



すまいる

今月のキラキラさん



南山田 桐木一
吉光 静枝 さん

今月は南山田桐木一の吉光静枝さんをご紹介します。

吉光さんは22歳の頃魚屋に嫁いで来ました。商売の経験は全く無く、一から仕事を覚えていったそうです。中でも魚を捌くのが一番大変な仕事で、トコ箱ら箱分の鰯を捌いたことも。毎朝3時に起きて市場に行く手伝いをして、それから夜遅くまでお店を切り盛り、そんな目の回るような忙しい日々を夫と二人で頑張り、3人の子供を育ててきました。今では内孫が4人、外孫が4人と沢山の家族に囲まれて穏やかな日々を過ごしています。そんな吉光さんですが、6年前に命に関わるような大きな交通事故に遭いました。病院に運ばれる救急車の中で「孫じゃなくて、私で良かった」とうわ言のように呟いていたそうです。大けがでしたが、懸命な治療とリハビリの結果、歩けるようになるまで回復し、自宅に戻ることが出来ました。それからは散歩やデイサービスでの運動に取り組むことで、今でも元気に過ごしています。「事故に遭って大変だったけど、家族や周りの皆さんの支えでなんとか元気にやっています。これから明るく、楽しく過ごせたらなと思います。」と笑う吉光さん。これからも地域に明るい笑顔を届けて下さい。

事業のお知らせ

『短期集中リハビリ教室』

元気で長生きしていただくことを目的にリハビリ専門職の指導の下、事業を実施します。

健康を保つためには日常の身体活動（自宅の仕事や地域での役割）が重要です。

「楽に動ける体」づくりのために、運動・体操の実施や健康を保つための食事・口腔機能について講話を行っています。

【内容】健康チェック

（体重・体温・血圧などの体調確認）

運動・食事・口腔機能等の講話
体力測定

【訪問】リハビリ専門職が自宅で困っている動きや健康状態を確認します。

【期間】週に1回 3カ月間

【対象】九重町にお住まいの65歳以上の方で体の動きに衰えを感じている方

【料金】1回あたり500円（1割負担の方）

*負担割合に応じた金額になります。

【申し込み・お問い合わせ】

九重町地域包括支援センター

（電話 76-3863）

もくじ

- 2P 共同募金運動月間
ここサポ便り
- 3P サロン運動会
子育て交流センター
- 4P 11月のカレンダー
お知らせ
ちょっとひとこと

10月1日から12月31日は赤い羽根共同募金の運動期間です

昨年度、大分県共同募金会から九重町社会福祉協議会への配分金は2,004,000円でした。九重町では次のような事業に使われました。

【事業別の割合】

障害がい児者福祉5%

高齢者福祉 32%	福祉育成援助 41%	歳末 たすけあい 22%
--------------	---------------	--------------------

高齢者福祉

◆ひとり暮らし高齢者の集い

孤独感の解消とお互いの親睦を図るため、以前は会食会をしていましたが、コロナ禍以降、会食会での開催が出来なくなったため、昨年度は民生委員・児童委員のご協力でひとり暮らし高齢者宅へ訪問し、生きがいや生活での困りごとなどのアンケート調査を行いました。

◆給食サービス事業

高齢者世帯の食生活の改善、健康維持増進及び社会孤立の解消等を図るため配食を行いました。

福祉育成・援助活動

◆広報紙発行事業

地域住民の方に対して、社会福祉協議会の活動や福祉に関するさまざまな情報を掲載した広報紙「すまいる」を発行しました。

障害がい児者福祉

◆コスモスの集い

障害がい者の社会参加を目的に、レクリエーションを行いました。

◆おもちゃ図書館

子どもたちがおもちゃで楽しく遊び、経験を通して地域で心豊かに育つことを目的として、おもちゃの貸出をしています。

歳末たすけあい

◆広報紙発行事業

地域住民の方に対して、社会福祉協議会の活動や福祉に関するさまざまな情報を掲載した広報紙「ふれあい」を発行しました。

◆玖珠郡災害ボランティアネットワーク協議会

災害時に備えての研修やボランティア活動に対応できる体制を確立するための助成をしました。

◆災害時用備品

災害時に備えて備蓄品を購入しました。

◆ふれあい備品

町内の団体等へ貸し出しをするレクリエーション備品の購入をしました。

今年も皆様のご理解とご協力をよろしくお願いします。



毎月、前日から仕込みをし、愛情のこもった料理を提供しているのは「飯田ふれあい夢食堂」です。昔懐かしい団子作りに全員で取り組み、団子作りの意味や昔の習わしなども学んでいます。



子ども達が喜び様にと、毎回色とりどりの料理が並ぶのは、「のがみふれあい食堂」です。紅白饅頭のオマケもついていますね。



毎月ボリューム満点で一番品数の多いのは「南山田ふれあい地域食堂」です。地域から届く野菜を余すことなく利用し、地域の方に愛情と栄養を届けています。



この洋風メニューは、「東飯田地域食堂かたろうへ」です。地域のみなさんからいただいた野菜を最大限に利用して、余った食材は、「ゆずりあいの玉手箱」として公民館で必要な方へ届けています。

ここサポ便利

各地区で特色ある

地域食堂を開催中！

毎週土曜日に開催されている地域食堂では、毎月各地区工夫を凝らした内容の食堂が開催されていますが、特に料理には各地区の特色が伺えます。

この多くのメニューが完成するまでには、実行委員さん達の「みんなに美味しい食事を届けたい」という思いが沢山込められているのです。美味しくいただきます。

サロンで 秋季大笑運動会



九重町の元気の秘訣はここにあり!!

毎年、秋頃になると、各サロンでは「秋季大笑運動会」と題して、笑顔の溢れる運動会を行っています。

競技の中には、校長先生のあいさつや応援団長による応援合戦等、子どもの頃を思い出すような内容に、みなさん童心に帰ったような笑顔で喜び、楽しんでいきます。

サロンといえば、女性や高齢者が行く所というイメージではありますが、最近では、地域に住んでいる方なら誰でも参加できる場所「共生型サロン」へと変化してきています。

身近に通いのある場があることで、近隣の方と顔を合わせ、一緒に体を動かしたり、たくさんおしゃべりをして大声で笑う、そうする事で体も心も元気になります。

現在、町内には70か所以上の通いの場（サロン）があります。健康寿命ナンバーワンの原点はここにあるのかもしれないですね。これからサロンに参加して、元気に長生きしましょう。



優勝チーム



パン食い競争



90代の応援団長



11月の予定

11/2 (土) 焼き芋 & アスレチックで遊ぼう!

※ 毎週土曜日 10:00~11:30

「積木で遊ぼう!」



ここのえ子育て 交流センター

(児童館・子育て支援事業・ファミリーサポートセンター)

【開館日】火~土 【休館日】日、月、祝祭日

【開館時間】8:30~17:00

〒879-4722 玖珠郡九重町大字引治508-1

tel: 0973-73-2666 / fax: 0973-73-2670

* 詳しくは交流センター便り「ブレイメンズ」でお知らせします

9月の活動

♪ベビーニコニコ広場&相談会

11組の親子が参加し、いつもより賑やかなベビーマッサージでした! お母さん同士のおしゃべりも大盛り上がり♪お母さんも赤ちゃんも笑顔いっぱいの楽しいひと時でした♡



♪わくわく広場(運動会)

かけっこやダンス、ぱん食い競争などいろんなプログラムを親子で楽しみました♪ゴールテープの前で立ち止まったり、くぐったり...かわいいハプニングがたっぷりの癒しの運動会でした♡



♪積木：タワーの中に入ろう! (小学生)

子どもたちのアイデアを組み合わせ、子どもたちの『ラプンツェルの塔』のようなタワーが完成しました。達成感で満ちたとってもいい笑顔の子ども達♡最後にみんなでタワーを崩すのも大盛り上がりでした♪



11月のカレンダー

1	金	寄り合いカフェ 野上公民館 14:00~16:00	17	日	
2	土	のがみふれあい食堂 野上公民館 10:00~12:30 子育て交流センター休館日(小学生:焼き芋)	18	月	子育て交流センター休館日
3	日	文化の日	19	火	オレンジカフェ 野上公民館 14:00~15:30
4	月	振替休日	20	水	手話奉仕員養成講座【福】 19:00~21:00
5	火		21	木	わくわく広場【子】 10:30~11:30
6	水	わくわく広場【子】 14:30~16:00 手話奉仕員養成講座【福】 19:00~21:00	22	金	
7	木	ものわすれ相談室 飯田公民館 10:00~11:30 わくわく広場【子】 10:30~11:30	23	土	勤労感謝の日
8	金	寄り合いカフェ 飯田公民館 14:00~15:30 ものわすれ相談室 南山田公民館 10:00~11:30	24	日	
9	土	飯田ふれあい夢食堂 飯田公民館 10:00~12:30 積木で遊ぼう【子】 10:00~11:30	25	月	子育て交流センター休館日
10	日		26	火	
11	月	子育て交流センター休館日	27	水	
12	火		28	木	わくわく広場【子】 10:30~11:30
13	水	無料法律相談【福】 13:30~15:30 手話奉仕員養成講座【福】 19:00~21:00	29	金	
14	木	ベビーニコニコ広場【子】 10:30~11:30 リズムトレーニング【子】	30	土	積木で遊ぼう【子】 10:00~11:30
15	金	寄り合いカフェ 東飯田公民館 10:30~11:30			
16	土	東飯田地域食堂 かたろうへ 東飯田公民館 10:00~12:30 積木で遊ぼう【子】 10:00~11:30			【福】福祉センター 【子】子育て交流センター ★行事や時間・場所は、都合で変更になることがあります。

今月のちょっとひとこと

この夏、高校の同級会が数年ぶりに開催され参加してきました。卒業して約40年、同級生はそれぞれの職場で活躍していて、話を聞きながらこれまで色々なことがあったらと思うていたら、ある歌詞が思い浮かんだ

『そのひとの疲れに「お」を付けて「さま」までつけて「おつかれさまです」と声かけるぼくらの日々 ~ つらいのはわかってる けどわからないよ 誰だってそれぞれ隠した切なさ 本当はいえなくてだから言うのだろう ありがとう大丈夫ですおつかれさまです♪』(おつかれさまの国)

私は職場で「お疲れ様です」とすれ違う時よく口にしていますが、改めてこの言葉が特別な意味だと再発見できたように思いました。

頑張ってる皆さん、同級生のみんな！
お疲れ様です！ (みーこ)

～地域共生社会へまた一歩前進～

住み慣れた自宅、地域で元気に暮らしたいという思いは皆さん共通する願いです。こどもからお年寄りまで、この町に暮らしてよかったと、誰もが思えるような、そんな支え合いの地域づくりに参加する方が、一人またひとりと日々増え続けています！ 各地区の多世代食堂では、これまで参加できなかった方にも足を運んでもらおうと、有志の方々により、誘い合って会場の公民館まで車で送迎する「参加支援」の取組みが始まっています。また毎週金曜日に実施されているふれあいプラザサロンでは、ボランティアの方が付添い、体操の後、買い物に出かける方をサポート。店内移動や小さな字で書かれた商品の説明書きを読んでくれたり、セルフレジの支援も行ってくれています。つながり合い、互いを理解をしあえる共生の地域に向けてまた一歩前進しています。

