

MY HOME KOSHI

# ほっとライン



特集

新しい「つながり」作りを目指して  
〜新型コロナウイルス感染症と地域福祉活動〜

・今月の表紙・

新しい生活様式の中で生まれた色とりどりの手作りマスク。このマスクの向こうには、これまでと変わらぬみなさんの笑顔があります。感染症予防でみなさんの安全を守りつつ、合志市にたくさんの笑顔が増えるよう、市民の皆さんとの取り組みが始まっています。



やさしくて 穏やかな 福祉社会の創造

2020

09

vol.170

# 新しい「つながり」作りを目指して

## 新型コロナウイルス感染症と地域福祉活動

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う緊急事態宣言などを受け、私たちの住む合志市においても、外出の自粛や3密を避けるなど暮らしに大きな影響が出ています。

合志市社会福祉協議会においても、ふれあい館・老人憩の家・児童館など各施設の休館、地域のサロン活動・各種養成講座・座談会や地域団体との協議等の中止を余儀なくされました。

緊急事態宣言は解除されたものの、感染症のリスクは依然として残されており、国は「新しい生活様式」の実践を呼びかけています。



今後は、感染症の拡大防止に配慮しながらも、市民の暮らしを取り戻し、支え合う関係を継続する必要があります。今月は、新しい「つながり」づくりに取り組む市民の皆さんの活動と、活動再開のためのポイントをご紹介します。

「こんなときだからこそ。」

住民の皆さんから始まる「支え合い」の地域の3つの取り組みをご紹介します。

### 青空学級 ユトリック団地



青空学級は、ユトリック団地の子ども会と民生児童委員等が中心となり、休校により自宅で誰とも会わずに過ごす子どもたちと親御さんの負担軽減ができないかと考えられはじめました。今年4月後半～5月初旬にかけて、ユトリック団地の公民館の敷地内駐車場にテントを設置し、消毒等を徹底しながら、ユトリ

ック団地内で小学校に通う子どもいる家庭を対象とした学習支援や居場所提供が実施されました。社会福祉協議会は、この活動が対象となる助成金の申請支援や、子どもたちが使用するレクリエーション用品の貸し出し等を行いました。



### 弁当配達・脳トレ教材配布 NPO法人 ぽっかぽかすずかけ



NPO法人ぽっかぽかすずかけの活動は、通常空き家を活用してつどいの場「よんなっせ」を運営し、健康体操や脳トレ教室、映画鑑賞会など多様なプログラムの提供、手づくりの昼食もふるまっています。

配達時は顔を合わせることで、ちょっとした困りごとを聞き取るなど、見守りや健康状態の確認といった「つどいの場」の機能を果たせています。また、脳トレ教材は、毎週1回配ることで、次の配達時に答えを伝えたり、利用会員同士電話をしたりする機会にもなっています。

このような活動によって寄せられる利用会員からの喜びの声が、協力会員の生きがいにもつながっています。

### 地域住民の支え合い活動 ふれあいいいききサロン・脳活き生き教室



市内各地で行われている「ふれあいいいききサロン」や「脳活き生き教室」も、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い活動を中止していましたが、6月からソーシャルディスタンスの確保、換気の徹底、消毒など感染予防対策の準備が整ったところより順次活動を再開しています。



#### スタッフより

皆さん、再開を心待ちにされていた様子でした。3ヶ月ぶりに皆さんの笑顔に再会できて、とても嬉しく、また変わらない様子に安堵しました。アルコールでの消毒や、クーラーを使用しつつ窓を開けての換気、マスク着用、人と人との距離を十分に取ることなど感染症対策を徹底し、開催しています。「認知症予防」というと固いイメージがあるかもしれませんが、楽しくお話ししながらできる教室です。皆さまのご参加お待ちしております。



合志市社会福祉協議会 合志 早織

#### 参加者の声

脳活き生き教室に参加すると文字とかを書く時にパツと出てくるが、今日は久しぶりだったので慣れとらんかった。みんなと会うのはよかですね。人と話すときは考えて話すからためになります。



脳活き生き教室 須屋 緒方 幸廣 さん

弁当づくりの時はキッチンスペースでの3密を避け、注意事項を掲示し、各自が感染予防に努めています。



## ありがとうございました

次の方々から社会福祉協会にご寄付いただきました。厚く御礼申し上げます。[6/16~7/15受付分]

### 香典返し

下町／宮崎 眞佐美様(故父 時久様)  
 ずかけ台／内野 康子様(故母 栗崎 郁子様)  
 上庄／村上 明様(故母 ミチ子様)  
 武蔵野台／五十嵐 孝一様(故母 久江様)  
 御代志／廣田 順子様(故父 原昭一様)  
 上須屋／岡本 英男様(故妻 千代美様)

### 一般寄付

ずかけ台／NPO法人 ぼっかぼっかずかけ様

### 寄贈

須屋／中村 静子様(介護用品)  
 上須屋／佐藤 恒男様(レコード(LP))  
 上庄／青木 様(タオル)  
 菊池郡／小牧 博典様(とつもろこし)  
 株式会社 丸美屋 様(納豆)  
 東京エレクトロン九州株式会社 様(マスク)

※この他に、寄付(香典返し)3件、寄贈4件ありました

## 新型コロナウイルス感染症の影響により生活資金でお悩みの皆さまへ

### 緊急小口資金特例貸付

新型コロナウイルス感染症発生の影響による休業や失業等により、一時的に収入が減少した世帯を対象として、生活福祉資金貸付制度の福祉資金(緊急小口資金)及び総合支援資金(生活支援費)について特例貸付を実施します。

#### 申請時必要書類

- ①住民票(世帯全員と続柄が記載されたもの)
- ②身分を証明できるもの(運転免許証・マイナンバーカード、健康保険証など)
- ③申込者名義の預金通帳

【受付場所】合志市社会福祉協議会 ふれあい館

【受付時間】平日10:00~16:00

【期 間】9月30日(水)まで

【お問合せ】242-7000

貸付内容の詳細・申請書類は、熊本県社会福祉協議会のホームページより閲覧・ダウンロードできます。



### 住居確保給付金

コロナウィルス感染拡大の影響等による離職またはやむを得ない休業により、経済的に困窮し、住居を喪失した方または喪失する恐れのある方を対象として、家賃相当分の給付金を支給します。

申請には収入・資産基準額・就職活動等の条件があります。事前に電話または合志市のホームページにてご確認下さい。

※アパートや貸家など、家賃を支払って居住している方が対象です。持家のローン等は対象になりませんのでご了承下さい。

【受付場所】合志市生活支援相談センター(安心サポート合志)(合志市総合センター ヴィーブル内)

【受付時間】平日8:30~17:00

【お問合せ】248-1100



## おうちで認知症予防!「365歩の脳活」

社協が実施している「認知症予防教室」では、以前より参加者専用の教材として、社協オリジナルの「365歩の脳活」を使用していました。4月に入り、地域の方から「外出を控えている母の為に、何か脳トレが出来るおススメの教材はないでしょうか?」とのご相談を受け「365歩の脳活」を販売することにしました。

現在、大変多くの方にご購入いただいております。一人でも多くの方が楽しみながら認知症予防できるきっかけになればと思っております。

お知らせ 7月末より市外の方の購入も可能になりました!

【購入対象者】県内在住の65歳以上の方限定

【価格】1,000円(税込)



注文書はホームページからダウンロードできます!



## SNSで情報発信しています!

合志市社会福祉協議会のFacebook・Twitter・YouTubeをご存知ですか? Facebook・Twitterでは、各ふれあいいきいきサロンの様子や男の井戸端サロンが育てている野菜の様子をはじめ、地域の活動・様子を随時投稿しています。また、YouTubeでは、合志市社会福祉協議会のプロモーションビデオや自宅で取り組める体操など、皆さんが見て「楽しい」「元気」になる動画をアップしています。もしかしたら、知っている「あの人」も出てくるかも!

合志市社会福祉協議会のSNSを登録して、一緒に合志市をPRしましょう。そして、地域の新しい繋がりの輪を広げませんか。「こんな投稿してみてもは?」「こんな動画があったらいいな」等のご意見ご感想もお待ちしております!



Twitter



Facebook



YouTube



## 災害発生 その時のために

災害時、避難をするタイミング、集団行動が難しい状況の中で、社会福祉協議会としてはどのように対応していくか。ふれあい館は指定避難所、福祉避難所としても指定を受けており、現在受入れ体制・方法を検討しています。

また、災害時には災害ボランティアセンターの設置・運営も社会福祉協議会の役割として求められており、今後は新型コロナウイルスの感染防止対策も含め、地域住民の方、ボランティアの方々と連携を図りながら、災害に備えるための災害ボランティア養成講座や災害ボランティアセンター設置訓練の実施も行って参ります。今年度は、熊本学園大学の高林秀明教授をお招きしての講座を予定しております。

災害ボランティア養成講座

【日時】10月15日(木) 13:30~  
 【場所】ふれあい館 交流ホール  
 【講師】高林秀明教授(熊本学園大学)



最新情報は、  
社協ホームページで  
チェック♪



## 秋の風を感じてみませんか? 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、気軽に交流を深められる居場所づくりを目指しています。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♪

- 🕒 9/10(木) 14:00～15:30
- 👤 どなたでも
- 📍 ふれあい館
- 💰 100円 (飲み物・菓子代)
- 📄 ※要申し込み
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007



## ふたごちゃんのつどい にこにこツインズ

双子や多胎児をもつ親と子どものつどいを奇数月に開催しています。仲間と集い、情報交換やおしゃべりをゆっくりと楽しみませんか？

- 🕒 9/28(月) 10:30～12:00
- 👤 双子、多胎児を持つ親と子ども
- 📍 ふれあい館
- 💰 無料
- 📄 ※妊娠中の方、保護者のみの参加可
- 📞 子ども支援センター ☎242-7008



## 今、皆さんでできることを考える 災害ボランティア講座

毎年のように発生している災害に対し、社会福祉協議会では、ボランティアと被災者を結ぶ災害ボランティアセンターを立ち上げることをしています。災害ボランティアの役割や心構えを学んでみませんか？

- 🕒 10/15(木) 13:30～15:30
- 👤 合志市民
- 📍 ふれあい館
- 💰 無料
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007



## 一般介護に関する相談会 専門相談事業

一般介護に関する専門相談会を社会福祉法人大地「大地の里 えがお」にて開設致します。施設を知りたい、利用料金や入所申込みの流れを知りたい等、介護に関するお悩みはございませんか？どうぞお気軽にご相談下さい。

- 🕒 9/17(木) 10:00～12:00
- 👤 どなたでも
- 📍 社会福祉法人 大地の里えがお
- 💰 無料
- 📄 ※要申し込み
- 📞 社会福祉協議会 ☎242-7000



## 認知症予防を学びませんか 脳ケアルームサポーター養成講座

令和3年4月開設予定の新しい通いの場、「脳ケアルーム」です。サポーター養成講座の受講生を募集しています。楽しみながらみんなで認知症を予防しませんか!?

- 🕒 10/3(土)、10(土)のどちらか 13:00～16:00
- 👤 どなたでも
- 📍 ふれあい館
- 💰 無料
- 📄 ※要申し込み
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007



## 子育て仲間に出会える場所 地域子育て支援センター

就園前の乳幼児と保護者が気軽に利用できるよう、親子活動・子育て情報提供・子育て相談等を行っています。子育てに不安や悩みを感じている方、些細なことでも構いません。お気軽にどうぞ。お電話でも大丈夫ですよ。

- 📍 ふれあい館
- 💰 無料
- 📞 子ども支援センター ☎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。

- 🕒 ① 専門相談：9/2(水)  
通常相談：その他水曜 (9/9、16、23)  
10:00～12:00
- 📍 ふら～っとホーム太陽
- 💰 無料
- 📄 ※専門相談については要申込
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007



## 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
<b>9/1(火)</b> 📍 ふれあい館	○弁護士 ○民生児童委員
<b>9/10(木)</b> 📍 みどり館	○弁護士 ○行政相談委員 ○民生児童委員
<b>9/18(金)</b> 📍 御代志市民センター	○弁護士 ○行政相談委員 ○民生児童委員

- 🕒 ① 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
- 📄 ※ 当日受付  
天候不良等により急遽中止となる場合がありますのでご了承ください
- 📞 地域福祉課 ☎242-7007



## おうちでやってみよう!介護予防体操 げん・きチャレンジ

合志市社協では、閉じこもりによる心身機能の低下を防ぐ為に、介護予防の一環として自宅で出来る簡単な体操を紹介いたします。

### イス腹筋 (お腹の運動)

自宅で出来る「イス腹筋(お腹の運動)」をご紹介。この体操を行うと、腰痛予防姿勢を保つことができますよ。



【やり方】座面の少し前に座ります。椅子の背もたれにもたれた所から、ゆっくり起き上がります。ゆっくり元に戻ります。

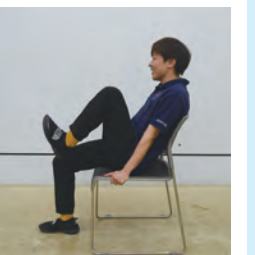
【ポイント】腹筋の上から下の方に力を入れます。足の力や反動をつけないようにしましょう。座面の後ろに座ると楽になります。

### もも上げ運動 (ももの付け根の運動)

この体操を行うと歩く時の足の上がりぐやよくなります。下腹も引込みますよ。

【やり方】4つ数えながらももを上げ、4つ数えながらももを下ろします。

【ポイント】ももの付け根に力を入れます。



ホームページにもやり方を掲載しています。



YouTubeにも体操の動画を配信中!ぜひご覧ください。

合志市社協YouTube



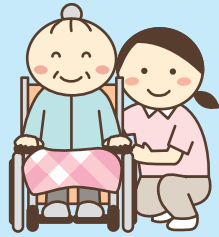
※新型コロナウイルス感染症等の影響により、開催について変更する場合がございます。事前にご確認ください。また、開催される場合はマスク着用の上ご参加ください。発熱・体調不良の方のご参加はご遠慮下さいますようお願いいたします。

※対象・定員等条件がある場合があります。くわしくはQRコードからホームページ、またはお電話でご確認ください

※新型コロナウイルスの影響により延期となる場合がございます

# 家族介護教室

- 同じような悩みを共有したい
- ボランティアや地域貢献をしたい
- 今後に備えて介護技術を学びたい



是非、介護教室に参加して  
悩みや不安を解消しましょう！



受講料無料  
先着30名



## 第1回

【日時】10月13日(火)  
14:00~16:00

【内容】介護不安を解消 疑似体験  
と実技、福祉用具の活用法

【講師】(株)ミタカ

## 第2回

【日時】10月20日(火)  
14:00~16:00

【内容】あなたにもできる救急時  
の対応  
(AEDの使用法含む)

【講師】日本赤十字社熊本県支部

## 第3回

【日時】10月27日(火)  
14:00~16:00

【内容】①「終活」とは？  
②栄養と健康づくり

【講師】①行政書士  
②社会福祉協議会  
管理栄養士

3講座受講頂いた方は、ぽっかぽかサポート「協会員」として登録・活動いただけます

※ぽっかぽかサポートとは、日常的な「ちょっとしたお困りごと」のお手伝いを通し地域の見守りや繋がりづくりを目的とした活動です。

お問合せ・お申込み：合志市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎242-7007



毎号、ほっとラインの内容にちなんだクイズを出題いたします。  
正解の方のうち1名の方に、図書カード1,000円分をプレゼントいたします。  
ぜひ奮ってご参加ください！

★今月のクイズ★ 表紙の中にマスクは○枚あるでしょう？

こたえ：○枚

【ヒント】色や形の違いを手がかりに、間違えないように数えてみましょう！

6月号のクイズの答えは  
「つなが〜る」  
でした！

表紙のストリングアートに引き寄せられました。素敵ですね。又、「つなが〜る」という趣味活動拠点があることも初めて知りました。不器用な私でもできるかな？  
(ペンネーム：コロコロ様)



応募方法

住所・氏名・電話番号・年齢・ペンネームをご記入ください。

※頂いたメッセージは「ほっとライン」や社協イベント等でご紹介させていただくことがあります。  
※個人情報は厳重に管理し、プレゼント発送のみに使用致します。※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

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 ※9月24日(木) 必着

メールでも  
応募できます！



社協への  
メッセージも  
頂けると  
嬉しいです！



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
- ヴィーブル生活支援相談センター ☎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