

地域の情報・相談日・お知らせコーナー

「三光地区身近な相談窓口」

開所日:毎月第2金曜日 13:30~16:00
場 所:三光コミュニティーセンター



「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奥園がお待ちしています。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
8月はお休みです
次回は9月4日(月)



フードバンクnico・フードドライブ

受付日
7月25日(火)
8月25日(金)



毎月のフードドライブでのご寄付ありがとうございます。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いています。

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
8月4日(金)、9月1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】

先日、子どものPTA後の懇談会の中で担任の先生が「言葉の持つ力」の話をしていました。子どもたちが聞くに堪えない言葉を使うことから…。「言葉の持つ力」なんて考えたこともなかったので、ほうほうと聞き入ってしまいました。「ありがとう」などの声をかけた水は綺麗な結晶となり、「むかつく」などの言葉だと結晶にならない…人間の体も70%が水分でできていることから、普段から使う言葉がいかに私たちに影響しているかという内容でした。マイナスの言葉を意識してプラスに置き換えて使うことで気持ちも上向きになるのだと改めて感じました。
(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85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7月発行

諫山サロン発信

子どもから高齢者がつながる嬉しい



子ども達が
こんなにい
るとは知ら
なかった



6月17日(土)諫山地区にて諫山サロンが中心となり「子どもとの交流」を行いました。

この交流サロンは以前から行っていましたが、コロナ禍で開催が出来ない時期もあり、昨年より再開しました。

今回地区名は、日ごろサロンに来られている方15名、児童20名、保護者10名の計45名の参加があり、公民館が窮屈に感じるくらいの参加者となりました。みんなが参加できる内容を検討し、スカットボールと輪投げを計画しました。事前に子ども会に協力をお願いし、子ども達への声かけから当日の運営でも力を貸してもらったそうです。小学生だけではなく就学前の子どもの参加もあり、ゲーム中は応援、歓声、拍手、笑い声で活気のある時間となりました。

以前から続く”三世代交流”を継続して行きたいです。他地区での三世代交流もますます増えると嬉しいです！！



代表:前原秀美さん



人生の先輩と保護者(お母さん方)が会話を楽しみながら準備♪

子どもの姿
を見ること
で元気がで
た!

初めて顔を
合わせた人
がいた



【三光8カ所目】三光の勢いが止まらない!! 佐知元気クラブ発会しました!!



5月10日(水)、佐知地区で三光8カ所となる「元気!いきいき☆週一体操教室～佐知元気クラブ」が発会しました。

当日は22名の地域の方が参加され計測と体操をしました。講師の理学療法士・高野聖士氏からは体操のポイントや、意識してするとよい姿勢など教えていただき、日頃の生活の中で取り入れることのできる内容も吸収することができました。計測と体操は思った以上に疲れ、息が上がる方も多かったですが、出来なくても「は～きつなあ」と笑いながら、楽しい雰囲気であっという間に時間が過ぎていきました。

発会后2か月が経ち「仲間がいるので続けることが出来る」「週一回必ず人に会えるのが嬉しい」「習慣化できるように休まずきます!」といった声が聞かれました。また、内容的に変化を加えたいとのことで近々”あい八音頭”を踊ってみるそうです。



三光地区週一体操実施地区 & それぞれの一工夫

今後、週一体操の立ち上げを検討される地区がありましたらご相談ください。
地域包括センター社協

TEL:27-8877

地区名	一工夫
佐知地区	あい八音頭を踊ってみる!
土田地区	新しい簡単な体操にも挑戦
臼木地区	めじろん体操&元気アップ体操に集中
成恒地区	口腔体操をしっかりと!
森山地区	手作りゲームでレクタイム♪
下田口地区	大正琴に合わせて歌を歌ってます
下秣地区	ラジオ体操も組み合わせちゃってます
上秣地区	タオル体操でクールダウン

一緒にお弁当作りませんか? 給食サービス「たけのこの会」スタッフ募集

三光地区では毎月1回、地域の独居高齢者、高齢者世帯(希望者のみ)に手作りのお弁当を配達しています。現在、76食のお弁当作りをしています。配達には地域のボランティアの方や、民生委員・児童委員の方がしており、お弁当を受け取る方は非常に喜んでくれています。お弁当を受け取る方の喜ぶ顔を励みに頑張っています。スタッフの人数が確保できていない現状があり困っています。活動に興味のある方は、是非一度見に来てください。



【たけのこの会の紹介】

★代表者: 桂林 俊美(佐知地区)

★スタッフ登録数: 15名 ★お弁当配布数: 76食 ★活動日: 毎月第一月曜日 ※月によって変動あり

★次回活動日: 9月4日(月) ※8月はお休みです

祭 小さい子どもからおじいちゃん・おばあちゃんまでみんなで遊びに寄っちゃくれ♪ 第2回 わいわいまつり～夏まつり～ 祭

日時: 7月23日(日) 10:00～13:30

場所: 三光コミュニティーセンター

主催: 社会福祉法人中津市社会福祉協議会(地域三光・三光児童館)

【内容】

★縁日コーナー★

射的、わなげ、ヨーヨーつり、バルーンアートなど 景品もあるよ♪

★飲食コーナー★

かき氷、綿菓子、コーヒー、パン

★ワークショップ★

エコバッグ作り(先着50名)

★ちびっ子コーナー★

おはなし会(読み聞かせ・パネルシアター)

手形でつくるパタパタアート(先着50名)

★ステージ★

10:00～

あい八音頭を踊ろう!

11:00

琉球太鼓(大分支部)

