

# うと福祉だより

○6月, 9月, 12月, 3月発行  
○この広報紙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 敷島印刷株式会社  
この冊子は環境保護印刷の  
水なし印刷で印刷しています。

## 新しくできました!

### 宇土市

# 生活支援 お宝ブック



詳しくは、5ページをご覧ください。

### 主な内容

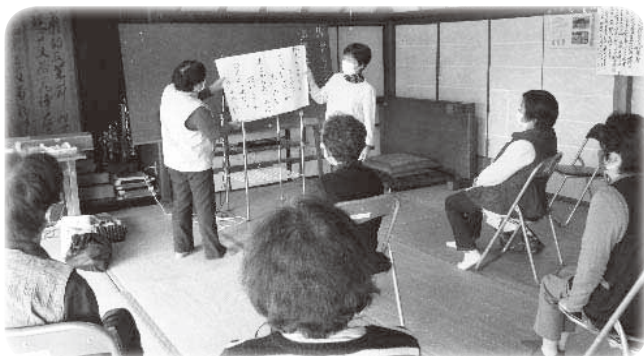
- |                         |                      |
|-------------------------|----------------------|
| ふれあいクラブに参加してみませんか・・・2   | 生活支援お宝ブックを作成しました・・・5 |
| 成年後見支援センターを開設しました・・・3   | 冬を健康に乗り切るためのポイント・・・5 |
| お気軽にご相談ください自立相談センター・・・4 | ふくしがわかるクイズ・・・6       |
| ふれあい福祉相談所等相談窓口・・・5      | 赤い羽根共同募金運動実施中・・・6    |

# 「ふれあいクラブ」でこころもからだも地域も元気に!

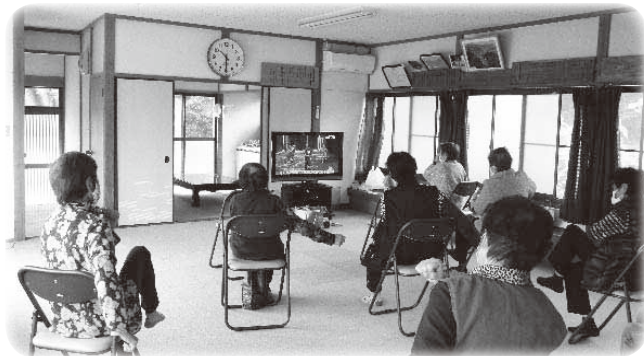
コロナ禍になり、「からだを動かさなくなった。」「友人と会う機会が減った…」と感じていると、軽いうつ状態になったり、筋力低下が起こってきます。

宇土市では現在、37カ所の「ふれあいクラブ」があります。コロナの影響で休止している団体も多いのですが、感染対策に気を付けながら活動を再開している団体があります。「ふれあいクラブ」では、ビデオ体操やサポーターさんによるレクリエーション、趣味活動など様々な活動を行っています。ご自身の健康のためにも参加してみませんか?

また、自分たちの地域でも始めたい!という方は、お気軽にご相談ください。



上古閑レインボー会

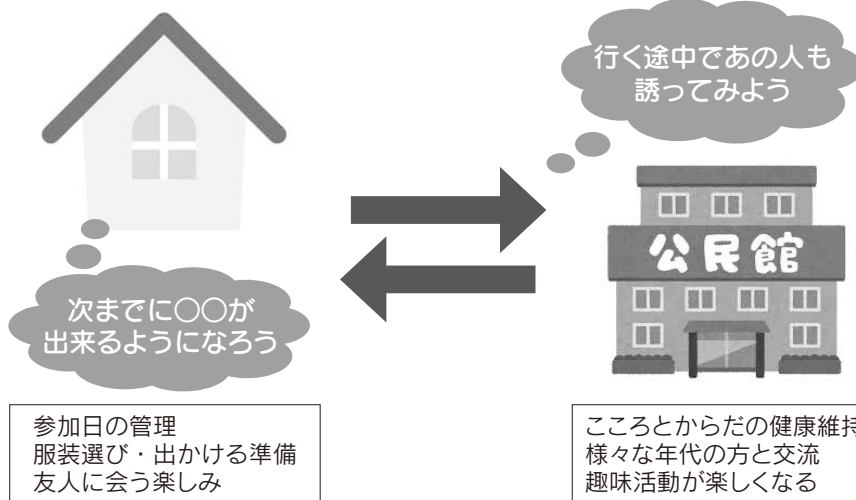


かさい輪クラブ



あじさいクラブ

## 【ふれあいクラブに参加するメリット】



**ご自身が元気になるだけでなく、地域の方々との交流・見守りに繋がります!!**

**問合せ先** .....  
宇土市社会福祉協議会 ☎0964-23-3756

# 成年後見支援センターを開設しました

成年後見支援センターは、「権利擁護の地域連携ネットワーク」の中核機関として関係機関と連携し、成年後見制度の広報啓発などを行いながら、制度の利用促進を図っていく機関です。宇土市からの委託を受け、10月より「宇土市成年後見支援センター」を開設しています。

このようなことでお困りのときは、センターにご相談ください。

## 制度の利用に関すること

- ・成年後見制度について知りたい。
- ・利用するにはどうすればいいの？

## 契約に関すること

- ・施設入所や福祉サービスを利用したいが、手続きがむずかしい。
- ・離れて暮らす親が訪問販売や悪徳商法の被害にあわないか心配。

## 財産に関すること

- ・自分でお金を管理することがむずかしい。
- ・通帳をよくなくしてしまう。

## 将来に関すること

- ・物忘れが多くなって、将来が心配。
- ・頼れる親族がいなくて障がいのある子どもの生活が心配。

## ●成年後見制度とは

認知症、知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が十分でない人が不利益を被らないように、本人の権利や財産を守るための制度です。

成年後見人等が、本人の意思を尊重し、その人にふさわしい生活が送れるようお手伝いします。成年後見制度には「法定後見制度」と「任意後見制度」の2つの制度があります。

### 1. 法定後見制度

ご本人の判断能力が不十分になった後、家庭裁判所によって、成年後見人等が選ばれる制度です。ご本人の判断能力に応じて、「補助」「保佐」「後見」の3つの種類(類型)が用意されています。

### 2. 任意後見制度

ご本人に十分な判断能力があるうちに、判断能力が低下した場合に備えて、あらかじめご本人自らが選んだ人(任意後見人)に、代わりにしてもらいたいことを契約(任意後見契約)で決めておく制度です。

## センター業務内容

### ●相談(無料)

- ・電話や窓口、ご自宅などに訪問し相談をお受けします。
- ・判断能力に不安のある人の生活や、財産管理に関する困りごとについて相談に応じます。
- ・成年後見制度の利用が必要であるかを検討し、今後の方向性について一緒に考えていきます。
- ・相談内容によって必要な関係機関と連携し、安心して生活できるように支援します。

### ●手続き支援

- ・家庭裁判所に申立をする際に必要な書類の説明や、申立書の書き方、内容確認等の支援を行います。

### ●後見人支援

- ・成年後見人等からの相談をお受けします。
- ・関係機関や専門職を集めてケース検討を行うなど、包括的に成年後見人等を支援します。

### ●普及・啓発

- ・市民のみなさんや、福祉サービスの関係者に対し、成年後見支援センターの役割や成年後見制度を広く周知します。

## 相談・問合せ先

宇土市成年後見支援センター 電話：☎0964-23-3756

受付：月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時15分

## お気軽にご相談ください

# 生活困窮者自立相談支援事業 うと自立相談センター

経済的な問題やお仕事のこと、生活上のお困りごとなどについて相談をお受けし、地域で安心して生活が送れるよう、必要な支援を行います。

### 対象になる方とその支援のかたち

宇土市在住で、いろいろな事情から経済的に困窮している方を対象に、今の困窮状態から早期に抜け出せるよう、包括的で継続的な相談支援を行います。

### 自立相談支援の流れ

#### ① 一人で悩まずに困っていることを何でも話してください。

窓口または電話でご相談ください。窓口に来られない場合は、相談支援員が訪問することもできます。相談は無料です。相談の内容によっては、他の専門機関による支援につながることがあります。



#### ② 必要な支援が計画的に提供できるように課題を整理します。

相談者本人だけでなく家族やそれぞれを取り巻く状況、問題の背景などを整理し、解決のための支援を探ります。



#### ③ 相談者と一緒に自立への計画を立てます。

相談者の意思を尊重しながら、必要な支援が計画的に行われるように、自立に向けたプラン案を相談者本人と一緒に作成します。作成したプラン案が適切かどうか関係機関で協議し、最終的な支援方針を決定します（支援調整会議）。



#### ④ 自立に向けて一緒に取り組みます。

決定したプランに基づいて、関係機関と連携して支援を行います。また、自立に向けて、適切な支援が行われているかを定期的に確認し、必要に応じて調整を行います。

### 相談・問合せ先

#### うと自立相談センター

電話：☎0964-23-3756

受付：月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く）

午前9時～午後4時



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。

※相談の際には、関係する書類をご持参ください。

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、相談が中止になったり、延期になったりする場合があります。

## ○専門相談(祝日の場合は休み)

**法律相談** (第3金曜日の13:00~16:00) 荻迫 光洋弁護士

受付方法: 当月1日の8:30から予約受付開始(※1日が土曜・日曜・祝日の場合は翌営業日から。初回の方優先)8名まで、1名20分程度

**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)(予約先: 23-3757) 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)

**介護相談** (予約制)(予約先: 23-3757) 介護支援専門員

**生活困窮者総合相談** (月~金曜日の9:00~16:00) 相談支援員

○ふれあい福祉相談(民生委員相談) 毎週水曜日(13:00~16:00)(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**

## 宇土市生活支援お宝ブックを作成しました

宇土市と宇土市社会福祉協議会では、この度、市民の皆様の在宅生活を支えてくれる、地域の便利なお店などを集めたガイドブックを作成しました。

「ちょっと困った」を「ちょっと便利」に変えてくれる地域のお宝です。

市高齢者支援課窓口、宇土市社会福祉協議会窓口にて無料で配付しております。

また、宇土市社会福祉協議会ホームページからダウンロードして印刷できますのでご利用ください。



冬を健康に乗り切る  
ためのポイント



朝夕の冷え込みが厳しくなり、空気が一段と乾燥してきました。夏は暑さで汗をかき水分補給に気を使いますが、冬場は水分をあまり取らない人が多いのではないのでしょうか。

水分不足が続くとウイルス性感染症のリスクが高まると共に、食欲不振、脚のつり、脱力、脳梗塞や心筋梗塞のリスクも高まります。「かくれ脱水」の予防に努めていきましょう。

### 「かくれ脱水」を予防するために

○喉が渇いていなくても水分補給をしましょう。

(水分制限がない人は、1日1.5リットルの水分摂取が理想です。)

○湿度が低い日は、加湿器を利用しましょう。

○エアコンの風量を弱くし、電気カーペットや他の暖房器具を併用しましょう。

○コタツで眠らないようにしましょう。

Part 115

## ふくしがわかるクイズ

## 第1問

宇土市社会福祉協議会は、10月から「権利擁護の地域連携ネットワーク」の中核機関として関係機関と連携し、成年後見制度の広報啓発などを行いながら制度の利用促進を図っていく機関を開設しました。

さて、この機関の名称として正しいものは、次のうちどれでしょう？

- A 宇土市成年後見支援センター
- B 宇土市権利擁護センター
- C 宇土市法定後見支援センター

## 第2問

10月1日から、赤い羽根共同募金運動が全国一斉に始まりました。赤い羽根共同募金は、『共助の精神』を基本に募金運動を展開しています。

さて、この募金の使途として適切でないものは、次のうちどれでしょう？

- A 災害ボランティアセンターの運営費
- B ボランティア活動、子どもや高齢者、障がいのある方などへの支援費
- C 地区の清掃作業等に対する謝礼費

次の2つの問題について、3つの中から正解と思われるものをそれぞれ1つ選んで、下記の要領でご応募ください。

## 〔応募方法〕

官製ハガキにクイズの答え、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。

〆切は1月4日(当日消印有効)。なお、当選者の発表は賞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①-A、②-Cでした。)



## じぶんの町を良くするしくみ 赤い羽根共同募金運動

10月1日から、赤い羽根共同募金運動が全国一斉に始まりました。赤い羽根共同募金は、『共助の精神』を基本に募金運動を展開しています。皆様のご協力をお願いします。

### 令和3年度目標額 6,572,000円

(宇土市共同募金委員会分)

窓口  
限定

### 赤い羽根共同募金記念品進呈中!

500円以上(図書カードは1,000円以上)の募金をされた方に、記念品をプレゼントします。

ピンバッジ▶  
(各種)



▲マグネット  
(2個入り)



▲ふせんセット

スティックのり▶



エコバック▶  
(縦横 350mm マチ 100mm)



◀呪術廻戦  
クリアファイル  
(A4サイズ PP袋封入)



図書カード▶  
(500円分)

○集められた募金は、宇土市のボランティア活動、子どもや高齢者、障がいのある方などへの支援に使われます。

○自然災害に対する取り組みとして、災害ボランティアセンターの運営などにも使われます。

©2021「劇場版 呪術廻戦 0」製作委員会  
©芥見下々/集英社

令和3年度の歳末助けあい市民のつどいは中止します。