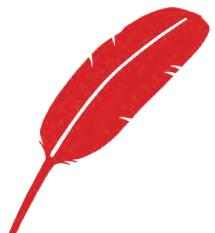


おかげ 社協だより

ふれあいネットワーク

令和7年11月号

No.226



この羽根で
しあわせつながる
助けあい



ありがとう
ございました



2つの校区で「サロン情報交換会」を開催！

地域の居場所を考える

答えはない… でも、ヒントは“身近なところ”にあった！

9月27日に海老津校区コミュニティ、10月11日に吉木校区コミュニティが主催した「ふれあいサロン情報交換会」が行われました。参加者が互いに質問し、活発な意見交換をするなかで、時には同じような悩みを抱えて答えが出ないこともありました。



考えれば考えるほど、悩みは深まるもの…
それなら、お互いに聞いてみよう！

【他の区に聞いてみる】

交流会は、2つの校区どちらも事前にアンケートを実施し、1冊の資料にまとめてスタートしました。資料を見ると、参加した各区がどんな内容で何回ぐらいサロンをしていて、どのような工夫をしているのか一目瞭然。さらに、気になる内容があれば直接質問することができ、話も熱を帯びました。

例えば、毎回同じような内容を繰り返して「マンネリ化が悩み」という区のサロンでも、実は他の区からみたら魅力的で新しい内容に見えるということはよくあります。だからこそ、お互いの情報を交換する場が必要なのです。

すべての悩みや疑問に対しても、その場で明確な答えが見つけられたわけではありませんが、参加者からは「自分の区だけで悩まず、もっと早く聞いてみればよかった」という声が聞かれました。

【参加者に聞いてみる】

ふれあいサロンは、参加者も運営する側も同じ地域に暮らす住民同士。だからこそ、参加者だけではなく運営する側も一緒に楽しめることが長続きの秘訣です。

交流会の中で出された「参加者を飽きさせないため、毎回何か新しいことを考えなければ…と頭を

すると後日、「さつそく聞いてみたら、毎回同じ体操を続けてほしいとか、たまにはお茶を飲んでお話するだけでいいとか、色々な意見が聞けました」と嬉しそうな声で連絡がありました。

参加者・運営側と分けて考えるより、意見を出し合いみんなで創る方が楽しみが広がるはずです。



サロンに「来てほしい人」がなかなか来てくれない…

➡ 運営する側が「サロン対象者」とひとくくりにしていませんか？

【参加者からのヒント】

■私たちも元気なうちは自分で行きたい場所を自分で選んで決めている。サロンも同じで、体操の日は来るけれど、講演には来ないという人もいて、それでもいいと思います。

■私たちは、つい自分の気持ちで「来てほしい人が来ない」と思いがち。でもその人が「サロンに行きたい」と思っているとは限りません。だからこそ、サロンと見守りや声かけのつながりが大切だと思います。



参加者によって体力差が…みんなでレクリエーションを楽しめる工夫が知りたい！

➡ 「体力がある人」の方にばかり、合わせていませんか？

【社協からのヒント～こんな事例がありました～】

- ①ある区のサロン、その日のメインは個人戦の“わなげ”でした。Aさんは、立った姿勢で投げることが難しく、別の参加者が「それならイスに座って投げたらしいよ」と提案。座って参加したのですが…
- ②2巡目に入ろうとした時、Aさんが「私だけイスを準備してもらうのは申し訳ないし2回目はしない」と一言。本当は、参加したそうな様子…
- ③そこで社協から提案。「2回目は、全員がイスに座ってしてみよう！」やってみると、意外と難しい…でも、みんな新ルールを楽しんでいる！
- ④結果はなんとAさんの優勝！次回は、初めから全員がイスに座ってすることになりました。

答えがないからこそ、みんなで考える
参加者のこんな感想がありました。
「自分だけじゃなくて、みんな悩んでいると思うと少しほっとしました」

まずは、いちばん身近な「参加者」に聞いてみる。そして、自分の地域だけでなく、隣の区や参考になる取り組みをしている区と、互いの情報を交換する。

その流れは、今回のように校区に広がり、毎年社会福祉協議会が行っている町全体での「ふれあいサロン交流会」へとつながっていく。

サロンに限らず、どんなことで

あつても自分の暮らす区の中だけで完結するのは、難しい時代なんかかもしれません。だからこそ、今回実施していない校区でもぜひ、交流会を開催してみませんか。ヒントは意外と近くにありますよ！

できるなら回数を増やしたい！でも、負担が増えるのはちょっと…

➡ 内容を決めず、集まってお茶を飲みおしゃべりするのもオススメです！

➡ 隣のサロンを見学してみよう！



【参加者からのヒント】

■参加者に「何がしたい？」と聞いてみると、意外にも「変わったことをしなくても、みんなで一緒にお茶を飲んで話ができるだけで十分」の一言。

それなら内容を考える負担もなく、回数を増やすことができました。

■「地域の居場所応援事業所リスト」を活用して、事業所の方に来てもらいました。内容をおまかせでき、プロの話や体操が喜ばれました！

■今回参加して「お互いのサロンを見学してみよう」と約束しました。どんな雰囲気なのか、今から楽しみです。



答えがないからこそ、みんなで考える

ボランティア講座

傾聴ボランティアをはじめてみませんか？

- ・定員は先着30名
- ・申込みは
12月3日(水)から

話すことは「心の栄養」、聴くことは「心の支え」

人と話すことが好きな方や誰かの心に寄り添いたい方などを対象に、傾聴スキルを身につけることができる講座を開催します。全3回の講座を通じて、実践的な講義やグループワークを行い、「聴くこと」の大切さや「聴き方」の技術を学ぶことができます。

心に寄り添う 傾聴講座

- 1月15日(木)
傾聴ってなんだろう
- 1月22日(木)
聞くことと聴くこと
- 1月29日(木)
良い聴き手になるには

各回 10:00～12:00
場所 いこいの里団体研修室

【備考】

- 定員は30名です。
- 希望者多数の場合は、全ての講座に参加できる方を優先します。

【申込み・問い合わせ】

詳細は社会福祉協議会ホームページへ
〆切：1月10日(土)
※定員になり次第締切

☎283-2940 (担当：石田)

傾聴とは、相手の言葉だけではなく、その奥にある気持ちや思いを受け止めようとする「心で聴く姿勢」です。ただ話を聞くのではなく、「この人に話してよかったです」と思えるような関わり方を大切にします。

高齢化や孤立が進むいま、誰かに話を聞いてもらうことが「心の支え」につながります。傾聴ボランティアは、こうした地域の中で、静かに寄り添う活動です。難しい知識や技術は必要ありません。必要なのは「話を聞いてみよう」という気持ちです。この講座は全3回で、傾聴の基本姿勢から実践的な聴き方、活動で大切にしたいことなどを講師と一緒に体験を通して学びます。傾聴スキルを身につけて、地域でその力を発揮してみませんか？



話を「聞く」から、思いを『聴く』へ
言葉の向こうにある気持ちを聴いてみよう



社会福祉法人 日本傷痍者更生会

高齢者部門

- 特別養護老人ホーム
- ショートステイ
- 居宅介護支援事業所
- デイサービスセンター
- 介護老人保健施設
- 通所リハビリテーション
- 訪問リハビリテーション
- グループホーム

恵の家

- いこいの里
- 更生会
- にじの郷

ショートステイ

- 小規模多機能型
- 居宅介護事業所
- サービス付き
- 高齢者向け住宅
- デイサービス
- ヘルパー事業所

ふれ愛

- ゆい
- クレア

子ども部門

- 児童養護施設
- 小規模保育所
- 児童発達支援センター

報恩母の家

- ひよこ保育園
- ぐすのき

放課後等デイサービス

- 里親支援センター

学童ふれ愛

- リンク

障がい者部門

- 障がい者支援施設
- 就労継続支援B型

希望舎

- 相談支援事業



高齢者・障がい者・児童のことなら何でもご相談ください♪

終活セミナー

自分らしいフィナーレを迎えるために



定員は先着
30名程度

家族や大切な人への想いをカタチにする

人はどんな時期に、どんなきっかけで人生のフィナーレを考えるのでしょうか。子どもの独立、定年退職、また親や配偶者の死、さらには自分の健康に不安が生じたときなど様々だと思います。地域や家族のあり方が変化するなか、自分らしいフィナーレを自分自身で決めたいと思う方が増えています。そんなことを考えている方にピッタリの講座です。

1 スマホ・パソコン大丈夫?
初めてのデジタル終活
1月28日(水) 13:30~15:30
いこいの里 団体研修室

2 “争族”にならないために…
相続準備と遺言書の書き方
2月11日(水・祝)
13:30~15:30
いこいの里 団体研修室

3 捨てるだけが、終活じゃない!
思い出とモノの整理術
2月18日(水) 13:30~15:30
いこいの里 団体研修室

【備考】

- ①1講座のみでも受講できます。
- ②終了後に無料相談会を実施します。

【申込み・問い合わせ】

各回の1週間前までに社会福祉協議会へ
☎283-2940 (担当:江口)

人生には始まりと終わりがあります。突然終わりを迎えることや自分のことを伝えにくくなつた時に困らないように、事前にこれら的人生への想い、大切な人へのメッセージなどを整理する必要があります。今から先どのような人生を送りたいかを思い描き、想いをカタチにするのが終活です。自分の想いを託せる存在がいて初めてこれから的人生が自分らしく充実したものとなります。講座を通して人生の最後の局面をデザインしてはいかがでしょうか。

【講師】

終活パートナー九州
上級終活カウンセラー

眞武 純哉 氏

年間の講演回数は
300件以上!
海外での講演も行い、
受講者は延べ32万人
を超える!



DAIKI 買取専門店 大吉
ビバモール赤間店

安心査定・安心買取
金 プラチナ ダイヤ

経験豊富な査定員在籍中

お気軽に
お問い合わせ
ください

☎0940-72-5755
宗像市田久2丁目1番1号 ビバモール赤間2階

大分県公安委員会 古物商許可 第941180000904号

あなたのそばのシルバーパワー

このような仕事は、お任せください! 豊富な知識と経験を生かせます。

お待ちしています

- 植木の剪定
- 草刈・除草
- 襖・障子の張替え
- 家事手伝いなど



会員募集中!



町内在住で原則60歳
以上の健康で働く
意欲のある方
入会説明会は毎月
第3水曜日を開催しています

あなたのまちのシルバー人材センターにお問い合わせください

公益社団法人 岡垣町シルバー人材センター

〒811-4234 岡垣町大字高倉 598-1

☎093-282-4688

■社協の相談事業 悩んだら、まずは相談

毎日の暮らしの中で何か困ったことや悩み、心配ごとはありませんか。相談はすべて無料で、秘密は必ず守ります。お気軽にご相談ください。

■法律相談 ※予約が必要です。

主な相談内容：相続や境界など日常生活で法律的解決が必要な問題

とき	12月12日(金)、令和8年1月9日(金) 13:30~16:30 (1人30分／先着6名)
ところ	いこいの里
相談員	弁護士

→予約は、相談月の前月から受け付けます。

■総合福祉相談窓口

主な相談内容：生活に関する困りごと、悩みごと

(どこに相談したらよいか分からない内容でもOKです)

とき	12月9日・23日(火)、令和8年1月13日・27日(火) 10:00~12:00
ところ	いこいの里
相談員	社協職員

→電話での相談は、休館日を除き、随時受け付けます。

■社協への寄附

地域福祉のために大切に（10月受付分まで）

香典返し寄附

故人のご冥福を心からお祈り申し上げます。

○西竹紀代子 様(東高陽)
故 西竹 末治 様 86歳

○入江 哲也 様(糠塚)
故 入江 忠幸 様 89歳

○廣渡 壽子 様(海老津)
故 廣渡 嘉之 様 85歳

○清家 真弓 様(福岡市東区)
故 清家 静代 様 94歳

※このページには、社会福祉協議会へご寄附をいただいた人の中で、
了承を得られた人を掲載しています。

一般寄附

○NPO
市民のための睡眠障害を考える会 様



おもちゃ図書館【12月・令和8年1月の開館スケジュール】

12月4日(木)、11日(木)、13日(土)、18日(木)

令和8年1月8日(木)、10日(土)、15日(木)、22日(木)

★木曜日の開館時間は10:00~15:00、土曜日は13:00~16:00

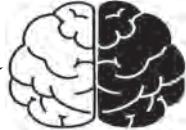
★12月4日・18日と1月15日は一般開放日（3歳児まで）

★発熱やカゼの症状がある場合は、利用を控えてください。

★予約制ではありませんが、利用状況に応じて、しばらくお待ちいただく場合があります。

みんな、ぜひ
遊びにきてね！





脳トレクイズ

～社協からの挑戦状～

vol.48

今号のプレゼントは「いこいの里ペア入浴券」

いつまでも若々しくいるための「脳トレ」として。
子どもも大人も、一緒に楽しくクイズとして。
社協だよりの感想を添えて答えを応募すると、
正解者の中から抽選で5名にプレゼントを贈ります！

■ 問題 ■ 右と左の間違いを7つ見つけてください。



■ 応募方法 ■ 次の①～⑥すべてを記入して応募してください。

①クイズの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥11月号の感想

■応募は1人1通まで ■締切は12月26日(金)消印有効

■結果は発送をもってかえさせていただきます。

前号の答え

- ①だんぱーる ②けつえきがた
- ③えんか

ぼきん
(募金)

正解していましたか？

■宛先はコチラ ■

<郵 送> 〒811-4234 岡垣町大字高倉598-1
岡垣町社協「社協だより11月号係」

<メール> アドレス: info@okagaki-syakyo.jp
件名:「社協だより11月号係」



9月中に届いた声を掲載します！

♪赤い羽根募金の詳しい仕組み、改めて理解しました。一人一人の小さな気持ちが、塵も積もればで凄い金額になるんですね！使われ方も良く解りました。募金箱見つけたら、募金したいと思います。
(70代/女性)

♪前年度の募金額が500万近くあることにびっくりしました。こどもたちの福祉に使われていることを知り、わたしも募金してみようと思いました。
(20代/女性)

♪今年も赤い羽根共同募金の季節が巡ってきました。募金を集める皆さんに感謝です。募金の使いみちも良くわかりました。

また、ボランティアセンターの活動を知らなかったので、勉強になりました。
(60代/女性)

♪毎回、楽しませていただいています。様々な分野でのイベントも楽しみです。
(70代/男性)

♪赤い羽根共同募金のしくみが判り易く説明されました。特に『返ってくる』の割合が、思っていたよりも多いことを知り、これからも協力を続けようと思いました。
(70代/男性)

ボランティアセンター
からのおしらせ

ボランティアセンターだより
11月号のトピックス

- ～ボランティア大活躍～ まつり岡垣
- ボランティア交流会「バスハイク」
- 使用済み切手の回収について
- 社協まつり 報告 他

詳細はこちら→





編集こぼれ話

今年の夏は異常な暑さが続いた
だけでなく、残暑が長引きました
このままあつという間に秋が
終わり、誰かの歌ではないですが
冬が始まるよ♪の様相です。
みなさんは秋といえば何をイメー
ジしますか？食欲の秋、読書の秋、
芸術の秋などいろいろあります
私のイメージは実りの秋です。

感謝状

社会福祉事業特別功労者 … 6名
老山千鶴子 上蘭 幸子 田嶋智加子
薄 秀和 中尾 弘志 岩野 祥子



感謝状

社会福祉事業協力者 … 9名・1団体
石田 友子 橋内 政則 月侯 洋子 元谷 幸子 花田 和美
鱸 平八郎 松岡 勲 川崎 圭三 神村 幸彦
トモミタス株式会社

寄附を行った個人または団体 … 2名・1団体

守谷 節子 坂口 節子
岡垣チャリティゴルフ大会実行委員会

(順不同・敬称略)

いこいの里 年末年始の休館日

12月29日(月)～令和8年1月5日(月)

- ・社会福祉協議会
- ・ふれあい館入浴施設
- ・おもちゃ図書館
- ・こども未来館
- ・シルバー人材センター [12月27日(土)～令和8年1月4日(日)]

来年もよろしく
お願いします

令和8年1月1日(木)・2日(金)

- ・いこいの里デイサービスセンター



ご協力ありがとうございました