

<地域の情報 & 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、
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

<相談の例>

「一人暮らしで買い物に行けない」
「家の掃除や洗濯ができない」
「家族関係で悩んでいる」
…など、何でもどうぞ！



子ども・子育て相談

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受けします。
※電話相談も OK です！

相談日：毎週月曜日 10時～12時
場 所：三光児童館
(三光コミュニティーセンター内)
問合先：43-5194

心配ごと相談

身近な相談窓口として、民生児童委員の方が
いろいろ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。

相談日：毎月**第2金曜日** 10時～12時
令和5年12月8日(金)
令和6年1月12日(金)
場 所：三光コミュニティーセンター

フードバンク nico&フードドライブ

毎月25日に、食料品の寄付を受け付けています。
寄付いただいたものは、支援を必要としている家庭や地域
サロン、子ども食堂などに無償でお配りしています。ご家庭
で余剰品がありましたら、ご協力をお願いします。
※賞味期限まで2か月以上あり、常温保存できるものに限りです。

受付日 令和5年12月25日(月)
令和6年 1月25日(木)



給食ボランティア 「たけのこの会」

<お弁当の配達日>

- 12月4日(月)
- 1月15日(月)

お楽しみに♪



【編集後記】

10月16日より地域福祉コーディネーターとして勤務しています「小田 翔太（おだ しょうた）」です。この仕事は初めてで、全てが新鮮で心が躍ると同時に緊張感のある日々を過ごしています。ご迷惑をおかけしてしまうことがあると思いますが、皆さまのお役に立てるようがんばりますので、よろしくお願いします。

★漢字クイズ答え 1. 走る 2. 帰る 3. 霧 4. 皿



とんぼのめ



第87号

チャレンジ!サロン!!

10月3日(火)に原口サロンでカラオケが行われました。サロンでのカラオケは新しいメンバーを増やすための取り組みの一つとして行われ、老人会と原口サロンの合同メンバーで行われました。

はじめは緊張していたものの次第にほぐれ、好きな歌を披露しあい、大変盛り上がりしました。

今回のカラオケを通して地域の方々の絆がより一層深まり、新しい風が吹いてきているように感じました。



原口サロン カラオケの様子



土田サロン 落語の様子

10月19日(木)に、土田サロンで落語家の豊前亭 くま七（とよまえてい くましち）さんによる『看板のピン』が演じられました。

くま七さんの巧みな話術で参加者18名の皆さんは落語の作品世界に引き込まれ、とても楽しい時間を過ごしました。

また、さだまさしさんが歌う『関白宣言』の替え歌の『古希宣言』が参加者の皆様により歌われ、「本当に歌詞の内容のようになる」と共感の声と笑い声があがっていました。

「看板のピン」とは…



親分のだましのテクニックを若い男が真似しようとするものの、身に付いていないことは結局うまくできない、というサイコロ賭博の話です。

(引用：落語亭)



《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12月発行

い～な e-Na ! コスモス園 2023 !

今年も 10 月 4 日～22 日の期間で三光コスモス園が開園されました。約 2800 万本のコスモスと三光地域を中心とする保育園・小中学校・各団体の 320 名の方々によるコスモスアートや屋台の出店がありました。壮大で美しい眺めや美味しい食べ物もあり、心も体も元気になったイベントでした。



10 月 15 日には、大正琴楠木教室「コスモス楠木会（代表：楠木廣子さん）」の 6 名による大正琴の演奏が披露されました。

会場は盛り上がり、盛大な拍手が送られました。

「コスモス楠木会」は三光コミュニティーセンターにて月 2 回、第 1・第 3 金曜日に行われています。



ボランティア給食サービスだけのこの会 新メンバー！



たしろ すずこ
臼木地区 田代 鈴子さん

よろしく
お願いします！



わさだ よしこ
小袋地区 和貞 好子さん



新しい民生児童委員の方をご紹介します！！

上深水地区
いさやま こういち
諫山 興一さん



過疎化が進み、人が少なくなっていく中、地域の方々の助け合いの一助になればと思っています。



～高齢者相談支援センター杜協より～

効果的な体操を継続的に行うことで、いくつになっても身体は強くなります。筋力アップ！



「元気！いきいき☆週一体操教室」

～いつまでも健康で自立した生活が送れることをめざして！～

「元気！いきいき☆週一体操教室」は歩いて通える範囲の公民館等で週 1 回行う住民主体の体操教室です。市では 100 ヶ所の立ち上げを目標にしており、三光では 16 地区のうち 8 ヶ所で立ち上がっています。

週一体操では、筋力向上に効果のある「めじろん元気アップ体操」を参加者の皆さんで行っています。体操が終わった後に歌やレクリエーション等を行う所もあり、週 1 回の集まりが楽しみとなる通いの場となっています。参加している方からは「体操で普段の動きが楽になった」「みんなでおしゃべりしたり笑ったりするのが楽しみ」「椅子に座ってできる体操で安心した」等の声が聞かれています。

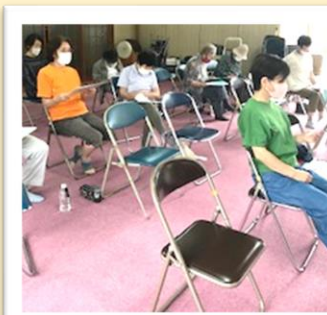


高齢者相談支援
センター杜協
井ノ口

高齢者相談支援センター杜協の事務所を移転しました。
これからも地域の皆様の相談窓口として少しでもお力添え出来るように頑張りたいと思いますので、よろしくお願いします。

〒871-0295 大分県中津市本耶馬溪町曾木 1800 番地

電話：0979-26-4040 (本耶馬溪支所 2 階)



“下田口健康クラブ”では体操だけではなく、楠木廣子さんと木崎雄一さんによる大正琴の演奏や脳トレクイズ、間違い探しゲームも実施されました。参加された皆さんは笑顔で生き生きしており、ますます若返ったようでした。



ダジャレ漢字クイズ！

脳トレクイズ！
チャレンジしてみてください！



問題の文がダジャレになるようにリストから文字を選んで□に入れてみよう！

1. 橋の上を□

2. カエルが家に□

3. □の中を歩く

4. サラサラの□

★答えは次ページ！

<リスト>

きり霧 さら皿

かえ帰る はし走る

