

MY HOME KOSHI

ほっとライン

特集

ふれあいいいきいきサロン
『通いの場』がまちを変える



・今月の表紙・

温かな明かりと、美味しそうな匂い…昔も今も、人を呼び寄せる場には、素敵な魅力があり、そこには笑顔があふれています。「ふれあいいいきいきサロン」はさながら現代における茶屋のような存在なのかもしれません。あなたも出かけてみませんか？



やさしくて 穏やかな 福祉社会の創造

2020

02

vol.163

「ふれあいいいききサロン」がまちを変える

高齢化や核家族化がすすみ、地域社会とのつながりが希薄になったことで引きこもりや孤独死などが地域の課題となっています。地域のつながりづくりの構築と強化、また高齢者の生きがいづくりと顔の見える関係づくりを考えて生まれたのが「ふれあいいいききサロン」です。今月は25年以上の歴史を持つ合志市のささえ愛の仕組みをご紹介します。



「ふれあいいいききサロン」ってなあに？

地域には、ひとり暮らしや、家族がいても昼間ひとりで閉じこもりがちで高齢者の方たちがいらつしやいます。そのような方が気軽に出かけお茶を飲んだりしながら、みんながお互いに交流し、楽しい時間を過ごせたら、仲間が増え、生きがいにつながりいきいきと元気に暮らすことができるようになります。地域に住む人々を中心になり自主的に高齢者の社会参加の場を作る活動、それが「ふれあいいいききサロン」です。

合志市では、平成5年から始まり、現在高齢者サロンは41か所にて活動が行われています。最近では、運動に特化したサロンや、高齢者に限らず多世代での交流を目的としたサロンなど、その取り組みも多様化しています。その中で生まれた子育てサロンは、平成14年から始まり、7か所にて活動されています。

ふれあいいいききサロンはこんなところ！

<p>どんなことをしているの？</p> <ul style="list-style-type: none"> 体操 茶話会 季節行事 (節分・七夕など) レクリエーション 生活に役立つ講座 	<p>どこでやっているの？</p> <ul style="list-style-type: none"> 地域の公民館 ボランティアの自宅
---	---

サロン活動に期待される3つの効果！

- 1 からだへの効果**
「健康つくじ」
○ 介護予防になる
○ 認知症予防になる
○ 無理なく体を動かせる
- 2 こころへの効果**
「生きがいつくじ」
○ 閉じこもり防止
○ 楽しみが増え生活が豊かになる
○ 新しい自分に出会える
- 3 地域への効果**
「友達、仲間つくじ」
○ 孤立を防止し、互いに助け合い、支え合う関係が生まれる
○ 様々な関係者やサービスと連携がとりやすくなる
○ 情報交換・情報提供の場として、地域福祉活動の拠点となる



令和元年度社会福祉およびボランティア功労者 厚生労働大臣表彰受賞

表彰式の記念写真



【宅配弁当】 一人お一人のお元気を確かめに、スタッフみんなで訪問しています。

活動紹介1 「みよし友愛会」

みよし友愛会は、平成6年12月に活動開始。一人暮らしの高齢者や、家に閉じこもりがちな高齢者の方々が、地域とのつながりを持ち、明るく心身ともに健康で楽しく、この町に住んで良かったと思える地域づくりを目指しています。現在、スタッフ11名、対象者36名で、月1回御代志公民館にてレクリエーションや体操などを行っている他、年2回の見守り訪問(弁当配布)を行っています。



【夏休みそうめん流し】 世代を超えた交流を行っています。子どもたちの笑顔がみんなの活力に！

新年には初詣、春には花見、夏には子ども会との交流など、季節に合わせた行事に取り組んでいます。友愛会の特徴は、男性スタッフの協力会員が多いこと。当番制や役割分担が明確に行われ、特に、夏休みに子ども会と合同で行うそうめん流しでは、竹の切断や組み立て等、男性の力が存分に発揮されます。今年度は活動25周年。起ち上げた方々の熱い思いと苦勞に感謝の気持ちを忘れず、30周年に向け活動を続けられています。

ありがとうございました

次の方々から社会福祉協議会にご寄付いただきました。
厚く御礼申し上げます。[11/16~12/15受付分]

- 香典返し
- 小池／橋本 一則様(故妻 洋子様)
 - 出分／吉岡 拓様(故父 轉様)
 - 上庄／野口 照保様(故妻 清子様)
 - 横町／大島 康弘様(故母 ナヲ子様)
 - 須屋／畑中 勝盛様(故妻 トシ子様)
 - 出分／早田 敬雄様(故母 籠子様)
 - 黒石団地／尾前 梅子様(故夫 忠作様)
 - 上須屋／木村 友彦様(故妻 房子様)
 - 上須屋／河野 久美子様(故夫 重昭様)
 - 須屋／遠坂 優子様(故母 清崎 アイコ様)
 - 鹿水／白井 光男様(故父 堅介様)
 - 後川辺／橋住 富榮様(故夫 安廣様)
 - 黒石団地／木村 嘉廣様(故父 狗一郎様)
 - 黒石原／緒方 利恵子様(故夫 秀明様)
 - 平島／村上 大助様(故兄 正則様)
 - 須屋／松永 隆志様(故妻 フジノ様)
 - 二子／藤井 正美様(故母 桂子様)



中央ゴルフ株式会社様より



東京エレクトロン九州株式会社様より



上野 清一様より(門松)

※この他に、寄贈 1 件
ありました。

- 一般寄付
- 上庄／合志 義幸様
 - 黒石／黒石区 自治会様
 - すずかけ台／NPO 法人 ぽっかぽかすずかけ様
 - 元民生委員一六会一同様
 - アリスくらぶ様
 - 合志市陶芸会 様
 - 中央ゴルフ株式会社様
 - 東京エレクトロン九州株式会社及び従業員一同様

- 寄贈
- 杉並台／川崎 久功様(米)
 - 武蔵野台／渡邊 義助様(米)
 - 平島／上野 清一様(門松)
 - (有)三協車椅子製作所様(クリスマス用お菓子)

あなたもサロンを始めてみませんか?

ふれあいいきいきサロンはみんなで作る地域の場です。あなたの温かい気持ちを形にしてみませんか。



1 運営していく仲間を集めよう



2 日時と場所を決めよう



3 サロンで何をするか決めよう



4 参加者を呼びかけよう

私たちにご相談ください!

サロンを立ち上げたい、参加したい...など、いきいきサロン活動についてはお気軽に合志市社会福祉協議会にご相談ください。担当の職員と一緒に「できる方法」を考えていきます!

地域福祉課 ☎242-7007



活動紹介 2

子育てサロン

サロンに遊びにきませんか?

子育てサロンは、身近な地域で子育て仲間が集まり、気軽におしゃべりをしたり子どもと遊んだりできる場所です。『安心して子育てができるような地域』を目指し、地域のボランティアの方々とともに、みなさんの子育てを応援しています。

参加者の声

- ★ママ友ができて、いろいろな話ができて気分転換になる
- ★家とは違うアットホームな感じのサロンで、いつも楽しみにしている
- ★地域の中で異世代交流ができる
- ★季節の行事やイベントができて楽しい
- ★同年代の子ども同士で遊べる
- ★地域の情報や幼稚園情報を聞くことができる

【お問合せ先】 子育て支援センター ☎242-7008



開催中の子育てサロン

(対象: 合志市在住の就園前の親子)

- ばおぞうくん(笹原公民館)
- めだかサロン(若原公民館)
- コアラサロン(武蔵野台学習センター)
- こぐまサロン(新開公民館)
- ひよこサロン(東須屋公民館)
- サロン愛(須屋市民センター)
- パンダサロン(杉並台コミュニティセンター)

活動紹介 3

脳活きサロン「野ばらの会」スタート!

～野に咲く花のように、人と人とのつながりに花を咲かせたい～

合志市社協では認知症予防の取り組みとして、認知症予防教室『脳活き生き教室』を実施しています。毎年受講者が増える人気の講座で、自分の地域でも実施したいという住民の方からの声も寄せられていたため、『楽しみながら身近な地域で認知症予防』を目的に、みんなで集まりおしゃべりしたり、簡単な脳トレや体操をしながら認知症予防に取り組む脳活きサロン『野ばらの会』が結成されました。

「野ばらの会」の特徴

同じ目的を持った方々が自主的に集まることで、自分たちのやりたいことを自分たちで決め、気軽に参加しながら活動できるサロンです。

YouTubeで見学!

認知症予防教室『脳活き生き教室』の様子をYouTubeでご覧いただけます。ぜひ覗いてみてください!



立ち上げメンバー: 榎山 博子さん、船木 綾子さん、森田 雅子さん 他 2 名

【場所】 御代志市民センター 【開催回数】 月 1 回 【お問合せ先】 地域福祉課 ☎242-7007

最新情報は、
社協ホームページで
チェック♪



2月はまったりカフェ♪ ありがとうカフェ

認知症の人とその家族だけではなく、地域の住民、介護や医療の専門職など誰もが参加できる場所として、お茶を飲みながら話し、相談をしながら交流を深められます。地域の人たちとのつながりを作るきっかけができる場所として、毎月開催しています♪

- 🕒 2/10(月) 13:30~15:00
- 📍 どなたでも
- 📍 ふれあい館カフェらんらん
- 💰 100円(フリードリンク)
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007



2月れんがカフェ&ギャラリー かせするモンさんランチ会

地域活動支援センターで製作したアクセサリや陶器等の展示販売と男の出前キッチン「かせするモン」さんの愛情たっぷりの食事をいただきながら、地域の皆さんの交流の場として開催します。

- 🕒 2/18(火) 11:30~13:00
- 📍 障がいをお持ちの方、地域の方
- 📍 れんがの家
- 💰 300円
- ※ 要申込(2/7(金)まで) 定員15名(定員になり次第締切)
- 📞 れんがの家 ☎242-2271

社会貢献入門講座 聞き書き講座

話し手に今までの人生を振り返りながら話をお聞きし、その方の「話し言葉」で書いて世界で一冊の冊子として、後世に残す「聞き書き」。聞き書きとは何かを解説していただきながら、ご自分の作品を作ってみませんか?相手に寄り添う聞き方やコミュニケーションスキルの向上にもつながります。

- 🕒 第1回:2月29日(土) 第2回:3月8日(日) 第3回:3月22日(日) いずれも10:00~12:00
- 📍 合志市民
- 📍 ふれあい館
- 💰 無料
- 📞 地域福祉課 ☎242-7000

子育て仲間に出会える場所 地域子育て支援センター

こども支援センターでは、就園前の乳幼児と保護者が気軽に利用できるように、親子活動・子育て相談・子育ての情報提供などを行っています。ぜひ遊びに来て下さい♪

- 📍 ふれあい館
- 💰 無料 (特別企画・行事のときは実費徴収あり)
- 📞 こども支援センター ☎242-7008



あかぐみ特別企画 離乳食教室

離乳食作りで困っている事はありませんか?栄養士と一緒に簡単な離乳食を作り試食します♪(託児なし)

- 🕒 3/6(金) 10:00~13:00
- 📍 あそびの部屋 あかぐみ参加者 (合志市在住の方優先)
- 📍 ふれあい館
- 💰 400円
- ※ 要予約(窓口のみ 2/28(金)まで) 定員:9組程度
- 📞 こども支援センター ☎242-7008

お気軽におたずねください 総合相談ふら〜っとホーム太陽

地域の身近な相談場所として、日常生活のお困りごと、ご相談にボランティアが対応いたします。また、月に1回は行政書士による相談対応もいたします。お気軽にご相談ください。

- 🕒 専門相談:2/5(水) 通常相談:その他水曜(2/12、26) 10:00~12:00
- 📍 ふら〜っとホーム太陽
- 💰 無料
- ※ 要申込
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007



対象

- 親子
- 高齢者
- 障がい者
- 一般の方
- 子ども

専門相談 消費者問題に関する相談会

悪徳商法や契約トラブル、借金、金融商品などの消費者問題に関するお困りごとはありませんか。2月は合志市消費生活センターの相談員による相談会を実施します。

- 🕒 2/20(木) 10:00~12:00
- 📍 合志市総合センター ヴィーブル相談室
- 💰 無料
- ※ 要予約 定員2組
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007

認知症のご家族のことでお悩みの方は いらっしゃいませんか? 家族のつどい

認知症の方のご家族を対象につどいの場を作り、同じ悩みを持つ方々が、介護について今抱えている問題や、普段感じている不安を話していただき、少しでも気分を軽くしていただければ…と考えています。また、専門家である、菊池病院・中山記念病院の職員の参加もあるため、具体的なアドバイスを受けることもできます。男性の方も大歓迎です。多くの方のご参加お待ちしております。

- 🕒 2/4(火) 13:30~15:00
- 📍 認知症の方を介護されている(いた)方
- 📍 ヴィーブル内会議室
- 💰 無料
- ※ ご家族が認知症と診断を受けている(いた)方
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007



対象

- 相談
- 会議
- イベント
- 募集
- ボランティア

社会福祉協議会では各種相談窓口を開設しています

法律・行政・心配ごと相談

「法律」「行政」「心配ごと」について、市民の皆様の様々な問題や悩みごとに、弁護士など専門の相談員が対応いたします。困りごとを一人で抱え込まず、まずはお気軽にご相談ください。

相談日・場所	担当相談員
2/4(火) 📍 泉ヶ丘市民センター	○ 弁護士 ○ 民生児童委員
2/12(水) 📍 みどり館	○ 弁護士 ○ 行政相談委員 ○ 民生児童委員
2/20(木) 📍 御代志市民センター	○ 弁護士 ○ 行政相談委員 ○ 民生児童委員

- 🕒 相談時間(各会場共通) 10:00~12:00 / 13:00~15:00
- 🕒 受付時間(各会場共通) 9:30~11:30 / 13:00~14:30
- 💰 無料
- ※ 当日受付
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007



QRコードの使い方

「みみよりひろば」(今号P6~7)の各記事の「QRコード」(右下の四角い模様)をスマートフォンで読み取ると合志市社協のホームページでさらに詳しい情報を見ることが出来ます。

iPhone

「カメラ」を起動してQRコードにかざしてください。

Android

QRコードアプリをインストール→アプリを起動→QRコードにカメラをかざしてください。



認知症啓発講演会

日程 令和2年2月28日(金)

時間 19:00~20:30
(受付18:30~)

場所 ふれあい館交流ホール

無料講座
定員100名

第1部 認知症サポーター養成講座

認知症について学びたい方はいませんか?
認知症とはどんな病気なのかはもちろん、認知症の方への対応などを学びます!

※講座受講者にはオレンジリングをお渡します♪



認知症の予防のための体操

第2部

誰でも、楽しくできるエクササイズ!覚えてみんなで健やかに♪

ご参加
お待ちしております!



【問い合わせ・申込み先】
合志市社会福祉協議会 地域福祉課
☎242-7007

申込締切
2月21日(金)

社協のえんがわ

みんなの読者コーナー



12月号のお題は
「ほっと」するとき
でした

寡黙な男性の邸宅で社協主催の
介護実習。後日、老人会のカラ
オケ大会で「感謝」を歌う。実
習宅の好々爺は大拍手を受け、
実習の余韻は完全に払拭。
ペンネーム 点子様



毎月「お題」に合わせた皆様からの自由な「おハガキ」を募集します。

○メッセージ ○イラスト ○写真 ○習字 ○短歌 ○俳句 …などなど

お好きなことでお寄せください。ご投稿いただいた方から毎月1名の方
に、図書カード1,000円分をお送りいたします。みなさんからの
おハガキをお待ちしています!

★今月のお題: 「通いたいところ」

応募先 〒861-1102 熊本県合志市須屋2251-1 合志市社会福祉協議会
「ほっとライン」係 **※2月27日(木) 必着**

※住所・氏名・年齢・ペンネームをお書き添えください

※頂いた作品は「ほっとライン」でご紹介させていただく他、社協のイベント等でご紹介
させていただく場合がございます。

※個人情報、厳重に管理し、プレゼントの発送のためのみに使用いたします。

お問い合わせ 社会福祉法人 合志市社会福祉協議会 ☎242-7000(代)

○ふれあい館 ☎242-7000 ○みどり館 ☎248-0400 ○ヴィーブル ☎248-1100 ○このみ坂保育園 ☎247-6630
○南ヶ丘福祉支援センター 輝き館ひかり ☎288-2240 ○障がい者支援センター れんがの家 ☎242-2271