



うさ

2024 10月号 社協だより

福祉教育実施中

市内の小・中学校、高等学校を対象に福祉教育の推進として出前教室が実施されています。今年度も12月末まで受け付けています。●詳細は、社協までお問い合わせください。



市内94会場
開催中！

地域に根ざした介護予防教室

令和
6年度

“地域に根ざした介護予防教室 代表者”
“介護予防ボランティア”
交流会 及び 研修会を開催しました！！

今年度は「意見交換会」と「運動研修」の2日間に分けての交流会を開催しました。意見交換会では、他の教室の方と活動内容や悩みなどについて話ができて、たくさんの情報交換をする時間となりました。

運動研修会では、健康運動指導士の渡辺玲子先生より運動の実践をして頂きました。歌に合わせて体を動かすリズム体操の実践ではみなさんの笑顔をたくさん見る事ができました！今後の活動に活かしていきたいという声をたくさん聞くことができました♪

交流会の様子



助成金って
どう使ってる？

「毎回ラジオ体操
しとるよ！」



「体操したら
気持ちがいいな〜！」



「運動についての
話も聞いたヨ！」

お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725



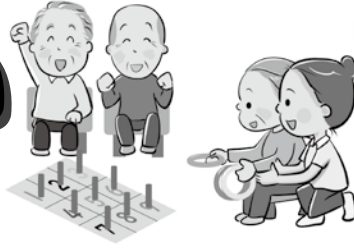
犬久保



北原

サロン

高齢者 ふれあい サロン



市内97会場
開催中！

宇佐市の高齢者ふれあいサロンでは、おおむね65歳以上の元気な高齢者の方が、地域で生きがいをもって元気に過ごしていくために楽しく活動を行っています。

(レクリエーション・体操・ゲーム・物作り・料理など)
みなさんの元気な活動を、ほんの一部ですがご紹介します！

みんなの 活動の様子



初めての献立！



手作りバッグに挑戦！



レク用品って楽しい！



みんなで食べるご飯は特別おいしいね！



今も現役で動けるぞ！



地域の情報も大切です！



お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725



湊

あたまとこころとからだを元気に!

認知症予防教室!!

市内
18教室

「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の予防を目的に脳の活性化に効果的なプログラムを参加者全員で自主的に考え、計画し実施する教室です。

活動内容

- 作業療法（音読、調理、脳トレ、色読み など）
- 運動療法（健康運動指導士によるプログラム）
- 脳の健康度検査の実施（年1回）
- 体力測定の実施（年1回）



活動の様子

常徳認知症予防教室



江島認知症予防教室



和間トマトの会



安心院けんこうクラブ金曜日



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。



お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725

大久保

亀井

No.

Date

9月はアルツハイマー月間！

認知症 私らしく仲間とともに

～共に生き ともに歩もう 認知症～

9月21日は世界アルツハイマーデー（認知症の日）

9月はアルツハイマー月間です。

厚生労働省が発表した認知症の高齢者は、2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になると推計されています。認知症は誰もがなりうる、身近な病気となっています。

認知症になっても安心して自分らしく暮らし続けるために、一人ひとりが望むことをみんなで支え合って叶えながら、共に希望をもって暮らしていく地域共生のまちづくりが広がっています。

大切な人が認知症になったらどんな生活になるのか、どこに相談すればよいのかなど、認知症の正しい知識をもち理解することが大切です。

大切な人と笑顔で過ごせるように、認知症について考えてみませんか。

宇佐市では、認知症に対して各種団体とともに
様々な取り組みを行っています。

- ・ 認知症サポーター養成講座（地域・企業・学校等）
- ・ 相談窓口（個人支援を含む）
- ・ 認知症介護者のつどい
- ・ 男性介護者のつどい
- ・ 本人交流会
- ・ 認知症出前講座
- ・ 認知症予防教室
- ・ 認知症講演会（9月・3月）
- ・ オレンジカフェなど

●その他 専門職の研修会等もおこなっています



お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725

大久保

宇佐市

オレンジ カフェ

開催中!



オレンジ
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「話をする」「話を聞いてもらう」「相談する」「認知症について知る」「仲間づくり（出会い）」などができる場です。

一緒にお茶を飲みながら、ゆっくりお話ししませんか。

男 塾

- 日 時 毎月 第1 水曜日
13:30 ~ 15:00
- 場 所 四日市コミュニティセンター
調理室・工芸室
- 参加料 700円（材料費として）
- 特 徴 認知症介護に関わっている
男性を対象に時短料理を作る
カフェです。（事前申込み必要）

ぽっかぽか・安心院

- 日 時 毎月 第2 水曜日
13:30 ~ 15:00
- 場 所 安心院総合保健福祉センター内
ダイルーム
- 参加料 100円（お茶代として）
- 特 徴 本人・仲間に出会えるカフェで
す。認知症の本人や家族、家族
の会も参加！

ぽっかぽか・院内

- 日 時 毎月 第3 水曜日
13:30 ~ 15:00
- 場 所 宇佐市役所 院内支所
多目的ホール
- 参加料 100円（お茶代として）
- 特 徴 本人・仲間に出会えるカフェ
です。認知症の本人や家族、
家族の会も参加！

気まぐれ

- 日 時 毎月 第4 水曜日
13:30 ~ 15:00
- 場 所 宇佐公民館
1階 集会室
- 参加料 100円（お茶代として）
- 特 徴 予防を取り入れたカフェです。
民生委員も参加！

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・吉野・中西・濱野



大久保



吉野



中西



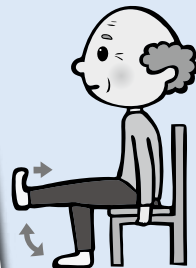
濱野

オレンジカフェぽっかぽかでの様子です!

安心院



みんな顔見知りとなり、おしゃべりしてます



院内



現在、院内では訪問フットケア開催中です!
2ヶ月に1回で計5回
(今年6月~来年2月まで)

気まぐれでは脳トレしてます!

気まぐれ



認知症の相談対応も
行っています。



こんな心配ありませんか?

忘れっぽくなった

日付や時間が
わからない

些細なことで
怒りっぽくなった

認知症と診断されたけど
これからのことが心配

今まで通りの
生活を送りたい

料理・運転・計算などに
ミスが目立つ

認知症の心配ごと相談窓口

認知症初期集中支援チーム

医療支援・介護支援
本人家族支援

相談無料
秘密厳守

私たちと一緒に考えましょう



中西



濱野

お問い合わせ 宇佐市社会福祉協議会 本所 ☎33-0725

宇佐市成年後見支援センターのご紹介

宇佐市成年後見支援センターでは市民の皆さまが必要な時に円滑に成年後見制度を利用できるように、制度の啓発や申し立ての支援、その他権利擁護（生活上の不当な不利益の防止）に関する相談全般を受け付けています。

○センターの取り組み

●ケース検討・受任調整会議

利用者支援を行う上で困難なケースや方向性が見えない時、また成年後見制度を申し立てる中で受任者に誰が適任か分からない時は、法律・医療・福祉の専門家が一緒に考え、最適なアドバイスを行います。ぜひ活用ください。

★開催日★

10月22日(火)10:00～

11月26日(火)10:00～

12月17日(火)10:00～

1月21日(火)10:00～

2月18日(火)10:00～

3月25日(火)11:00～



ご相談は1週間前までをお願いします

○宇佐市市民後見人養成講座

成年後見制度の新たな担い手として地域住民が後見業務を担う市民後見人養成講座を今年も開催します。

※今年の申込は9月27日までとなっています



○法律・福祉のよろず相談会

成年後見制度など、権利擁護にまつわる様々なお悩みを解消するため、法律・福祉の専門家（弁護士・成年後見人業務に従事している社会福祉士）による相談会を実施しています。

※次回は2月頃開催予定です。



お問い合わせ 本所 ☎33-0725 担当：和氣