

ふれあい 支えあう すこやかなまち 住みよい高須

たかす社協だより

第24号(秋・冬編)
令和8年1月15日発行
高須地区社会福祉協議会
発行責任者 香月 英彦

たかす社協40周年 「ひとにやさしいまち・つながりづくり進化」の年へ!



新年あけましておめでとうございます。

皆様希望あふれる新春を迎えられたことと存じます。

1986年(昭和61年)に誕生した高須地区社会福祉協議会は、おかげさまで本年2026年(令和8年)に40周年を迎えます。

高須地区の皆様始め先輩諸氏が築き上げた「高須の歴史」を大切に、更に進化した新しい「福祉のまちづくり」を進めたいと存じます。「高須のまち」のひとりひとりがお互いに支えあう「やさしいまち」にするために、より一層の皆様との「つながりづくり」を深めていきます。少子超高齢時代を「幸せに感じて住める地域」にするために努力を重ねたいと考えます。 本年もよろしくご支援ご協力お願い申し上げます。 高須地区社会福祉協議会 会長 香月英彦



高須40th記念 第24回たかす年長者のおまつり盛況!(祝40周年記念祭)

令和7年10月5日(日)10:00~12:45、高須小体育館で第24回たかす年長者のおまつりを開催しました。250名の参加者で賑わいました。特別企画や各地域のサロン活動などの成果が披露されました。今年のテーマ「たかすの絆を繋ぐ」



24回を振り返り映像紹介



オープニングたかす太鼓



日舞 朋の会



琴と尺八 北九州三曲会
祝曲 北海民謡調

伝統を学ぶこともグループで童謡



東オカリナのフェリーチェ
おなじみの「シバの女王」ほか



クラブ
フラ・ハーラウ・ブア・アアロ
真夏の果実ほか



南よさこいの「BBC」

ふるさと若松、無法松の一生
わっしょい百万夏まつりなど
にも出演。夢きずなとともに
施設訪問交流は多数回



西サロン 福祉協力員が特訓披露!
タキオのソーラン節



令和7年秋の全国マーチングコンクール
金賞受賞! 高須中吹奏楽部



南サロン ハーモニー夢きずな
長崎の鐘ほか結成12年施設訪問交流は200回

第10回 認知症にやさしいまちに (人生100年時代の健康・フレイル対策) たかす認知症理解のための集い

令和7年度第10回たかす認知症理解のための集い(認知症行方不明者搜索模擬訓練の一環)
高須地区社会福祉協議会主催で11月1日(土)13時30分~15時30分高須市民センター講堂で
行われ、参加者69名が東西南北に分かれて熱心に真剣に取り組みました。

第1回2015年からコロナ期も続けて開催し10回目の節目を迎えて認知症ははじめがんや難病、
生活習慣病のかたも含め地域全体で「予防と介護」を改めて見直す事業にしていきたい。(香月会長)

テーマ・内容: 「お互いが支え合い共に生きる」

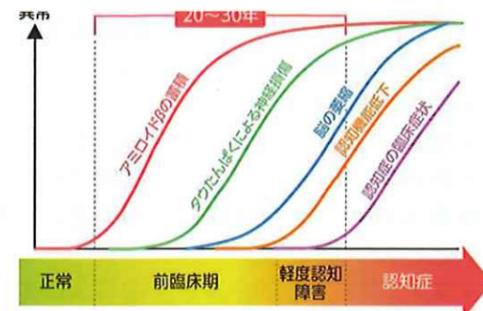
はじめに 認知症のかたの活躍の時代

認知症の人も家にとりこもらず仕事やボランティアで活躍する時代。今回は、認知症を乗り越えた沼田夫妻を招いて講演会を開催。今回はNHK報道で紹介され元気に日常活動を続ける人の紹介。(高須市民センター藤岡館長)

第一部: 認知症の進行と地域の現況

末吉脳神経外科医院 末吉信之院長

- 1) 全国の行方不明者82,563名のうち18,121名が認知症患者(うち死亡で発見491名)
- 2) 仕組みの変化(アミロイドβ、タウタンパクの蓄積)で発症が現在の定説。新薬レケンピ投与でMCI軽減・副作用や高額が課題
- 3) 予防の手だて 生涯を通じての予防
(生活習慣病予防・ランセット学説参照) ストレッチの励行



第二部「誰もが自分らしく暮らせる社会」北九市立大教授 坂本毅啓先生メッセージ

特別な資格がなくても、誰もが支え手になれます。「気づき」や「つながり」が、地域の安心につながります。できることから始める支援、それが地域福祉の原点だと思います。

高須地域の中には、すでに素晴らしい取り組みがたくさんあります。認知症カフェ、ふれあいサロン、買い物支援など、皆さんの活動が、まさに「誰もが自分らしく暮らせる社会」を形作ります。こうした活動を続けていくためには、世代を超えた交流や、地域の中での学び合いも大切です。福祉教育や認知症サポーターの養成など、地域福祉協議会の役割もますます重要になってきます。

「誰もが自分らしく暮らせる社会」は、行政や専門職だけでなく、地域の皆さんと一緒に作るものです。[今日からできる]を、一緒に考えていきましょう。

第三部: 今年度(2025)のまとめ 高須のまちでできていること

高須小5年生、高須中2年生の声かけ訓練: 多世代がそれぞれ学び、まちの知力を上げていく!

目標: 高須に暮らす認知症本人が「皆さんに私の話を聴いてほしい」と気兼ねなく挙手できる環境づくり

(総括)~認知症の方への対応と最新情報~ (地域活動支援活動コーディネーター中村真理子氏)

- 北九州市の小学生の数と認知症の人の数は、同じくらい 約43,000人
- 認知症になる原因のトップは歳をとること
- 「また、にしない。まだ、にしない」(医療現場と家族の合言葉)
- 高須のまちの今とこれから早期診断が「早期絶望」にならないために
 - ◎ピアサポート活動・たかす・ふれあいカフェなど同じ悩みを抱えた人が相談相手、話し相手になる
 - ◎「認知症カフェ」等の居場所高須地区の5サロン、3カフェへの参加
 - ◎同居家族がいる場合、家庭が居心地のいい場所になっているか?
- ・認知症行方不明者等 SOS ネットワークシステム・認知症高齢者等位置探索サービス GPS の利用
- ・北九州市見守りシールの利用

※各講師の皆様的確なアドバイスは、生活習慣病やガン、パーキンソン病など難病への指針でもあります。

「高須地域は大きな家族」の精神で「お互いが共に支えあう地域」にしましょう。 報告香月

お知らせ 令和8年2月27日(金)13時30~高須中2年生「認知症学習交流会」開催 参加者募集



たかす・ふれあいカフェ

高須地域生活支援相談員 山本直子

ご自宅で、病気や認知症などで介護されている皆様が気軽にお茶をしながら、日々の困りごとや苦勞など話し合っただけで気持ちよく過ごすため「ふれあいカフェ」を3ヶ月ごとに開催しています。第17回目を11月25日(火)13時から高須市民センターで開催しました。今回は3名の方が参加されました。2年前から参加され、お互い顔見知りになっているので、お話が弾み1時間の予定が2時間話し込んでいました。帰りには、「今からセンターのクラブに行きます」と元気よく、上手に休息を取っていることに少し安堵しました。

話の中で

- 昔から書類などすべて書いていたので、今もお願いしてる。
- 着替えは自分です。
- 毎朝、ラジオ体操に行っている。
- 前みたいには出来ないが料理は作っている。
- ★本人のペースを尊重し、出来ることを任せてゆっくり見守ることが大切です。
- 人と話すことが好きで、知り合いのお宅に行きたがる。迷惑をかけるので、行くのをやめさせている。
- ★家族の認知症を恥ずかしいと思わず、病気ととらえ、周りの方に知ってもらい、周囲に頼れる人をつくりましょう。



- ・自分らしさとは、選択、尊厳、役割を持って生きること。
 - ・認知症や病気があっても出来ることに目を向ける視点が必要。
- (北九州市立大学坂本毅治教授からのメッセージ)

介護している方の不安

- ・これ以上悪くならないように願っている。
- ・自分がどうかなったらと思うと不安。

不安や心配ごとなどありましたら、いつでも高須地域生活相談室にお越しください。お待ちしております。

[地域生活支援相談室]
地域の相談窓口として

皆様をお待ちしております。

[相談員]山本直子・佐藤郁子
[電話]080-8353-1673

[相談日時]月・水・木・金 12:30~16:30
上記以外の日時では、
高須地区社会福祉協議会 会長 香月英彦まで
☎090-8838-9314

~サロンでいきいきと~

4サロンで開催

長崎被爆体験記の朗読会

戦後80年風化させない記憶

1945年8月9日、長崎原爆の「母の被爆手記」を高須北宮本栄子さんが朗読。長崎の原爆投下で被爆した母の手記が東西南北の4サロンで披露され、「核兵器の悲惨さ」と「戦争の無残さ」を改めて振り返る機会になりました。



【感想】苦しい体験を聞き、戦争を二度と起こしてはいけないと痛感しました

4サロンで開催 「高須の歴史探訪」を紙芝居で

高須の歴史を紙芝居で後世に伝えたいと、高須まちづくり協議会が主催し、有志30名が8ヶ月かけて作成した「歴史探訪」8作品(みろく山;戸明神社、太閤水、川ひらた、慈眼寺、笠地藏、安在所、見返りの松)を皆さんにお披露目しました。東西南北のサロンでそれぞれ、高須全体の紙芝居をしながら、時折、場所の説明を加えながらお話しして頂きました。皆さん知らなかったことや関心を持ったことなど、それぞれ楽しそうにお話しをされていました。



メンズサロン「ふらーっと」に参加を!

高須地区社協 副会長 山口 保浩

メンズサロン「ふらーっと」は高齢男性が気軽に出かけ楽しむ居場所として2016年4月に開設。以後、コロナ感染拡大時に一時中断したが、高須西の福祉協力員の気遣いあるお世話で集まりが続いている。

現在は月に1度(第4木曜日)に高須西一丁目「年長者いこいの家」に10人前後の方が集まり、コーヒー、時には少しの酒と弁当を飲食しながら、誰かが話し始めた話題(社会の出来事、自身の生活、地域活動、病気や健康、政治、経済、スポーツ等々)を発展させ、2時間楽しく談笑している。これまで挨拶も話もしたことがない近所の方と知り合う場でもある。これから高齢男性一人世帯がさらに増えます。サロンが「楽しい憩いのたまり場」になるといいなあーと思います。最後に、お世話になっている福祉協力員の方々に申し上げます。



日頃の生活でお困りごとはありませんか

「たかすちょこっと応援タイ」がお手伝いします



「たかすちょこっと応援タイ」は一人暮らし高齢者や高齢者夫婦のみの世帯障害・病気で困っている方を対象に支援するために有償で行う地域住民の助け合い活動です。

この活動は、日常生活の困りごとをお手伝いすると共に、お困りの方々とつながりづくり、及びボランティア活動を希望する方の活動の提供としても大変役立っています。

お困りではありませんか?



一最近のご相談事一

【独居暮らしが増えたこと】

- ・病気や手術で家を空けた方が増えた
- ・ゴミ出し支援が増加
- ・2階からの家具の移動
- ・庭木が繁茂して、伐採や庭の草取り
- ・病院の送迎や買い物支援

【認知症の方が増えたこと】

- ・家族からの相談、ご近所や市民センターからの情報提供
- ・介護申請の仕方が分からない
- ・介護施設を紹介してほしい
- ・夫をデイサービスに行かせたい

チケット制

- ・作業は有償チケット制で実施しています。
- 「例」ゴミ回収場所へのゴミ出し 100円/10分程度

※抱える問題を誰かに相談したくても、どこに言えばいいのか分からない方もいると思います。一人で抱え込まないで、気軽に相談して下さい。

困っている人に手をさしのべたい

災害ボランティア活動に参加して

高須地区社協 福祉協力員 後藤 順二

ちょこっと応援タイ、福祉協力員として活動する中で、本当に困っている人に手を差し伸べているのかとの思いもあり、北九州市社会福祉協議会主催の研修会「災害ボランティア養成講座」に、さっそく応募しました。講習終了後、すぐに災害ボランティアセンターにも登録。現在、登録者数は440名。

登録直後、8月9日の豪雨により若松区でも大きな災害が発生、災害ボランティアの要請がありました。活動期間は、8月23日~11月2日まで延べ8回(若松区3か所・八幡西区的場池1か所)。活動内容は、家屋に流入した土砂をスコップでかき出し、土のうに詰めて運び出す作業。家財道具の整理。泥に埋まったエアコン室外機などの片づけ。泥がたまっている床の拭き上げ清掃等々。8月の炎天下、熱中症や体調不良を起こさないように、みんなで声を掛け合い、水分・塩分補給、休息をとりながら作業を進め、本当に毎日が達成感のある生活でした。今回の参加者は延べ289名になりました。この活動はコミュニケーション能力を上げ、相手の立場に立って物事を考えられる人になりたい、チームワークを大切に、多様な人々との関わりを楽しめる柔軟性や活動を通じて成長したいという気持ちから開始しました。これからも、少しでも人の役に立つ人になるため、健康で明るく過ごしていきたい。



2025夏休みたかす元気っラジオ体操会 三世代交流(7/22-8/8)開催

夏休み恒例のたかす元気っラジオ体操会(社協・育成協主催)が、6広場で7/22スタート。夏休みにはいった児童と家族そして一時開催のシニアの3世代がラジオ体操やひまわり太極拳で交流しました。8/8までの14日間述べ児童791名が参加。三世代合わせると1,800名強が集いました。又フェスタ(まち協主催)を高須小学校グラウンドで8/9午前7時~開催。



たかすの健康習慣づくり!

毎朝(土・日休み)東西南北の公園で午前7時からラジオ体操会開催しています。ご参加をお願いします。