

人として

筑後市社会福祉協議会 / 広報

1月号

482号

筑後市社会福祉協議会
〒833-0032 筑後市野町680-1
TEL 52-3969
FAX 53-6677
mail info@chikugo-shakyo.or.jp
URL http://www.chikugo-shakyo.or.jp

私たちの手で 私たちのまちを 福祉のまちに … それが社会福祉協議会の目標です

2026年を迎え 地域の福祉で目指したいのは…



★水洗学童保育所（わんぱくクラブ）の子どもたちが撮影に協力してくれました★

「家族のことを話せない」

ヤングケアラーの言葉

「家族のことを同級生に話せなかった」という青年がいます。彼の弟には知的障害があり、幼少期から両親と共に身の回りの世話をしました。今なら、彼のような子をヤングケアラーと呼ぶのでしょうか。

彼は弟のお世話自体は嫌ではありませんでした。しかし、他人に家族のことを話すのはためらったといっています。

我慢の癖・沈黙の癖が

生きづらさに

同級生に弟のことを話すと、変な空気がなったり、時にはいじめの対象になることも。そんな経験から、家族のことを隠すようになります。罪悪感もありましたが、「それでも黙っている方が安全だ」と感じていたそうです。

しかしそれが「我慢の癖」「沈黙の癖」になり、社会に出ても人との距離を縮めることが難しく、人間関係に悩みました。「本音を誰にも話せない。相談もしない」という癖が生きづらさになっていきました。

安心して話せる場で

心のモヤモヤが軽くなる

そんな彼は、筑後市社会福祉協議会がサポートしている団体、ふくおか・筑後きょうだいの会に入会しました。そして、同じような経験をしてきたメンバーと本音で語り合う中で、心境の変化があったといっています。

「『すぐに分かってもらえる』『安心して話せる』ことが、新鮮だった」と彼。安心して話すことで、心のモヤモヤが放れていったそうです。

理解ある場が増えると

安心できる場も増える！

不登校・ひきこもり、障害や認知症生活困窮やLGBTQ等の人で、もやもやした思いを持っている人は、言わないだけで私たちの身近にいるのかもしれない。しれません。

冒頭の彼の経験は、安心して本音を話せる場に身を置くことの大切さを教えてくれます。

理解が広がると、安心できる場も増えていく。そんな地域福祉を目指すことが、当面の目標なのかもしれません。

会員募集！ 筑後市介護家族の会 コスモス

「コスモスに参加すると
良い息抜きになる」
家族の介護のことを、
安心して話せる場所として



▲食事交流会の様子（写真は加工しています）

日々で状態が変わる…。
ストレスがたまっていく
「認知症の母。夜になると不安
定になり、家族が大変。ゆっく
り寝ることができない」
////
「妻には排泄ケアも必要。80代

後半になってからの介護は心身
ともにしんどい」

「子育て中に親の介護も始まっ
てしまった。同世代の人には、
介護の苦労をなかなか分かって
もらえず、話せる人がいない」

「介護や医療にかかる費用負担
に悩む。また病院に連れていく
のも大変」

「認知症の夫の言葉に困惑する
日々。場面場面で状態が変わる
本人に振り回され、私のストレ
スが溜まっていく」

これらの声は、実際の家族を
介護している人の声です。

不登校・ひきこもり家族会サルビアの会 学習会「睡眠の話」について



サルビアの会は月1回の定例会で、学習会や
親同士の交流会を実施しています。

12月6日（土）は、「睡眠の話」についての
学習会。これまでの交流会で「ひきこもっ
ている本人が昼夜逆転となっている」という声
が出されたことから、企画されたものです。

「昼夜逆転＝問題というわけではありません
が、生活リズムの乱れを悩んでいる人も少
なくない」と講師の森永牧子さん（九州大谷
短期大学）。

「本人を責めるのはNG。家族は提案し、決
めるのは本人というスタンスが大切です」と
も話されました。

各校区で開催！福祉活動実践者座談会 話し合っ、知恵を出し合う！



今年も各校区で福祉活動実践者座談会が開催
されています。校区福祉会と社協が協働して企
画するもので、その地域のニーズに合った内容
で実施しています。

11月19日（水）には、西牟田校区で開催。

「子どもたちを地域で育てていくためにできる
ことは？」をテーマに情報共有を行いました。

「子どもが公民館で過ごせるような居場所に
しては？」「子どもたちが主体的に活動できる
ような企画を考えたい」「多世代交流の企画を
実施している」など、様々な意見やアイデアが
出されました。

同じ家族同士だから 苦勞も喜びも分かち合う

家族介護の会コスモスは、実際に介護している人たち（家族）の会です。毎月の定例会では、介護者同士の交流会、学習会、施設見学、リフレッシュ旅行等を実施しています。

家族同士の横のつながりができるのが、この会の魅力です。日々の介護の苦勞や悩み、あるいは喜びを安心して話すことができる場になっています。

先輩の経験談が、

良いアドバイスに

12月の定例会は忘年会。12名が参加し、食事をしながら日々の介護のことを話しました。

その中からは、「コスモスに参加すると良い息抜きになる」「介護の先輩の経験談が、良いアドバイスになる」という感想も多々出されていました。

「家族自身が元気でないと、良い介護はできない」「家族介護を

頑張っている人はたくさんいる。もっと多くの人にコスモスに入会してほしい」と会員は話されていました。

随時会員募集中！

コスモスでは随時会員を募集しています。会員資格は、家族を介護している方。お気軽に左記へご連絡ください。

コスモス事務局

筑後市社会福祉協議会

☎ 52・3969

✉ info@chikugo-shakyo.or.jp

次回定例会のご案内・・・

とき 1月25日（日）

10時～11時30分

会場 総合福祉センター

内容 介護をしている方のための健康体操教室

対象 実際に自宅で介護をしている方

参加費 無料

不登校・ひきこもりの方の家族会

サルビアの会 に来てみませんか？

同じ立場なら話せる！ 分かり合える！

とき	1月10日（土）14：00～15：30
ところ	筑後市総合福祉センター（野町680-1）
内容	学習会・交流会
対象	不登校やひきこもりの方の家族
問合せ	筑後市社会福祉協議会

☎ 52-3969 ☎ 53-6677
✉ info@chikugo-shakyo.or.jp

ひきこもり家族相談会

とき	1月15日（木）13：00～16：00
ところ	筑後市総合福祉センター（野町680-1）

★1月8日（木）17時まで 要予約
（1日限定3名・匿名可）★原則来所での相談

問合せ・予約 筑後市社会福祉協議会
☎ 52-3969 ☎ 53-6677

募集

子ども好きの方！
一緒に働きませんか？

地域学童保育所 補助員

勤務時間

月～土曜日の内、3～5日
平日 放課後から3～5時間程度
土・長期休暇 8：00～18：00の内、5時間程度



業務内容 市内の学童保育所の補助員業務
（詳しくはお問合せください）

給与 時給1,070円～1,120円

資格 不問

応募 市販の履歴書に記入の上、
下記へ提出（郵送・持参）して下さい

●申込み・問合せ／筑後市社会福祉協議会
〒833-0032 筑後市野町680-1 TEL：52-3969



この広報紙は、赤い羽根共同募金の配分金で作成しています。

社会福祉事業資金寄付

★ 香典返し寄付の部 ★

西原 秀昭様（故 榮一郎様） 鶴田
平島 健右様（故 恵子様） 山ノ井東
牛島 護蔵様（故 慶子様） 熊野

★ 計五六〇、〇〇〇円

善意奉仕銀行寄付

● 預託の部（物品口座）

- 匿名様から紙おむつの寄付がありました。
- 福岡県立八女高等学校PTA様（和泉東）から食品の寄付がありました。
- 小塩博文様（八女市）からみかんの寄付がありました。
- 立山康弘様（和泉中）から野菜の寄付がありました。
- JAふくおか八女女性部様から食品・日用品等の寄付がありました。
- 篠原弘様（一条）からサツマイモの寄付がありました。
- 匿名様（秋松）から衣類の寄付がありました。
- 桜ふぶき会様から玄米・歯みがき粉の寄付がありました。

（株）アトリエスカイ様から車イスの寄付 「みんなの笑顔を増やしたい」



和太鼓を通して笑顔を増やしたいをモットーにされている同社。社会貢献の一環で車イスの寄付活動をされています。

貸出や福祉教育など、社協の活動に活用させていただきます。

筑後市社会福祉協議会 公式LINE

様々な情報をお届け！
友達追加はこちらから



- （株）アトリエスカイ様（上原々北）から車イスの寄付がありました。
- JAふくおか八女よらん野様（前津）から野菜の寄付がありました。
- （株）プレシア様（下北島）からお菓子の寄付がありました。

【いずれも11月1日～11月30日まで】

JAふくおか八女女性部様から今年も寄付 「子ども支援に役立てて」



「子ども支援をしたい」と、様々に声をかけられて食品・日用品を募集。この日の寄付となりました。

社協の食を通じた地域福祉活動に活用させていただきます。

八女高校PTA様から食品の寄付 「社会貢献の一環として」



社会貢献活動の一環として、寄付いただきました。食品は在学生徒を通じて募集。たくさん集まりました。

フードパントリー事業等の地域福祉活動に活用させていただきます。

事務局通信

「やっと自分の人生が始まる」。
久しぶりにきょうだい会に参加した女性の言葉が心に刺さりました。
障害のある姉に親の関心が向き続けた幼少期。「自分は血のつながりがないのでは」と感じるほどの孤立感があつたと言います。また、職業も「家族の助けになること」が選択の基準に。このように、自分を後回しにしていた彼女は、「家族にとって良いこと」が生きていく上での基準になっていました。そして、心の底には親への抑えきれない思いが常にあつたと言います。こうした日々が積み重なり、大人になってうつ病と愛着障害と診断されました。

そんな彼女の転機は、「自分のために生きていい」という主治医の言葉。そして母の「あなたはあなたの人生を生きてほしい」という一言でした。

「自分が幸せになるための道を選ぶ。それは初めての経験」と彼女。彼女の人生を心から応援したい。そして、幼少期の経験が大人になった時の生きづらさになっている人は多いのでは…、とも思うのです。（善）