：教育福祉センターのみとなります。

申　込：12月上旬～予定



【問い合わせ・申込先】
中津市社会福祉協議会
生活支援課　０９７９-２６－１２３７

心配ごと相談

身近な相談窓口として、耶馬渓地区の民生児童委員の方々が“心配ごと”の相談に応じてくれます。

日時：11/17（火）12/8（火）
９：３０～１１：００
場所：耶馬渓高齢者センター

さんかく△ぷれいす

「はたらくこと」に関する相談窓口です。
ちょっと頑張ってみたい、でもどうすればいいかわからない、等ぜひご相談ください。

日にち：11/11（水）、12/9（水）
時　間：13：30～16：00
場　所：社協耶馬渓（TEL:27-8870）

ともだちひろば

三光児童館のスタッフが出張し、未就学児と保護者、妊産婦の方を対象に、運動・うた遊びや読み聞かせなどのイベントを行います。お気軽にどうぞ！



11/18（水）お芋でおやつ作り
12/16（水）カレンダー制作

場所：耶馬溪コミュニティーセンター
時間：10：30～11：30
問合せ先：三光児童館（43-5194）

ちいき福祉だより
めいぷる

〈発行元〉
社会福祉法人　中津市社会福祉協議会
地域支援課　地域活動支援係　耶馬溪
〒871-0405　中津市耶馬溪町大字柿坂138番地1
耶馬溪支所内
TEL：27-8870　　FAX：27-8878
イラスト：木内　千津子

2026年11月号　第70号

耶馬溪地区見守りネットワーク推進会議

９月３日（木）、耶馬溪高齢者センターにて今年度第１回の耶馬溪地区見守りネットワーク推進会議の全体会が開催され、23名の参加がありました。議長に選出された緑会長の議事進行のもと、活発な意見交換が行われました。



田舎困りごとサポーターより、どんな事業を行っているかや、R7年度登録者数、実施状況などのご報告がありました。





グループでの意見交換ではこんな意見が出ました！

Q.普段の見守りどうしてる？
- 市報を出来るだけ手渡ししている。
- サロンや週一体操で定期的に会っている。
- 花の種や日用品を持って自宅訪問している。　など

Q.これからどんな研修をしよう？
- 他の地区の見守りネットワークはどんなことをしているのか知りたい。
- 防災の備蓄品について知りたい。
- 先進地へ視察に行きたい。

など

耶馬溪地域福祉ネットワーク会議　防災研修

9月18日(金)、耶馬溪高齢者センターにて防災研修会を開催しました。当日は、民生児童委員、見守りネットワーク、たんぽぽサービス、防災士、自治委員等、１６名の方が参加されました。
その後、グループで夜間に警戒レベル3が発令されたときに地域でできることについて意見交換をしました。

「減災のすゝめ」
講師：中津市防災危機管理課　防災危機管理監　嶋田浩一氏



お話の内容
- 新しい災害気象情報
- 避難所に準備されているもの
自分が準備するもの
- 令和8年熊本地震について

など

グループで話し合った内容
- 夜間は視界も悪いため、なるべく自宅待機して日が明るくなってから安否確認等を行う。
- 避難所が危険区域にある所が多く、避難するのが厳しい。



参加された方からは、「各地域の取り組みを共有できる良い機会になった」、「防災についての知識が上がった」等の感想がありました。





防災グッズやトイレカーの
展示もありました。



いつもありがとう

サロンで敬老のお祝い

今年も耶馬溪の各地区で敬老行事が行われました。
耶馬溪地区は人口のうち、65歳以上が56.1％を占めています。
耶馬溪の“いま”があるのは、これまで、そして現在に至るまで、高齢になられた皆さんが地域を支えてきたからです。
普段はなかなか伝えられない、感謝と敬意をかたちにして伝えることのできる、大切な地域行事です。
敬老会に向けてのサロンの取り組みを、一部ご紹介します

島お楽しみ会

島お楽しみ会では、9月に行われる敬老会に向け、贈り物づくりをしていました。
小さな布を、さらに小さく切って貼ってひょうたんを作り、水引を編んで鶴や亀を作るという、とても根気のいる作業に毎月取り組み、かわいらしい色紙飾りができました。
受け取った皆さんはとても喜ばれたそうです。



皆で贈り物づくり



一つ一つに想いを込めて



完成✨

長岩サロン



全員集合でハイチーズ☆

10月11日（日）、永岩地区合同敬老会が開かれ、40名を超える参加ありました。
この会で長岩サロンは、催しの一つを担当し、歌を交えたゲームを披露しました。大いに盛り上がり、皆さんとても喜ばれていました。



歌で口腔体操

下郷で続く元気の秘訣…健康麻雀「友遊（ゆうゆう）クラブ」



週に１回、8年以上続く健康麻雀クラブ「友遊クラブ」に伺いました。
宮園公民館で毎週木曜日に行われており、現在は毎回４名ですが、以前は９０代の方も含め、他にも数名来られていたそうです。
指先を使って牌を並べ、役をそろえて、点棒で支払いをします。指先も頭も使う、健康に楽しむ麻雀で、最近では脳トレや認知症予防としても注目されています。

社協では、ひとつの牌がポケットティッシュサイズでルールが簡単な「**コミュニケーション麻雀**」があります。
興味がある方は
社協にお尋ねください☺

健康麻雀とは…

- お金を**賭けない**
- お酒を**飲まない**
- タバコを**吸わない**

の「**3ない**」を基本に、年齢や経験を問わず、安心して楽しめる麻雀のことです。

＊開催情報＊

日時：毎週木曜日
12：00～17：00
場所：宮園公民館
お問合せは
社協いのくちまで✨

城井地区見守りネットワーク推進会議



９月30日（水）、城井地区公民館で、城井地区見守りネットワーク協議会推進会議が行われました。
今年度新しく見守りネットワークの地区推進会議委員になった方々に、緑会長より、どのような方が見守り対象となり、これまでにはどのような活動がされてきたのかの説明がありました。
その後、今年度の活動や、地域の情報共有等がありました。



☆お願い☆
見守りネットワークの活動や推進会議の際には、ぜひ社協にもお声がけください（27-8870　いのくち）

津民地区では、見守りネットワーク協議会が夏前に撒いた種が続々と開花し、津民の道沿いを美しく彩っています🌸



傾聴（お話し相手）ボランティア募集

やすらぎ荘に入所している高齢者の方々と、楽しくお話してくださるボランティアさんを募集しています。年齢や経験などの条件はありません。人とお話するのが好きな方、ぜひご連絡ください。

日時：平日10:00～16:30のうち都合のいい時間帯
場所：中津市特別養護老人ホーム やすらぎ荘（耶馬溪町大字樋山路1-1）
内容：手作業やレクリエーションなどの日中の活動に参加が難しい方のお話相手です。



お問合せ先：56-2386
（やすらぎ荘　中島・古賀）

オレンジ通信

“認知症”も、知れば怖くない！
～認知症サポーター養成講座～

認知症サポーター養成講座は、認知症について正しい知識を学び、地域などで認知症の方やご家族を支える“応援者”になるための無料講座です。地域の集まりや学校、企業などを対象に、みなさんの元へ出向いて行なっています。
９月は耶馬溪・山国地区にて、計３回の講座を行いました！

受講者にはカードをおわたしします！



講座のようす

開催のお問い合わせは下記まで、お気軽にお電話ください！
0979-27-8870
（認知症地域支援推進員：中嶋）



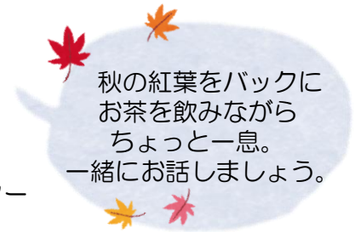
オレンジカフェみなと

「オレンジカフェ」は、認知症の方やそのご家族、認知症に関心のある方々が集まって、コーヒーやお茶を飲みながら、気軽にお話や相談ができる場です。

日　時：11月13日（金）
10：00～11：30
場　所：馬溪橋 駐車場
（中津市耶馬溪町大字戸原）
参加費：無料



オレンジコーディネーター
廣瀬



秋の紅葉をバックにお茶を飲みながらちょっと一息。
一緒にお話しましょう。