

うさ福祉フェスタ

USA Fukushi Festa

みんなで広げよう 福祉の輪



高齢者ふれあいサロン

サロン

地域において、生きがいを持って元気に過ごしていくために「楽しく」「気軽に」「無理なく」集まれる場所。それが「高齢者ふれあいサロン」です!

地域の公民館等を利用して活動を行うことで、仲間づくりと地域の居場所づくりに繋げることを目的としています!



活動の様子



月の瀬いきいきサロン



下市サロン

シャクナゲ会



尾立サロン



間GOGOクラブ



新貝ふれあいサロン



レクリエーション用品、体操、講話など、、、いろいろな活動を通して楽しく過ごしています!!
自治区に一カ所開催場所があるので誰でも参加しやすくなっています。
みなさんと楽しい時間を過ごしてみませんか?



お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725 担当: 湊

地域に根ざした介護予防教室

いつまでも元気な身体を目指して

「運動を習慣化」していきこう

- 最近よく転ぶようになった ●一人だと中々運動できない…
- 最後まで自分の足で生活を送りたい！

そんな時は地域の体操教室に参加してみませんか？！

地域に根ざした介護予防教室(体操教室)は、地域の公民館に集まり、定期的に体操等を行うことで、仲間と共に健康づくりを行う活動です。
 ストレッチやゴムチューブ・ボール等を使った筋カトレーニングで体カづくりに取り組んでいます。
 また年に1度、自分自身の体力を知る目的で体力測定を実施しています。

活動の様子

ボール体操



上の原あじさいの会

ラジオ体操



住江老人健康クラブ



新原健康クラブ

粟島ふれあい
介護予防教室



新聞紙を
使って体操



富山健康会



大佛体操サロン会

チューブ体操



柳ヶ浦3区
自治区子安会



折敷田
シニアフレンド



下町グループ

「近所に教室があるか知りたい!」
 「行きたいけど誰に声を掛けたらいいかわからない」など
 気になることがある時は、お気軽にご相談ください



お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725 担当:佐々木

認知症予防教室！！

認知症予防

「認知症予防教室」は小学校区の公民館を利用し、少人数のグループで**認知症予防(作業療法・運動療法)**に取り組む活動です！



作業療法

計画力、エピソード記憶、注意分割力などを活動に取り入れながらおこなっています。

例：●料理プログラム●言葉探し●言葉パズル 等

運動療法

健康運動指導士が作成した運動プログラムをもとに筋力の維持や転倒予防を図る体操に取り組んでいます。



頭と心と体を 元気にする 教室です！



活動の様子

柳ヶ浦オレンジ会



常徳認知症予防教室



江島認知症予防教室



新吉松認知症予防教室



八幡認知症予防教室



安心院けんこうクラブ火曜日

元気なうちから「自主的に取り組む」「継続的に行う」「参加者自身が考え運営する」ことが認知症予防に効果的です！



小木戸



金田

お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725 担当:小木戸・金田

いつまでも住み慣れた地域で暮らしたい



そんな思いを実現するために、これからの地域についてみなさんで考えてみませんか!

大切にしたいのは今までのつながりを途切れさせないようにしていくこと、そして新たなつながりを育てていくこと。いろんなつながりのカタチを見つけよう! みんなでつながろう! まずはご自身ができることやってみたいこと興味があることなどを話してみませんか。

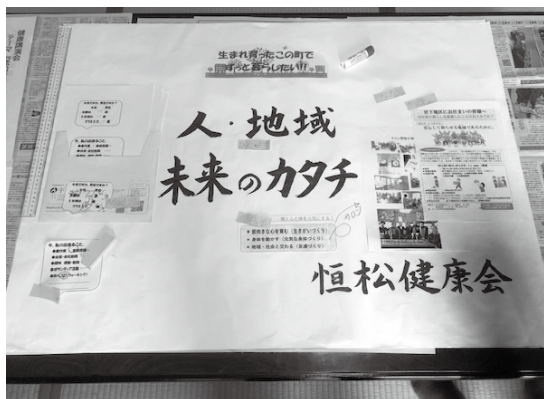
これからの地域は? みんなの思いを教えてください!



こんなことやれたらいいな。そんな話をみんなと一緒にしたい!

恒松健康会の座談会に参加しました

5年後の恒松地区を考えよう! 「人・地域・未来のカタチ」今はできるけど…。5年後の自分に必要なもの…参加者それぞれが、いつまでも住み慣れた地域で暮らしていくために、未来のカタチがどうあってほしいのか。そのために何が必要なのかを話し合いました。今後も座談会を通して、みなさんと一緒に住みよい地域のカタチを考えていければと思います。



お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725 担当:大久保・兎洞



認知症カフェ ぽっかぽか

認知症カフェとは…

認知症のご本人やご家族、地域のみなさん、専門職のみなさん誰もが気軽に集い、楽しく過ごしながら仲間づくり(出会い)や情報交換をおこなえる場です。毎月1回 安心院・院内で開催しています。



お茶を飲みながらゆっくりお話しませんか?

安心院

安心院総合保健福祉センター デイルーム

毎月**第2**水曜13時30分～15時



院内

社会福祉協議会 院内支所

毎月**第3**水曜13時30分～15時



予約不要 **参加費 100円**

お気軽にご参加ください



お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725 担当:濱野・中西・大久保

濱野

中西

大久保

住み慣れた 地域での暮らしが 続けられるように…!!



最近、こんな心配はありませんか？

日付・時間が
わからない

探し物が
多くなった

料理・運転・計算
などにミスが増えた

服装や身なりに
かまわなくなった

認知症は

早めの気づき・早めの相談（受診）・周りのサポートが大切です
早期に対応することで進行を遅らせる場合があります

認知症初期集中支援チーム にご相談ください

(相談無料・秘密厳守)

私たちと一緒に考えましょう!!



濱野



中西

お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725 担当: 濱野・中西

宇佐市障がい者移動支援事業「かけはし号」

「かけはし号」

に乗って
お出かけ
しませんか？

「かけはし号」は障がい者・児に対し地域住民によるボランティアが外出の支援を行い、仲間と一緒に余暇をいきいきと楽しむ事を目的とし運行しています！
利用の際は障がい者手帳が必要となります！



かけはし号 秋のツアー

- 10月8日(日) 大分市美術館とAMU買い物ツアー
- 10月9日(月・祝) 城島高原でおもいっきり遊ぼう！
- 10月22日(日) ハーモニーランドでハロウィンを楽しもう！

- 参加対象：障がい者手帳をお持ちの方とそのご家族
- 参加人数：各ツアー 10名程度
- 参加料金：ツアーにより異なりますのでお問い合わせください

3つのツアーを開催します！
ご興味のある方は宇佐市社会福祉協議会までお問い合わせください

お申込み・お問い合わせ

宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725 担当：中野

エコキャップ運動

ご協力ありがとうございます!!
(R5.6.1 ~ R5.8.31)



- | | | | |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ 猿渡自治区 ■ 駅館ジュニア ■ サロンひまわり ■ 四日市上町自治会 ■ 松本 健太 ■ 輪 ■ 高並シャクナゲ会 ■ 佐藤第一病院 ■ ダスキン宇佐 ■ 都留 信一 ■ 金屋こども園 ■ 岩保いきいきふれあいサロン ■ 松本 美和子 ■ 双葉産業(株) ■ 深見地区まちづくり協議会 ■ 第一生命宇佐営業オフィス ■ 金丸わかば会 ■ 富山いきいき会 ■ 岩尾 芳子 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 安心院小学校 ■ 院内北部小学校 ■ けいあい保育園 ■ 榎 英行 ■ 三浦 富子 ■ 橋津お元気クラブ ■ 九州電力送配電(株)
中津配電事業所 ■ 豊川小学校 ■ 岩保老人クラブ ■ なないろくれよん ■ トクソー技研 ■ 植木 スミエ ■ (公社)宇佐高田法人会 ■ 長洲民児協 ■ 駅川女性の集い ■ 恵良 豊美 ■ 妻垣荘 ■ 下城井よろ一会 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 宇佐こども園 ■ コープおおいたチャレンジ四日市 ■ 高森ヘルス会 ■ 自立支援センターおおいた
宇佐支部 ■ 瀧上 盛樹 ■ 岩保いきいきストレッチ ■ まほろば菟狭思郷苑 ■ 上乙女八日会 ■ 慈光保育園 ■ カトリック教会 ■ 下麻生自治区 ■ 四恩こども園 ■ 佐藤建設工業(株) ■ 中原 洋二 ■ 高家小学校 ■ やまぶきの里 ■ 天理教宇佐大教会 ■ 普照こども園 | <ul style="list-style-type: none"> ■ ほろんの郷四日市 ■ 東上田の方 ■ 小野 良一 ■ 両川こども園 ■ (有)真田工務店 ■ 市役所 院内支所 ■ 菅本 節子 <p>その他多数の市民の皆様
(順不同、敬称省略)</p> |
|---|---|--|---|



=

期間計

R5.6.1~R5.8.31

*キャップ重量…772.0kg

*ポリオワクチン…193人分

運動開始からの 総計

*キャップ重量…40,999.3kg

*ポリオワクチン…約10,249.5人分