



テーマは『福祉』、お題は①笑顔 ②家族 ③元気 提出は社協役員迄。×切令和6年11月30日迄。

## ニュース1 生活不活発に気をつけて！

外出が億劫で、自宅で過ごされている方も多いかと思えます。**動かないこと=生活不活発**により、気づかないうちに筋肉や心身機能が低下し、**フレイル(虚弱)**になりやすい状態となっています。体力や免疫力が低下し、体調を崩しやすくなりますので、自宅でもアクティブに過ごし、意識的にフレイルを予防しましょう。

### ★フレイルの進行を予防するために★

- ・こまめに動き、運動時間を増やしましょう。じっと座っている時間を減らそう。
- ・バランスのよい食事と十分な睡眠を。食事を楽しみましょう。
- ・歯磨き、お口の体操を。楽しくおしゃべり、いきいき生活！
- ・人との交流を続けましょう。「お互いさま」の気持ちも大切です。



## ニュース2 「新紙幣」に便乗した詐欺にご注意！

7月3日から新紙幣が発行されていますが… 旧紙幣 は、引き続き使えます！！

### ◇例えば、こんな電話が…

「新紙幣に切り替わると、お手元の旧紙幣は使えなくなりますので、今から担当の者が交換に伺います。」  
「新紙幣が全国のATMで使えるか、調査していますので、ご協力いただけませんか。」 などなど



**警告**

### ★被害にあわないために…

**旧紙幣が使えなくなることはありません！**

**「旧紙幣を交換する」「新紙幣を預かる」などの話は、詐欺を疑ってください！**

**小倉南警察署093-923-0110へ相談を！**

## 令和6年度 四役 及び 福祉協力員部会 紹介

(敬称略・順不同)

会 長	川嶋 豊一 (春吉)	部 長	三井 勇策 (加用)
副会長	尾上 美絵 (高津尾)	副部長	平城 昭 (高津尾)
書 記	三井 勇策 (加用)	副部長	矢野 豊貴 (山本)
会 計	田中 孝治 (山本)	副部長	船田 一実 (春吉)
山 本	企救岳 珠里 山西 恵美子 増田 佳代子 日吉 さとみ 菊竹 美夜	高津尾	江川 道代 高木 八重子 石井 幸枝 四元 みず江 石原 文子 平城 昭 宮崎 みつ子 塚野 係子 白石 悦子 平城 洋子
春 吉	長岡 美知代 尾上 美鈴 奥田 理恵子	加 用	三谷 雄三 樫本 忠 南立 志穂 村上 香澄 宮崎 よしえ 三井 勇策
	松岡 さとみ		

## 社協では、「ふれあいネットワーク活動」に取り組んでいます！

～ご近所による ①見守り ②助け合い ③話し合い のしくみ～



- ①見守りのしくみ  
…福祉協力員
- ②助け合いのしくみ  
…ニーズ対応チーム
- ③話し合いのしくみ  
…連絡調整会議

誰もが住みなれた地域の中で安心して暮らせるよう、地域の中で支援を必要としている人たちを見守り、支え合うために、市内全ての154校（地）区社会福祉協議会が基本事業として、3つのしくみ（①見守り ②助け合い ③話し合い）をつくり、取り組んでいるボランティア活動です。

高齢者、障害のある人、子育て中の世帯・・・  
ご近所で少し心配な人を見守り、支えています。



## 令和6年度「すがおウエルクラブ」がスタート！

～ウエルクラブとは、次世代地域福祉活動者育成事業です～

全学年に「プチボザウルス」  
Tシャツを贈呈



「すがおウエルクラブ」は、7月19日（金）終業式の終了後、すがお小学校で発足式を行い、令和6年度の活動をスタートさせました。

子供たちは社協活動のマスコット「プチボザウルス」のTシャツを着て活動します。

「プチボザウルス」は、“ちっちゃなボランティア活動”を応援する“恐竜”から名前がつけました。

## 令和6年度 活動計画

～山本社協の定例事業～

- ①次世代地域福祉活動者育成事業  
（すがおウエルクラブ活動）
- ②敬老行事の開催、記念品の配布
- ③校区 ふれあい体育祭  
（体育委員会主催、山本地区社協・道原地域社協共催）
- ④ふれあいもちつき大会  
（すがお小PTA共催）
- ⑤ウエルクラブふれあい行事  
（ふれあいボウリング大会）
- ⑥町内別ふれあい行事
- ⑦会議・研修会等

