

健康長寿のまちづくり

高齢者の社会参加活動の必要性

一人暮らしの高齢者が増え続ける中、高齢者の孤立や孤独を防ぐためにも、社会参加活動など「人と人とが関わり合う機会」が必要とされています。

さらに、社会参加活動を通じて心の豊かさや生きがいが増えるため、自身の健康につながるといわれています。そのようなことから、社会参加活動をする高齢者が増えています。



社会活動参加をすることで、どのようなメリットがあるのでしょうか。

社会活動に参加した人のうち最も多かった回答が、「新しい友人ができた」でした。次に「地域で安心して生活するためのつながりができた」というもので、半数以上の参加者が活動を通じて「人とのつながり」がいかに重要であるかを実感しています。

特に高齢者の一人暮らしや高齢者夫婦のみの世帯にとって、人や地域とのつながりが大切であることがわかります。

また、「充実感が得られた」や「健康維持や身だしなみにより留意するようになった」という回答も3割を超えており、心身ともに前向きな変化もみられました。

逆に「生活に与えている効用はない」と答えた人は1割以下でした。

●高齢者のうつやもの忘れ、認知症に関する相談先  
上毛町地域包括支援センター(げんきの杜内) TEL 84-7322(内線431)

このように、多くの人が社会参加活動によって良い変化を感じていますが、「60代前からやっておけばよかったと思うことはあるか?」という質問に対しては「特にない」という回答が最も多い結果となっています。

これは、高齢になってからでも体力や知識をつけること、仲間を作ることなどができるためだと思われます。

ボランティア活動や趣味の活動などに参加することで、多くの方との交流を楽しんでみませんか?



12月の買い物バスツアー 参加者募集

(高齢者等買い物バスツアーモデル事業)

～自宅の近くから商業施設まで送迎します～

- 対象者 概ね65歳以上の買い物を楽しみたい方(付添の方も参加できます)  
※介助を必要とせずに買い物ができる方が対象です。
- 参加費 無料 ※送迎バス以外の費用は各自でご負担ください。
- 申し込み 電話で、氏名・住所・電話番号をお知らせください。  
申込締切後、申し込みのあった方に、当日の迎えの時間を連絡します。



◎開催日及び目的地 12月16日(月) 道の駅しんよしとみ(大ノ瀬)・ゆめマート(豊前市大字岸井)

※申し込み締切:12月11日(水)

◎開催日及び目的地 12月24日(火) フレスポくぼてんタウン(豊前市大字今市)

※申し込み締切:12月19日(木)

◎開催日の流れ お迎え 9:00～ 買い物 10:30～11:30 送り 11:30～

●申し込み・問い合わせ先 長寿福祉課 福祉医療係 TEL 72-3188(内線167)

助け合い・支え合い・生き生きと暮らせる話し合いに参加してみませんか(参加者募集)

(生活支援体制整備事業)

年齢を重ねても、健康で自分らしい生活ができる住みよい地域づくりのため「あったらいいな」と思う支え合いの形をみんなで一緒に考える話し合いの場(協議体)がとて大切になっています。

話し合いでは、今後の上毛町であつたらいいなと思うものなどを話し合いたいと考えています。これからの地域での暮らしを考えてみませんか。



■日時 12月17日(火) 13:30～  
■場所 げんきの杜 研修室

●申し込み・問い合わせ先  
長寿福祉課 福祉医療係 TEL 72-3188(内線161)

「くらし・しごと・家計」困りごと相談室

福岡県自立相談支援事務所(京都郡・築上郡)  
福岡県子ども支援オフィス(行橋オフィス)

無料出張相談会のご案内

福岡県は、生活に困っている人の自立を支援する相談窓口「福岡県自立相談支援事務所(京都郡・築上郡)」を平成27年4月より開設しています。またすべての子どもが夢と希望を持って成長していける社会の実現のために、「福岡県子ども支援オフィス(行橋オフィス)」を平成28年6月より同相談室に併設しました。

相談支援員が本人とその家族の状態に応じて課題を整理し、必要な支援・手続きにつなぐなどの相談支援を実施します。

生活全般で困りごとがある方、子育てや家族の悩みがある方は、お気軽にご相談ください。

■日時 令和2年1月17日(金) 13:00～16:00  
■場所 げんきの杜 相談室

■対象者 築上郡、京都郡にお住まいの方

※予約の方を優先します。事前に下記までご連絡ください。

●予約・問い合わせ先  
くらし・しごと・家計 困りごと相談室  
TEL 0930-26-7705

県税事務所休日開庁のお知らせ

県税の納付のほか納税相談などもできます。どうぞご利用ください。

■日時 12月15日(日) 8:30～17:00

●問い合わせ先  
行橋県税事務所 収税課 TEL 0930-23-2258

「特設人権相談所」開設のお知らせ

法務局と行橋人権擁護委員協議会では、次のとおり「特設人権相談所」を開設します。

離婚・相続・家庭内のもめごと・隣近所とのトラブル・学校や職場におけるいじめ・差別など、悩みや困りごとがあれば、一人で悩まずに、どのようなことでもお気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

■日時 12月6日(金) 10:00～15:00

■場所 げんきの杜 研修室

■相談員 人権擁護委員

●問い合わせ先  
住民課 生活窓口係 TEL 72-3116(内線144)  
福岡法務局行橋支局 総務係 TEL 0930-22-0476

年末の大掃除などで多量にごみが出た場合は、清掃センターへ直接持ち込んでください

年末の清掃センターの受け入れ体制は以下のとおりです。「資源とごみの分別ガイドブック」をご確認いただき、正しく分別して持ち込んでください。

なお、町のごみ収集日はガイドブックの収集日程表をご確認ください。



12月28日(土)	受け入れ(8:30～16:30)
12月29日(日)	受け入れ(8:30～16:30)
12月30日(月)	受け入れ(8:30～16:30)
12月31日(火)	受け入れ(8:30～12:00)

■清掃センターに直接搬入した場合、ごみ処理手数料が別途必要です。

●問い合わせ先  
住民課 住民福祉係 TEL 72-3116(内線143)  
豊前市外二町清掃センター TEL 82-2192

年末年始のし尿汲取り受付日程

12月30日(月)	午前中のみ(7:30～12:00)
12月31日(火)～5日(日)	休み
1月6日(月)	午前中のみ(7:30～12:00)

◎年末の電話またはFAXによる申し込みについて  
のお願い

年末の受付については、大変混雑致しますので12月の月初めから早めのご連絡をお願いします。業務時間外は、留守番電話での受付もしております。緊急時はご連絡ください。

なお、年内の受付は12月25日(水)までとさせていただきます。

●申し込み・問い合わせ先  
株豊前清掃社 TEL 83-2634 FAX 82-3749