

民生委員児童委員協議会 部会活動報告

苓北町民生委員児童委員協議会では、高齢者福祉・障がい者福祉に関する知識の習得や、児童福祉の増進ならびに児童の健全育成の啓発と向上に寄与することを目的として、「児童・母子部会」「生活福祉障がい者部会」「高齢者部会」の3部会において部会活動を実施しました。主な内容は次のとおりです。

▶児童・母子部会の活動

- ▷期日 7月11日㊤・16日㊤
- ▷内容 苓北町内の各学校・保育園訪問
(学校・園内見学、概要説明、意見交換)

▶生活福祉・障がい者部会の活動

- ▷期日 7月8日㊤
- ▷内容 社会福祉法人 慈永会 はまゆう療育園訪問
(施設内の見学、施設の概要説明、意見交換)

▶高齢者部会の活動

- ▷期日 7月6日㊤
- ▷内容 認知症カフェ「くれよんカフェ」の見学
(くれよんカフェ体験、概要説明)

【民生委員の皆さんから聞かれた声】

日頃、なかなか行くことのない場所などを視察でき、大変参考になりました。今回の部会活動での学びをこれからの民生委員活動に活かしたいと思います。



はまゆう療育園で施設の概要説明を受ける民生委員ら（生活福祉・障がい者部会）

第2回苓北町福祉レクリエーション大会を開催しました

6月14日㊤、苓北町体育センターで「第2回苓北町福祉レクリエーション大会」を開催し、約180人が来場しました。当日は、開会式を行った後、早速メインイベントである「輪投げ大会」を実施。総勢98人が出場し、個人戦（子どもの部、大人の部）と団体戦を行いました。参加者は、優勝目指して奮闘し、個人戦でも団体戦でも熱戦が繰り広げられました。（主な成績は、下記のとおりです。）

また、輪投げ大会の後には、苓北中学校の吹奏楽部の皆さんによる演奏の披露も行われ、中学生の美しい演奏に、会場全体が聞き入っていました。

他にも、いくつかのブースを設け、輪投げ体験や、脳トレパズル体験、体力測定の体験ができる健康測定ブース、ボールプールやお昼寝アートができる子育てブースなど、幅広い年代の皆さんにレクリエーション大会を楽しんでいただきました。ご来場いただきました皆さん、ありがとうございました。

輪投げ大会の主な結果

	(大人)	(子ども)
個人の部	優勝 金子 強さん	優勝 徳毛悠人さん
	準優勝 金子幸子さん	準優勝 小野香純さん
	3位 金子富義さん	3位 迫田 優さん
団体戦	優勝 千鳥会チーム	
	準優勝 ひまわりの家チーム	
	3位 民生委員チーム/ちゃあのみ会チーム	



高得点を目指し、輪投げに奮闘する参加者



苓北中学校吹奏楽部の演奏で会場は大盛り上がり！

こんにちは！

苓北町地域包括支援センターです！

7月16日㊤、富歩塾で歩き方講座を開催しました！

富歩塾では毎年歩き方講座を開催しています。

今回も天草中央総合病院の理学療法士、隈部賢斗さんを講師にお招きし、「《夏場のウォーキングで気を付けること》《ウォーキングシューズの選び方のポイント》《歩く姿勢》《歩く速さの目安》」などについて、お話しいただきました。

「ウォーキングがいいことはわかっているけど、なかなか続かない…」という人は、今の生活にプラス10分の活動を増やすといいそうです。

(例) 少しの時間立ってテレビを見る。買い物の時や家の中であえて遠回りしてみるなど。

※専門職による講話を希望される団体は、苓北町地域包括支援センターへご相談ください。



歩く姿勢や速さを意識して実際に歩き方を学ぶ参加者

各公民館で介護教室を始めました！



田尻さんのレクチャーを受けながら運動をする参加者

これまで、苓北町保健センターで開催していた介護教室を、本年度からは各公民館で開催しています。

第1回目は、6月24日㊤に志岐集会所にて、天草慈恵病院、健康運動指導士の田尻華菜さんを講師にお招きし、「転倒予防・防止対策」をテーマに「転倒しやすい状況や筋肉のしくみ」や「鍛え方」などさまざまな視点から、予防の仕方や必要な対策について、詳しく説明を受けました。

今後の予定

▶8月20日㊤	13:30～	坂瀬川公民館	「尿漏れ・失禁予防体操&講座」
▶11月20日㊤	9:00～	都呂々公民館	「簡単・栄養バランス術」
▶令和8年2月下旬頃	10:00～	富岡公民館	「尿漏れ・失禁予防体操&講座」

※お住まいの地区関係なく、どこでも参加できます。

詳しくは、苓北町地域包括支援センターまでお気軽にお尋ねください。

問い合わせ先

苓北町地域包括支援センター（苓北町保健センター内）/ ☎35-1289（平日 8:30～17:15）