

うと福祉だより

○6月, 9月, 12月, 3月発行
○この広報誌にかかる費用の一部は赤い羽根共同募金の配分金が使われています。

ふれあいネットワーク

編集・発行
熊本県宇土市浦田町44番地
宇土市福祉センター内
社会福祉法人 **宇土市社会福祉協議会**
☎0964-23-3756
E-mail/utoshakyou@kumamoto.email.ne.jp
URL/http://www.utoshakyou.jp/
印刷 社会福祉法人 熊本県コロニー協会
コロニー印刷

☆ふれあいクラブ☆ 開催しています!!

ふれあいクラブ恵里は、恵里地区学習センター(緑川)で毎週水曜日13時から、百歳体操や茶話会を行っています。毎週集まるのが楽しみとなっております、会話が途切れることがあります。皆様のご参加をお待ちしています。



ふれあいクラブ恵里



SSクラブ

SSクラブは、毎週水曜日13時半から、本町通りにある、ケアコートウと本町地域交流室で開催しています。SSクラブの由来は、スマイル・ソフトリです。参加者全員、笑顔でほがらかに楽しんでいきます。百歳体操の「やるばい！」の一声は気分十分。元気になりたい方、一度見学にいらしてください。



花はなクラブ

花はなクラブは、境目第2みんなの家で毎週水曜日11時から、体操と食事会を行っています。春になると、周囲は桜の花が満開になります。応急仮設住宅や境目団地の方に限らず、地域の方どなたでも参加できます。皆様いつでもお立ち寄りください。

宇土市 地域支え合い センター

地域支え合いセンターでは、熊本地震によって仮設住宅等に入居された方々が安心して生活を送れるよう支援を行っています。

活動内容

総合相談

健康面、経済面の悩みなど総合的に相談を受け付けます。

例えば：

震災後、心身の調子が優れない住まい再建がうまく進まない等

見守り・安全確認

相談員が仮設住宅等を巡回し、安心して生活が送れるよう支援します。

例えば：

独居高齢者や高齢者のみ世帯自宅に閉じこもりがちの方等

健康づくり支援・いきいきサロン

サロンや健康体操等を通して、心身の健康維持を支援します。

例えば：

茶話会の開催
お元氣クラブとの連携等

コミュニティづくりのコーディネート

近隣の方との交流等、地域住民同士で見守りができるような関係づくりを行います。

例えば：

近隣の方と交流を持ちたい地域の行事に参加したい等

相談内容に応じて、行政や専門機関と連携し、解決策を検討してまいります。

相談・お問合せ先

宇土市地域支え合いセンター
(宇土市社会福祉協議会内)
宇土市浦田町44番地
☎23・3756
070・4713・3257



茶話会の様子



介護予防体操の様子

秋のお楽しみ会が開催されました

10月21日(日)市役所別館で、「くまカフェ秋のお楽しみ会」がくまもと健康支援研究所主催、宇土市・食生活改善推進員・地域支え合いセンター共催で開催され28名の参加がありました。

このイベントは、各仮設団地で開いている茶話会・くまカフェに参加されている方を対象に開催され、輪投げ大会や食生活改善推進員によるパククッキング、三線演奏(宇土市へ派遣の沖縄県南城市職員 眞志喜さん)など、盛りだくさんの内容でした。

参加された方からは、既に仮設を退去された方との再会や、他の仮設の方と交流ができて楽しかった等の声が聞かれました。



災害ボランティアセンター 設置訓練を行いました

10月28日(日)、網津地区市民グラウンドで開催された市総合防災訓練に合わせ、災害ボランティアセンター設置訓練を行いました。この訓練は、災害ボランティアの養成や受入スタッフの研修、災害に対する意識向上を目的として実施したものです。

訓練では、参加者及びスタッフで災害時のボランティア受付から活動終了までの流れを確認し、土のう詰め体験を行いました。また設置訓練後は、市総合防災訓練にも参加し、水消火器による消火訓練や要支援者搬送訓練を体験しました。

今回の訓練が、今後また起きるかもしれない災害への備えや、他の被災地でボランティア活動を行う際の参考になれば幸いです。



当日は、35名が参加し、1時間程度、宇土市街の歩道に捨てられたタバコの吸い殻や紙くず、空き缶などを拾いました。今後も宇土市、宇城市、美里町で実施場所を移しながら、活動を継続していきます。

また、同日は、認知症への理解を広げることを目的とした「RUN伴2018」が開催され、活動終了後に沿道でランナーを応援しました。



宇城市町社協連絡協議会で 「社会貢献活動」を実施

11月10日(土)宇土市、宇城市、美里町の社会福祉協議会が構成する宇城市町社協連絡協議会で、社会貢献を目的に清掃作業(ごみ拾い)を行いました。

当日は、35名が参加し、1時間程度、宇土市街の歩道に捨てられたタバコの吸い殻や紙くず、空き缶などを拾いました。今後も宇土市、宇城市、美里町で実施場所を移しながら、活動を継続していきます。

また、同日は、認知症への理解を広げることを目的とした「RUN伴2018」が開催され、活動終了後に沿道でランナーを応援しました。

ボランティア活動紹介

友愛訪問を実施しています。

宇土市社会福祉協議会では、宇土市内にお住まいの一人暮らしの高齢者に対して、会話、見守り活動を実施しています。ボランティアが自宅を訪問し、声かけを行って安否を確認しています。



対象者

65歳以上の一人暮らしの高齢者で、自宅に引きこもりがちであり、外出や家族等の訪問の機会が週1回程度の方。



友愛訪問ボランティアを募集しています。

友愛訪問を行っていただけるボランティアさんを募集しています。無理のない範囲で活動を始めてみませんか？まずはお気軽にご相談ください。

宇土市社会福祉協議会 ☎ 23-3756

事業所介護予防サポーター活動を応援しています!!

宇土市では、介護予防に取り組んでいる事業所が14ヶ所あり、ボランティアさんが体操や見守りなどに活躍されています。週1回程度2～4時間で活動できるボランティア活動です。ご興味がある方は、宇土市社会福祉協議会までお問い合わせください。

☎ 23-3756



体操ボランティア

	活動内容	活動の目安	活動場所	活動要件
いきいき 体操ボランティア	ビデオを見ながら体操を行い、参加者に声掛けを行います。	週1回 30分	あじさいの湯 (木曜日11時～)	特になし。 身体を動かすことが好きな方。
百歳体操 ボランティア	ビデオを見ながら百歳体操を行い、参加者に声掛けを行います。	週1回 40分	②老人福祉センター (火曜日11時～) (金曜日13時～) ③西部老人福祉センター (水曜日11時～)	身体を動かすことが好きな方 (25回参加された方には、百歳体操サポーター認定証を交付することができます。)

秘密厳守

相談無料

宇土ふれあい福祉相談所

宇土市福祉センターでは、市民の方々のいろんな相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。

※なお、相談に関係する書類をご持参ください。一部宇土市福祉センター以外の会場での相談もありますので、下記をご確認ください。

○専門相談(祝日の場合は休み)

- 家庭相談** (月・火・木曜日の8:30~17:00)
那須 大和
- 婦人相談** (月・水・金曜日の8:30~17:00)
黒田須美子
- 法律相談** (第3金曜日の13:00~16:00)
※ただし、12月は14日
荻迫 光洋弁護士
(受付時間は12:30~15:30まで)
受付順8名まで
- 成年後見相談** (第1金曜日の13:00~16:00)
熊本県司法書士会
- 不動産相談** (予約制)
熊本県宅地建物取引業協会宇城支部
- 年金相談** (予約制)(第1・第3木曜日の10:00~15:00)
熊本東年金事務所(予約先:096-367-2503)
会場:宇土市福祉センター2階会議室
- 行政相談** (第2・第4水曜日 10:00~15:00)
行政相談員
会場:市役所防災棟会議室
- 介護相談** (予約制)介護福祉士・介護支援専門員
- 権利擁護事業相談** (毎週火曜日 10:00~15:00)
井上 秋利
- 生活困窮者総合相談** (月~金曜日の8:30~17:00)
相談支援員

ふれあい福祉相談

月曜から金曜(10:00~15:00)(祝日の場合は休み)
※日常生活の中の困りごと、悩みごとについて助言や援助を行います。

ふれあい福祉相談員

- 月曜 前川美智子
- 火曜 西村 敬司
- 水曜 西村 純子
- 木曜 栗原 律子
- 金曜 宮迫 亮平

※家庭相談、婦人相談、ふれあい福祉相談については下記電話及びFaxでも相談できます。

☎ 23-3757(代)
FAX 22-4971

※その他の相談は原則会場までお越しください。



宇土市社協 フェイスブック



宇土市社協の活動状況やイベントなどの情報を発信しています。

Facebook(フェイスブック)アプリまたは社協ホームページでご確認いただけます。



お気軽にご利用ください

さまざまな相談窓口

宇土市消費生活センター(無料)

悪質な訪問販売、架空請求や多重債務に関する悩み等、お気軽にご相談ください。消費生活相談員が無料で相談に応じます。

こちらの相談窓口で対応できない相談は、より専門的な相談機関を紹介します。

日時 月曜日から金曜日
(木、祝日を除く)

場所 市役所別館一階

相談方法 面談・電話による相談

談

※個人情報保護は厳守します。

お問い合わせ先

市消費生活センター

☎ 23 3251

消費生活相談員の派遣

内容 老人会、町内会、婦人会等の会合に出向き、消費者トラブルの事例、解決の方法、契約の基礎について講演します。

講師 消費生活相談員

講師料は無料です。

お問い合わせ先

市商工観光課

☎ 22 1111 (内線613)

司法書士無料相談

日時 第4木曜日 午後1時~4時(電話相談はできません)

※要電話予約

場所 市消費生活センター

※市役所別館一階

相談方法 来所(1人30分以内)

受付順6名まで

お問い合わせ先

市商工観光課

☎ 22 1111 (内線613)

ふくしがわかるクイズ

パート103

次の2つの問題の中から正解と思われるものをそれぞれ1つ選んで回答を官製ハガキに記入のうえ、ご応募ください。

①11月10日(土)、宇土市、宇城市、美里町の社会福祉協議会で構成する宇城市町社協連絡協議会で、社会貢献を目的に清掃作業(ごみ拾い)を行いました。
当日は、35名が参加し、1時間程度、宇土市街の歩道に捨てられたタバコの吸い殻や

紙くず、空き缶などを拾いました。今後も宇土市、宇城市、美里町で実施場所を移しながら、活動を継続していきます。

また、同日は、認知症の理解を広げることを目的とした、あるイベントが開催され、活動終了後に沿道でランナーを応援しました。
さて、当日行われたイベントの名称で正しいのは次のどれでしょうか。

- A RUN友2018
- B RUN伴2018
- C RUN共2018

②10月28日(日)、網津地区市民グラウンドで開催された宇土市総合防災訓練に合わせ、ある訓練を行いました。
この訓練は、災害ボランティアの養成や受け入れスタッフの研修、災害に対する意識向上を目的として実施したものです。訓練では、参加者及びスタッフで災害時のボランティア受付から活動終了までの流れを確認し、土のう詰め体験を行いました。

また、訓練後は、宇土市総

合防災訓練にも参加し、水消火器による消火訓練や要支援者搬送訓練を体験しました。今回の訓練が、今後また起きるかもしれない災害への備えや、他の被災地でボランティア活動を行う際の参考になれば幸いです。
さて、ある訓練の名称で正しいのは次のどれでしょうか。

- A 災害ボランティアセンター設置訓練
- B 災害ボランティアセンター設置準備
- C 災害ボランティアセンター設置用意

〔応募方法〕
官製ハガキに問題の答え、住所(宇土市以外は不可)、氏名、年齢、ご意見・ご要望を記入のうえ、〒869-0492宇土市浦田町44市社協「ふくしがわかるクイズ」係までお寄せください。
全問正解者の中から抽選で10名の方に千円相当の図書カードをプレゼントします。

×切は1月4日(当日消印有効)。なお、当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。
(前回の正解は①A、②Cでした。)

みんないいひと みんないいこと
提供 相模原市社協



車椅子生活

