

地域の情報・相談日・お知らせコーナー

「佐々木さんち」

開所日：毎週金曜日 13:30～16:00
相談日：5月19日・26日、6月2日・9日・16日・23日・30日



「相談するところが分からない」「ちょっと困った」時に気軽に相談できる窓口です。
生活支援コーディネーターの山下または奥園がお待ちしております。気軽におしゃべりに来ませんか？

【連絡先】生活支援コーディネーター携帯 TEL 080-8370-1544

給食ボランティア 「たけのこの会」

弁当配布日
6月5日(月)、7月3日(月)

ボリュームたっぷり
のお弁当です！



フードバンクnico・フードドライブ

受付日
5月25日(木)
6月26日(月)



4月のフードドライブでのご寄付ありがとうございました。毎月25日に食料品(2か月以上賞味期限があるもの)の寄付を受付けています。寄付されたものは必要な方にお譲りさせていただきます。



一人で悩まず誰かに相談してみませんか？
(各相談とも秘密は厳守します)

子ども・子育て相談

相談日：毎週月曜日 10:00～12:00
場所：三光児童館(三光コミュニティーセンター内)

子育てや子どもに関するお悩みなど児童厚生員が相談をお聴きします。電話相談でもお受けします。

【連絡先】TEL43-5194

心配ごと相談

相談日：毎月第1金曜日 10:00～12:00
6月2日(金)、7月7日(金)
場所：三光コミュニティーセンター

身近な相談窓口として民生委員が色々な心配ごと相談に応じてくれます。当日は行政相談も併せて行っています。

【編集後記】

新しい年度が始まりました。ここ数年は「今年も総会ができないね…」と耳にしていたのですが、今年は「総会準備を！」と活発な声がいろいろなところで聞かれ一気に地域が元気を取り戻している雰囲気を感じています。ワクワクしますね♪そんな中、小学校の娘が月間予定表を持って帰ってきました。確認すると「家庭訪問」の文字が!!コロナ禍で学校面談となっていたのですが、今年から再開するようです。すっかり油断しておりました。片付けなきゃ!花植えなきゃ!!家庭訪問よ、ありがとう…おかげで片付けました。

(地域福祉推進係 たかふじ みほ)

地域が元気になる地域福祉情報紙

とんぼのめ

第84号



《発行元》
社会福祉法人
中津市社会福祉協議会
地域福祉課 地域福祉推進係
(三光コミュニティーセンター内)
〒871-0102
中津市三光成恒241-1
TEL 0979(43)5390
FAX 0979(43)2594

とんぼ絵協力：はしもと まさこ
2023年5月発行

元気いきいき☆
週一体操教室

【三光7地区目】

もっと元気に過ごせるように☆

下田口健康クラブ発会しました!!

4月5日(水)、下田口地区で三光7地区目となる「元気！いきいき☆週一体操教室～下田口健康クラブ～」が発会しました。

当日は雨模様で足元が悪い中での開催となりましたが、地区からは22名の方が参加され、理学療法士の高野聖士氏より体操のポイントを教えて頂きました。簡単そうな体操もポイントを押さえながら行うと体中の筋が伸びるような感じ、途中からは汗ばむほどとなりました。初回は体力測定と体操で少し疲れを感じながらも、参加されたみなさんは終始笑顔で楽しい時間を過ごすことができました。今後は体操+αでゲームや大正琴の演奏で歌を歌ったりもするそうです。



いつまでも健康にいたい

体が弱ってきているので皆さんの顔を見て頑張りたい

行きたいところに自力で行きたい!

三光では「土田」「臼木」「成恒」「森山」「下田口」「下株」「上株」の7地区で週一体操教室が開催されています。5月には「佐知」でも発会する予定です!



あなたの町の 主任児童委員

主任児童委員ってどんなことをするの？

民生委員・児童委員の中でも特に子どもや子育てに関することなど、児童福祉に関する支援を行うのが主任児童委員です。時には学校など関係する機関と連携・協力しながら活動を行います。相談をしやすい関係性を築くため、三光地区では一年に一度、学校関係に各地区の民生委員と訪問し顔の見える関係づくりを行っています。

民生委員・児童委員には守秘義務があります。安心して相談できます。何か、不安や困りごとがありましたら、ご相談ください。

三光地区の子どもたちが
安心して豊かに暮らせる
地域づくりを目指してい
ます！

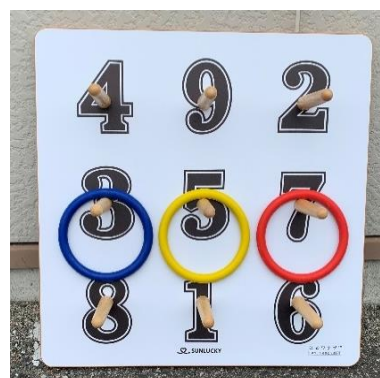
島元 直司さん

廣池 美砂子さん

まさこがお試し！
貸し出し用レクリエーション道具
輪なげ

この度、長年使っていた「輪投げ」が壊れてしまったため、新しい「輪なげ」を購入しました。小ぶりになって持ち運びも楽になりました♪また、たくさんの地域の方に使っていただきたいです！是非、ご利用下さい。

【ルール】
1から9までの数字をめがけて輪っかを投げます。輪っかの数は10個♪入った輪っかの数字が点数になります。合計点で競います。個人戦でも団体戦でも対戦できます。



60cm

60cm



簡単に見えても、思うように入りません！
つつい「えいっ！」と声が出てしまいます。

※レクリエーション用具貸出し希望の方は事前にご連絡下さい。
希望日が重なることがあります。



「オレンジカフェ三光」オープンしました♪



4月20日(木)三光コミュニティセンターで「オレンジカフェ三光」が開催されました。「オレンジカフェ」は、認知症の方やその家族の方、認知症に関心のある方々が集まって、気軽にお話、相談ができます。三光オレンジカフェでは、ボランティア講座「男塾」でコーヒーの淹れ方をマスターした諫山の木野榮一さんがコーヒーを淹れてくれ、佐知の大霜好士さんが来られた方に配ってくださいます。木野さんのコーヒーは「オレンジカフェ三光」のメニューの中でも大人気となっています！
みなさんテーブルでお話をしたり、折り紙をしたりと賑やかに過ごしていました。声を出して話して笑って、帰るときにはみなさん笑顔で帰って行かれます。また次回開催でお会いできるのを楽しみにしています。



【職員紹介】

春の人事異動で社協三光の事務所も少し顔ぶれが変わりました。今回新たに異動してきた職員の紹介をさせていただきます。

気持ち新たに頑張ります！
宜しくお願いいたします。



福祉サービス課 課長
三光児童館 館長 **桑嶋 香**



介護保険認定調査室
主任 **一村 国幸**



三光児童館
児童厚生員 **河野 まどか**

【地域福祉課】

地域福祉活動応援隊！地域のみなさんの活動をサポートいたします(*'▽')



地域福祉推進係

地域福祉コーディネーター **高藤 美保**(たかふじ みほ)
生活支援コーディネーター **山下 美保子**(やました みほこ)
生活支援コーディネーター **奥園 雅子**(おくぞの まさこ)

地域のみなさんが抱える福祉課題に対する解決のお手伝いを行っています。
「サロン活動」「ボランティア活動」などなど「地域の福祉」に関することで何か
ありましたらお気軽にお立ち寄りください。