

合志市社協だより

ほっとライン

MY HOME KOSHI



脳ケアルーム

楽しく・みんなで・認知症予防

いま話題の
eスポーツも
プレイケア!

ゲームをして
笑顔になって♪脳を使って♪
認知症を予防する
これも**プレイケア**の一つです

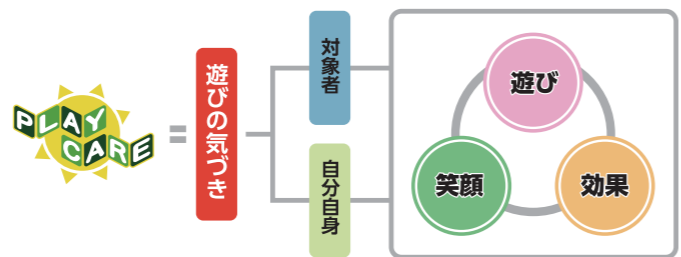


プレイケアの
魅力!

遊びが認知症予防になる!

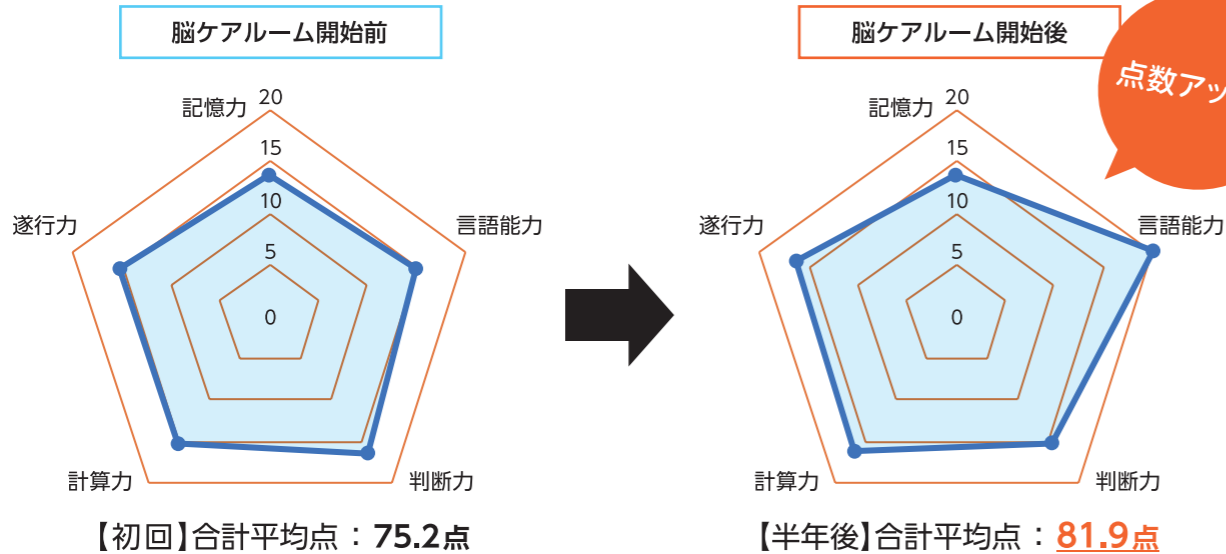
遊んで笑顔になることから
生まれる様々な効果、それ
らすべてを「プレイケア」と言います。

「プレイケア」については、ほっと
ライン2021年5月号でもご紹介
しています



メンバーのみなさんに認知症予防の効果が出ています!

〈効果一例〉メンバー平均年齢：76.6歳



★週1回参加し、人とコミュニケーションをとることで、特に言語能力が向上しています

使用テスト：認知症ねっと (<https://info.ninchisho.net/>) 認知機能チェック

次のページ：サポーターと参加者に直撃インタビュー♪



脳ケアルーム

楽しく・みんなで・認知症予防

『楽しみながら認知症予防』をテーマに昨年度から始まった「脳ケアルーム」。メンバー(参加者)とサポーター(ボランティア)が一緒になって活動する、合志市独自の取り組みです。週1回「プレイケア」の手法を活用した脳トレを続けることで、どのような効果があったのでしょうか。半年の成果を少し覗いてみましょう!

脳ケアルーム
とは?

「プレイケア」の手法を活用し、
楽しみながら認知症予防に
取り組む教室です。

誌上で体験!

脳ケアルームの一日

9:30 受付

体温測定や、体調確認を行い、参加費をいただきます。



自己紹介ゲーム・軽体操 10:00

サポーターと一緒に軽体操や自己紹介ゲームで交流を深めます。



10:20 プレイケアの時間

サポーターが中心となり、ゲームや会話、グループ活動などを行います。



体操 11:10

日本レクリエーション協会インストラクターによる、健康体操を行います。

※インストラクター不在の場合は社協職員による体操やYouTube動画をしながら一緒に体操することもあります。



市民の力で
健康づくり!

サポーターが支えています!

脳ケアルームのサポーターは地域のボランティアのみなさんです。現在28名の登録があり、交代で活動しています。毎回5~7名のサポーターがメンバーのみなさんと楽しみながら活動しています。



消毒や反省会など、メンバーのみなさんが安心して参加できるよう取り組んでいます。

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。[4/16~5/15受付分]

寄贈
上庄／坂本 富雄様

一般寄付

飯高山お地藏様守る会様
すずかけ台／NPO法人ぽっかぽかすずかけ様

寄贈

上生／小山 喜代子様(故夫 重俊様)

高木／奥田 武彦様(故叔母 荒木ミツ子様)

油古閑／後藤 博子様(故夫 重勝様)

上須屋／狩野 道子様(故子 彰子様)

中林／塚本 八重子様(故夫 定雄様)

上庄／野口 真樹様(故父 政夫様)

黒石団地／サックス 綾子様(故母 袁毛清香様)

本村／丸山 幸介様(故母 清香様)

東大池／坂本 一男様(故父 一様)

南陽／平崎 富士子様(故夫 義昭様)

黒松／濱崎 トヨ子様(故夫 重人様)

香典返し

※このほかに寄付(一般寄付)1件、寄贈3件ありました

社会保険労務士相談会

社会保険労務士相談会を開催します。

障害年金など各種年金について、疑問やお悩みを持つ方は、お気軽にお問合せください。

事前予約制



まずはご相談ください
お悩み解決の第一歩です

日時 令和4年 8月12日(金) 13:30~15:30
10月14日(金) 13:30~15:30
12月 9日(金) 13:30~15:30
令和5年 2月10日(金) 13:30~15:30

場所 合志市総合センターヴィーブル 相談室

内容 各種年金について など

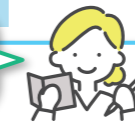
申込先 生活支援相談センター(ヴィーブル内)

☎248-1100

※事前予約制



脳ケアルームに参加していいところってなんですか?



Kさん (サポーター)

年長の方が自分たちに出来ないことを地域の中で支えてくださっていたのだということを知って、私も恩返しができたらとボランティアを始めました。メンバーの方にどうケアすればいいかなど、自分のために勉強になっています。



Hさん (メンバー)

楽しいから来ている感じがします。ゲームが好きで、話だけだと堅苦しい。帰るときはルンルンです(笑)。



Uさん (メンバー)

人との交流ですね。話を聞くのが好きで、人生の先輩にいろんなことを気さくに聞いたり、いろんなゲームが体験出来たりすることで、脳を活性化しているような気がします。



Sさん (サポーター)

普段できないゲームを楽しくみんなでワイワイやるのが一番いい。ふれあい出来る、しゃべるチャンスを与えてもらったというのが楽しかった。

参加者に聞いてみました!

「脳ケアルームって、どう?」



脳ケアルームに参加しようと思ったきっかけは?



Sさん (サポーター)

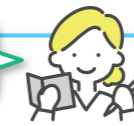
妻に誘われて(笑)自分自身もチャンスがあったら認知症を勉強したいなと思っていたので、サポーターになりました。



Uさん (メンバー)

コロナ禍で外出しない、人と会わない、お話ししない。そのときに社協の広報で「ゲームを使って楽しく認知症予防」という特集を見て、私にもってこいじゃないかなと思って参加しました。

みなさんの一番のお気に入りのゲームは?



Hさん:「モグラの穴」(4人で穴の空いた布を持ってボールを落とさないようにするオリジナルゲーム)ですね。動きが激しいですけど、とても楽しいです。

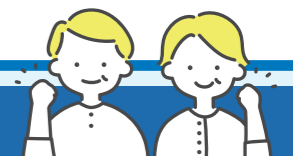


Kさん:「ワニに乗る?」(動物型の積み木を積み重ねるゲーム)が頭を使いましたね。既成品ではなく、自分たちで作るゲームもいいと思っています。与えられるばかりでなく、自分たちで組み立てていくと、サポーターもメンバーも一緒になって頭を使えるので。

これからもみんなで楽しく脳を使っていきましょう!

みんなで楽しもう!

メンバー・サポーター募集!!



社会福祉協議会では、認知症を予防したいメンバー(参加者)、そのお手伝いをしたいサポーター(ボランティア)を募集しています。みんなで楽しみながらトレーニングできる温かい雰囲気です。ぜひ一度覗いてみませんか?

メンバーになって
認知症予防したい方

日時●毎週火曜日10:00~11:30
場所●ふれあい館
参加費●100円(教材費として)

サポーターになって
お手伝いしたい方

日時●参加可能な火曜日9:30~12:00
(1ヶ月に1回程度)
場所●ふれあい館
参加費●無料

【お申込み・お問合せ】地域福祉課 ☎242-7007

み・み・よ・り・ひ・ろ・ば

※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。

最新情報は、
社協ホームページで
チェック



おやこ・こども

双子ちゃんのつどい にこにこツインズ

双子や多胎児を持つ親と子どもの集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。

- ① 7/11(月) 10:30~12:00
- ② 双子・多胎児を持つ親と子ども
- ③ ふれあい館
- ④ 無料
- ※ 妊娠中の方、保護者のみの参加可
- ⑤ こども支援センター ☎242-7008



親子で楽しむ おもちゃ図書館

発達に心配のある子どもさんやそのご家族のつどいの場です。アットホームな雰囲気の中で、音楽あそびや製作などをして楽しみましょう♪

- ① 7/23(土) 10:30~12:00
- ② 発達に心配のある子とその家族
- ③ ふれあい館
- ④ 無料
- ⑤ こども支援センター ☎242-7008



一般の方

7月は「七タカフェ」♪ 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、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♪

- ① 7/12(火) 14:00~15:30
- ② どなたでも
- ③ ふれあい館
- ④ 参加費100円(飲料・菓子代)
- ※ 要申込
- ⑤ 地域福祉課 ☎242-7007



話してスッキリしませんか？ 家族のつどい

認知症の人を介護しているご家族を対象に、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、気分を晴らしていただく場所です。お気軽にお問合せください!

- ① 7/21(木) 14:00~15:30
- ② 認知症の人を介護している方
- ③ ふれあい館
- ④ 無料
- ※ 要申込
- ⑤ 地域福祉課 ☎242-7007



地域活動 ちよつと拝見!!

なんと! 阿蘇でコーヒー豆が...!?

1年間オーナー契約したブレンド珈琲倶楽部の樹が、こんなに成長しました!

「ブレンド珈琲倶楽部」とは?

以前実施した珈琲講座受講生有志により結成。趣味から地域貢献活動と、様々なイベントで珈琲のおもてなしなどを行い活動中。福祉事業所との協働で、ブレンド珈琲豆(海外産豆)の販売も行っています。



この芽摘みで
美味しい珈琲が...

ふれあい館にて
好評発売中!



⑤ 地域福祉課 ☎242-7007

Facebookも覗いてみよう!

合志市社会福祉協議会のFacebookでは、社会福祉協議会やふれあい館の日々、地域で活動するボランティアのみなさんの様子をご紹介します。ぜひ「いいね!」してくださいね。



「社協相談カレンダー」切り取ってご利用ください

困ったときのために 冷蔵庫に貼っておこう!

社協相談カレンダー



※新型コロナウイルス感染症の影響により、開催について変更及び中止する場合がございます。事前にご確認ください。

7月 2022年(令和4年)

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1 法 弁・民 ふれあい	2
3	4 育 南ヶ丘	5	6 ふ 行・ぼ 南ヶ丘	7	8	9
10	11 育 南ヶ丘	12 認 認/ふれあい 法 弁・行相・民 栄	13 ふ ぼ 南ヶ丘	14	15	16
17	18	19	20 ふ ぼ/南ヶ丘 法 弁・行相・民 御代志	21 専 行 野々島	22	23
24	25 育 ふれあい	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

法律行政心配ごと相談所

法 市民のみなさんの悩みや心配ごとに、専門の相談員が対応します。
10:00~12:00/13:00~15:00
当日受付 ☎242-7007
(受付時間9:30~11:30/13:00~14:30)

ふら〜っとホーム太陽

ふ 日常生活のお困りごとに、ぽっかぽかサポーター・行政書士が対応します。10:00~12:00
行政書士相談日のみ予約制 ☎242-7007

健康育児相談

育 健康や育児に関するご心配、病児保育室の看護師が対応します。
10:00~11:20(1組20分) 予約制 ☎242-7008

専門相談事業(7月は「相続」のこと)

専 地域の身近な相談窓口として専門相談を開設しています。10:00~12:00(1組30分)
予約制 ☎242-7007

認知症に関する相談会

認 認知症に関する、本人や家族の悩みや心配事、対応などの相談に専門職が応じます。14:00~15:30 予約制 ☎242-7007

凡例

- 対応専門家 弁=弁護士 司=司法書士 行=行政書士 行相=行政相談委員 民=民生児童委員 ぼ=ぽっかぽかサポーター 社=社協職員 認=認知症地域支援推進員
- 会場 御代志=御代志市民センター 泉ヶ丘=泉ヶ丘市民センター 南ヶ丘=南ヶ丘福祉センター 輝き館ひかり栄=栄市民センター みどり館 ふれあい=合志市保健福祉センター ふれあい館 須屋=須屋市民センター 人権=人権ふれあいセンター 野々島=野々島市民センター

社協の相談窓口【開設時間】平日8:30~17:30

相談内容	相談拠点	電話番号	所在地
福祉全般・ボランティアのこと	ふれあい館	242-7000	合志市須屋2251-1「ふれあい館」
高齢者・認知症のこと	合志市地域包括支援センターサブセンターふれあい館		
子ども・子育てのこと	こども支援センター	242-7008	
障がいのこと	障がい者支援センター	242-2271	合志市須屋2540「れんがの家」
くらしのこと	生活支援相談センター	248-1100	合志市福原2922「ヴィーブル」

- 対象 親子 高齢者 一般の方 障がい者 子ども どなたでも
- 内容 相談 お知らせ イベント 募集 ボランティア

「こうしぼちぼち元気ポイント」表彰式 を行いました!

「こうしぼちぼち元気ポイント」は、おおむね65歳以上の方が週1回以上活動している団体を、こうしぼちぼち元気スポットとして登録(無料)し、元気づくりのための活動をすることで1日1ポイントを上限にポイントを貯めることができる制度です。ポイント上位の個人・団体には、活動に参加して元気になった証しとして表彰状の授与が行われます。このたび令和3年度分の表彰式が各地で行われ、市企画課より受賞者へコミュニティバスの回数券が配布されました。



泉ヶ丘ラジオ体操元気会



「こうしぼちぼち元気ポイント」を
もっと知りたい方はこちら!



合志市では、現在10団体が登録されています

登録団体(登録順)

- 黒石原健康体操愛好会
- クラブみよし(グラウンドゴルフ)
- 杉並台老人クラブ若草会グラウンドゴルフクラブ部
- NPO法人ほっかぼかすずかけ
- 男の井戸端サロン
- 泉ヶ丘グラウンドゴルフ愛好会
- 泉ヶ丘ラジオ体操元気会
- 南陽グラウンドゴルフ愛好会
- 妙泉寺公園ラジオ体操の会
- 筋力トレーニング教室

発行/社会福祉法人 合志市社会福祉協議会 発行日/令和4年6月23日
熊本県合志市須屋2251-1(市保健福祉センター「ふれあい館」内)
TEL 096-242-7000(代) FAX 096-242-6635
https://koshi-shakyo.or.jp/ E-mail:info@koshi-shakyo.or.jp



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

社協で毎週火曜日に行われている「脳ケアルーム」では、活動をお手伝いしていただくボランティアのことをなんと呼んでいるでしょうか?

- ① サポーター ② 先生 ③ 大臣

【ヒント】2-4面の特集を読んでみよう!

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 **※7月28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!



6月号のクイズの答えは、「**②うめぼし**」でした!

お問合せ **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

