

ひびきの地区社会福祉協議会だより

令和8年3月

「ひびきの地区社会福祉協議会」は、地区住民が主体となって地域福祉活動に参加し、地域の中で助け合っていく住民組織です。市内には、社会福祉法人「北九州市社会福祉協議会」と各区の社会福祉協議会、そして小学校区・地区毎に155の社会福祉協議会が設置され、地域の特色に応じた福祉活動に取り組んでいます。155番目に設置されたのが「ひびきの地区社会福祉協議会」です。

こんな活動を行っています

「みんなが安心して暮らせる支え合いのまちづくり」の実現に向け、「ふれあいネットワーク活動」や「健康づくり活動（サロン活動）」、「地域交流活動」などの事業に取り組んでいます。

・「ふれあいネットワーク活動」—福祉協力員（組長、社協・自治会役員等）、民生委員等が協力して、一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯等を対象に見守り活動を行います。

・「健康づくり活動（いきいきサロン）」—高齢者の皆さんの健康づくりを目的に、ひびきの市民センターや小敷の公民館で健康体操、介護予防講話やレクリエーションなどの活動を行っています。いきいきサロンでは、きたきゅう体操・プチボ体操や脳トレクイズ等を中心に実施し、参加者の皆さんは、真剣さの中にも笑顔が溢れてました。認知症予防には運動習慣、バランスの良い食事や人との交流、外出等が効果的と言われています。高齢者の皆さん、健康づくりに仲間づくりに参加してみませんか。心も体もリフレッシュ、



初めの方でも大歓迎です！

・「地域交流事業」—まちづくり協議会主催のひびきの秋祭りの催しへの支援を行いました。また、市民センターの高齢者向けの講座「いき生きライフ」の輪投げ競技大会やニュースポーツ・パタンク等協同で開催しました。

一緒に活動しませんか

ひびきの地区は、高齢化率が5%台と若い世帯が大変多い地区です。しかしながら、戸建ての多い住宅地は時間の経過とともに、急激に高齢化が進みます。今のうちでできることから取り組むことが大切ですが、現在、お世話をしている役員の高齢化、欠員等により活動が限定的になっています。

地域福祉活動に関心がある方、ぜひお力をお貸しください。活動を通じて自分自身の健康づくりに役立てることもできます。少し時間に余裕があり、パソコンの基本操作のできる方、役員として一緒に楽しく活動してみませんか。



—ひびきの地区社会福祉協議会—

問合せ先：ひびきの市民センター TEL093-701-5161