

No.87

令和3年.3.30 発行

やさしさ、あたたかさを **発信!**

南阿蘇社協だより

「春のおとずれ」



お知らせ

令和3年度 自死遺族のご相談について

家族や大切な方を自死で亡くされた方が、安心できる環境で自分の体験について語り、もしくは同じような体験をされた方の話を聴くことで、自身の人生や主体性を取り戻し、自分らしく生きていけるようになることを目的として、熊本県精神保健福祉センターでは、自死遺族の相談等を下記のとおり開催しています。

1 個別相談

- (1) 開催日 毎月:第2木曜日 偶数月:第4木曜日
- (2) 時間 13時30分～16時30分まで
- (3) 場所 熊本県精神保健センター(熊本市東区月出3-1-120)
- (4) 利用方法 事前予約が必要

2 グループミーティング「かたらんね」 *熊本市と共催で開催しています

- (1) 開催日 奇数月:第4木曜日 *7月・9月は第5木曜日(7/29・9/30)
- (2) 時間 14時～16時まで
- (3) 場所 熊本県精神保健センター(熊本市東区月出3-1-120)
- (4) 利用方法 事前予約は不要

3 出張個別相談

- (1) 開催日 偶数月:第4木曜日
- (2) 時間 14時～16時まで
- (3) 場所 開催地域の各保健所 *詳細はお電話ください
- (4) 利用方法 事前予約が必要

お問い合わせ
熊本県精神保健福祉センター

熊本県
(熊本市以外にお住まいの方)
【相談・予約電話】
096-386-1166
【受付時間】
月～金曜日 9時～16時
(祝日、年末年始を除く)

熊本市
(熊本市にお住まいの方)
【相談・予約電話】
096-362-8100
【受付時間】
月～金曜日 9時～16時
(祝日、年末年始を除く)

令和3年度 法律相談のご案内

村民の方を対象に弁護士による無料法律相談を実施します。日常生活上の法律問題でお困りの方はご相談ください。(車のない方については送迎いたします)

令和3年度日程表

- 令和3年 4月22日(木)
- 令和3年 5月27日(木)
- 令和3年 6月24日(木)
- 令和3年 7月29日(木)
- 令和3年 9月30日(木)

相談時間 / 10時～正午 お一人30分
場所 / 久木野総合福祉センター
南阿蘇村久石2705

- *借金のこと
 - *家族のこと
 - *相続や遺言のこと
 - *交通事故等
- まずはご相談を!



*8月の法律相談の開催はありません
*10月以降の日程につきましては、改めてお知らせいたします

*予約が必要です。相談をご希望される方は下記までご連絡ください。

お問い合わせ先: 南阿蘇社会福祉協議会 ☎0967-67-0294

5月は「赤十字月間」です。

赤十字の活動にご支援をよろしく
願います。

毎年、赤十字会員増強運動にご協力頂きありがとうございます。日本赤十字社では、国内外における救援活動のほか、救急法等の講習活動、青少年赤十字、赤十字奉仕団活動など様々な活動に取り組んでいます。このような活動は、活動資金としてご協力頂く「会費」と、皆様から寄せられる「寄付金」によって支えられており、「個人」または「企業」としてご協力頂きます。今年も皆様のご協力よろしく願います。

会費 … 会員の皆様が毎年拠出する資金

- 一般会員 … 500円以上
- 特別会員 … 2,000円以上

寄付金 … 匿名寄付、募金箱等での寄付など



赤十字活動資金とは

災害救護活動をはじめとした
日本赤十字社の様々な活動に使われます。



あなた

日本赤十字社

日本赤十字社の備え
救護訓練、医療資器材、
救援物資の備蓄など

+

災害発生時の迅速な救護活動



支援が必要な方々

*赤十字の活動を支えるボランティアの養成、青少年への教育、救急法や幼児安全法の講習、海外での救援、開発協力などにも使用されます。

インタビュー 私の生きがい



第一駐在区 月本 ミヨ子 さん
昭和4年12月5日(91歳)

○楽しみはなんですか?
◎近所に住む友人の家まで電動カートで遊びに行ったり、孫と温泉に行くことが楽しみです。ひ孫の成長を見るのも楽しみの一つです。
○元気の秘訣はなんですか?
◎日中は洗濯物を干したり、家の周りの草取りをしたり家のことは積極的にします。
☆昔のことなど楽しい話をたくさんしていただきました。「自分の事は自分できちんとしていきます」とも元気で笑顔がかわいいおばあちゃんでした。

(株)セブン-イレブン・ジャパン様より

寄贈いただきました



(株)セブン-イレブン・ジャパンは、熊本県、熊本県社会福祉協議会との三者間で、三社協定を締結しています。

セブンイレブンの「地域で困っている人のために、商品を活用してほしい。」との思いから、店舗改装時等に発生する在庫商品を熊本県社会福祉協議会に寄贈いただき、各市町村社会福祉協議会に配布されました。

寄贈品は、支援が必要な方々に配布しております。誠にありがとうございました。

第33回 シルバー作品展 作品募集

あなたの作品を発表してみませんか？

- 申込受付期間 令和3年 4月1日(木)～6月18日(金)
- 作品展示期間 令和3年8月24日(火)～29日(日)
- 作品展示会場 熊本県立美術館 分館

参加資格

令和4年4月1日時点で60歳以上である
県内在住の方
(昭和37年4月1日以前に生まれ、アマチュアの方)

出品料

1,000円
(7月16・17日作品搬入の際に受付でお支払いください)

テーマ

特に定めない

出品作品

日本画、洋画、写真、書、彫刻、工芸の
6部門とする
※出品者より創作されたもので、他の作品コンクール等に
出品したことのないものとする。
※1人1点とする



第33回 シルバー囲碁・将棋大会

●とき

囲碁の部 令和3年 6月5日(土)
将棋の部 令和3年 6月12日(土)

参加者募集!!

受付 午前8時30分
対局 午前9時30分～午後5時

※囲碁については対戦数が
5試合以上となるときは、
後日に残りの試合を行う
ことがあります。

参加資格

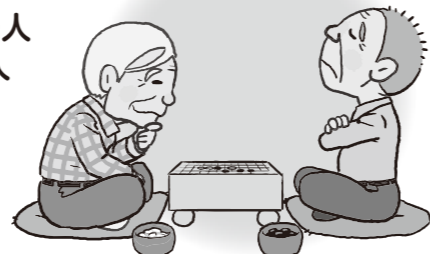
令和4年4月1日時点で
60歳以上である県内在住の方
(昭和37年4月1日以前に生まれ、アマチュアの方)

募集定員

・囲碁／100人
・将棋／70人

参加費

1,000円



●ところ

熊本県総合福祉センター

- 5階 研修ホール
- 2階 第1・2会議室
- 3階 第3・4会議室

●申込受付
期間 令和3年3月15日(月)
～4月23日(金)

皆様のご参加お待ちしております！

TEL.096-354-3083

お問合せ (一財)熊本さわやか長寿財団 FAX.096-354-3103

参加者募集



令和3年度 入学案内

熊本さわやか大学校

高齢者の方々の健康と生きがいづくり、そして社会参加の促進を図るとともに、
高齢社会のリーダーとなっていただくことを目的に開講しています。

講座内容

幅広い学習と新たな交流!!

いつまでも健康、元気がいちばん!

- 元気長寿大作戦 ～予防医学
- 皆で楽しくレクリエーション
- 気軽にできる健康体操
- さわやか人生づくり
- 楽しく生きて、楽しく旅立つ

知識を磨いて更なる飛躍を!!

- 消費者トラブルと対処法
- 細川家の永青文庫から
- 身近な法律問題
- ユネスコ無形文化遺産と妙見祭(八代校)
- 熊本の偉人(熊本校)

新しい世界にふれてみよう

- 懐かしの音楽を楽しむ
- 肥後狂句
- ふるさと探訪(バス研修旅行)
- 葉草を楽しむ(熊本校)

みんなで助け合い

- ボランティア活動の基礎知識
- 地域での活動を楽しむ
- 認知症サポーター養成講座
- 地域共生社会について

さわやかグループ活動

- 班ごとの自主的な活動

※講座内容を一部変更することがあります。

大学校概要

応募は熊本校・八代校のいずれか一校とします。

	募集定員	開校日	場所	受講期間	回数	受講料等
熊本校	60名	毎週木曜日 午後1時30分 ～ 午後3時30分	熊本県総合 福祉センター	令和3年5月 ～ 令和4年3月	30回	●入学金 5,000円 ●受講料 12,000円 ※入学時に 一括納付
八代校	40名	毎週火曜日 午後1時30分 ～ 午後3時30分	桜十字ホール やつしろ (駐車場あり)			

※教材費等は自己負担の場合があります。 ※講座内容により会場を一部変更することがあります。
※中途退学する場合は、既に納めた入学金及び受講料は返還しません。
※入学希望者が少なく各大学校の運営が困難となった場合は、開講しないこともあります。

入学資格

令和3年4月1日時点で60歳以上であり、学習意欲のある県内在住の方
※既に履修された方は受講できません。

応募手続

- 提出する書類(郵送可)
入学願書(南阿蘇村社協にあります)
返信用封筒(宛名を明記し、84円切手を貼ってください。)
- 申込期間 令和3年3月1日(月)～4月16日(金) 必着

入学者決定

入学希望者が定員を超えた場合は、主催者において抽選し決定いたします。

お問い合わせ先 熊本さわやか長寿財団 ☎096-354-3083

違和感があるあなたへ

生活のなかで、何となく違和感を覚えることがあります。
その感覚を感じているのはあなた自身ですから理由は誰にもわかりません。
恐れずに専門家に話してみてください。きっとヒントが見つかるはずです。



シリーズ

もしも 3 ご家族へ

認知症は、脳の病気によって記憶力や判断力が低下し、日常生活に支障が出てくる状態です。認知症の症状はさまざまです。家族みんなで、地域ぐるみで支えていきましょう。

その5 はじめのころに起こること

はじめのころによくみられることがあります。
もしかしたら冷蔵庫の中に同じものがたくさん入っていたり、賞味期限がすぎたものがたくさん入ったりすることがあるかもしれません。



何が入っているか？
それを冷蔵庫に書いておきましょう。

電車やバスで降りるところがわからなくなるかもしれません。

降りる駅と、そのルートを紙に書いて持っておいてもらいましょう。
わからなくなったら、人に聞くように伝えましょう。
必ず、親切に教えてくれる人がいるはずですから。

ヒントがあれば、できることはたくさんあるはずです。

その6 もう少ししたら 起こるかもしれないこと

人の顔の見分けがつかないことがあるかもしれません。
でも、話をしているうちに思い出すこともあります。

長い時間同じ場所にいることが難しくなるかもしれません。
場所や時間がわかりにくくなり不安になるからです。
そのことを、周りの人に伝えておきましょう。
でも、本当はそこにいたい。
話しかけてほしいと思っているかもしれません。

同じことを何度も聞くことがあるかもしれません。
それは、あなたのことを慕っているからです。

そして、人とかかわりたいからです。
そして、孤独になることが一番つらいからです。



取り繕っているのではありません。
本当はわかっているのかもしれません。
認知症は何もわからなくなることはありません。

引用／社会福祉法人 東北福祉会 認知症介護研究・研修仙台センター
平成30年度厚生労働省老人保健健康増進等事業
認知症の人の家族等介護者への効果的な支援のあり方に関する研究事業

ふみばあちゃんの 教えて福祉

地域包括支援センターって何？

包括支援センターって何ね？



どんな仕事ばしよると？

南阿蘇村には、久木野包括支援センターと長陽包括支援センターがあります。
地域包括支援センターは、介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者を支える総合相談窓口です。高齢者の生活上の困りごとに対して総合的に相談にのってくれるところです。

地域の高齢者を支えるために、4つの業務をしています。

- ①介護予防マネジメント
要介護にならないように、介護予防支援をします。
- ②総合窓口
必要なサービスや制度を紹介し、解決に導きます。
- ③権利擁護
虐待予防、悪質な訪問販売による被害の防止など高齢者の権利を守る取組をしています。
- ④包括的・継続的ケアマネジメント
地域ケア会議の開催、医療機関・関係機関との調整など行い、高齢者にとって暮らしやすいよう支援しています。



どんな相談があるとね？

例えば・・・

- ・一人暮らしが不安・心配
- ・認知症になった
- ・身体機能の低下で生活が困難
- ・食事の準備が困難
- ・家族の介護のストレス 等

様々な相談があります。
高齢者に関する相談をワンストップで対応します。

いろいろ聞いてよかった。
困った時は相談にくるけんね。



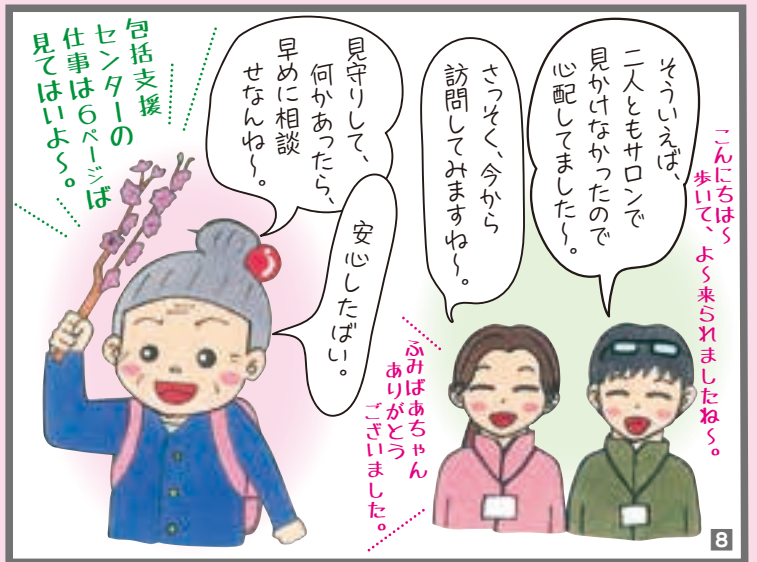
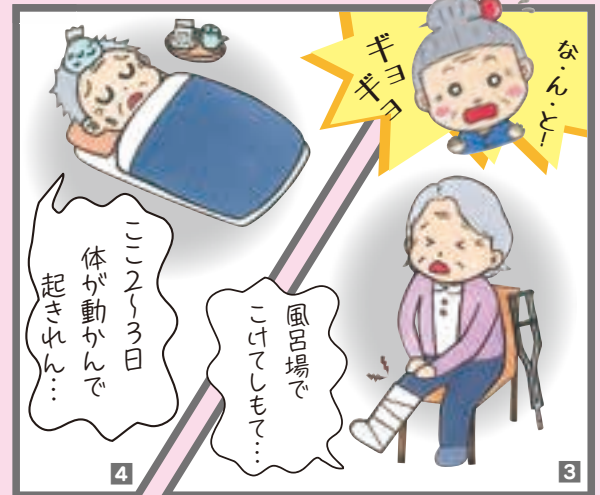
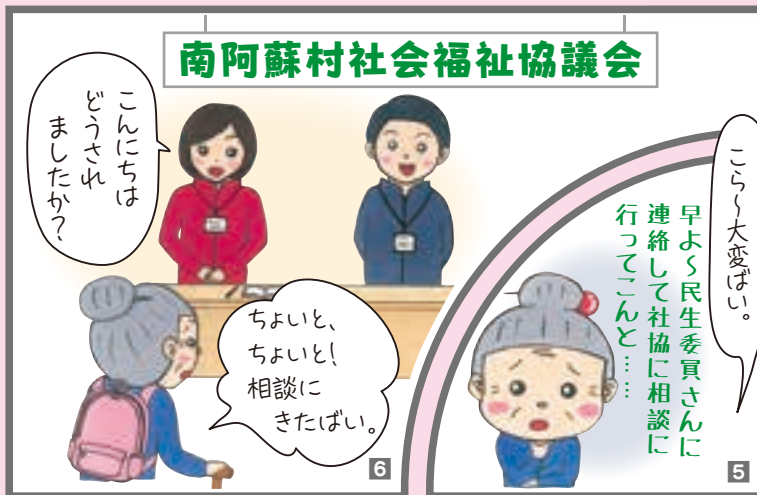
地域包括支援センターでは、高齢者自身からの相談はもちろん、ご家族や友人、近所の方からの相談も受け付けています。
高齢者自身は、まだまだ大丈夫とっていたり、他人に頼るのは迷惑をかけてしまうと考えたり、困ったことがあっても相談しないケースも多くみられます。
そのためご家族やご近所の方の気づきと相談はとても重要な役割を果たしています。
地域包括支援センターには、地域のたくさんの情報があります。



些細なことでもご相談ください。



この広報紙は共同募金配分金で作成しています。



あとがき

桜の咲き誇る春がやってきました。南阿蘇村にも桜の名所がたくさんあり、満開ももうすぐです。

平成28年の熊本地震により崩落した阿蘇大橋にかわり、「新阿蘇大橋」が架かりました。これで南阿蘇に通じる幹線道路は、すべて復旧、これにより、村民の生活が良くなり、また観光業などの活性化が期待されますね。

コロナ禍は続きますが、新年度も福祉サービスの充実と住民同士の支え合い「やまびこネットワーク活動」等、更なる地域福祉の推進に努めていきたいと思ひます。

みんなみんなの みなみちゃん



ホームページリニューアルしました！皆様に分かりやすい情報発信をしていきます。

編集・発行 社会福祉法人 南阿蘇村社会福祉協議会 TEL 0967-67-0294 / FAX 0967-67-2317
<https://www.asoyamabiko.jp/minamiaso/>

