

福祉

福津に暮らすあらゆる人が
明るく健康に、自立して暮らせるように。
市ではさまざまな取り組みを
行っています。



持久力や筋力アップのマシンなどを備えた「健康増進室」では、それぞれの体力や目的に合わせた運動メニューが展開されている



ふくとびあ「健康福祉館」



ふくとびあ「いきいき交流館」

健康と生きがいづくり

赤ちゃんからお年寄りまで、一人ひとりの住民が元気に生き生き暮らせるように応援する、福津市健康福祉総合センター「ふくとびあ」。世代を超えた多くの市民から親しまれているこの施設は、「健康福祉館」と「いきいき交流館」からなります。

健康福祉館では、健診(検診)や健康相談を行ったり、ホームヘルプ事業、ボランティア活動などをサポート。また個人の健康状況や体力に合わせた運動を指導する健康増進室があります。中でも子育て中のお母さんたちに好評なのが、2歳児の歯科健診です。福津市独自の試みで、虫歯の早期発見を促すばかりか、育児における母親のさまざまな悩みに経験豊かな保健師が対応。アットホームな



2歳児歯科健診後は歯みがき指導



福祉のついで

一方、生活習慣病の予防にと健康づくりを目指す人々の熱気でいっぱいなのが健康増進室です。市外の人にも開放されているここでは、毎月1回、医師による健康度測定を実施。利用者はそのデータをもとに、自身の身体状態や目標に適した、より安全で効果的な運動プログラムを健康運動指導士に作成してもらい、トレーニングを行えるようになっていきます。また、ストレッチ体操やエアロビクスなどの各種教室も催され、高齢者向けの運動指導や転倒予防教室などの出前講座も行っています。

自分に合ったメニュー

霧囲気の中、気軽に相談できる環境を整えています。

認知症でも安心して暮らせるまちに

現在、厚生労働省が推進する「認知症サポーター1100万人キャンペーン」に参加し、認知症に対する正しい理解を深め、地域で支えるまちづくりを展開している福津市。市では、認知症の人やその家族を温かく見守り支援する「認知症サポーター」の養成講座を開き、平成21年度末までにおよそ1,000人のサポーターが誕生。また事業所や店舗などでも養成講座を受講し、46店が「認知症サポーターがいるお店(事業所)」として認定されています。

認知症は、誰かの手助けがあれば、穏やかに暮らせる病気です。周囲がその人の気持ちを理解し、できない部分を補ってあげれば十分に生活することもできます。認知症サポーター1100万人キャンペーンは、もともと認知症への偏見をなくすために始まった運動ですが、これは高齢者がいつまでも住み慣れたまちで自立して暮らし続けてほしい——という福津市の思いともつながるものでした。

そこで福津市では、認知症サポーター宣言と称して、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを宣言。

今後もサポーターを増やしなが
ら、さらにサポーターのレベル向
上のための研修や、講師役のキャ
ラバン・メイトの連携強化にも努
めていきたいと考えています。ま
た、より実践的な支援ができるよ
う、日常の場面に応じたオリジナ
ルのテキストを作成して子どもた
ちにも発信。サポーターという意
識を広く育てながら、みんなので
きることからこつこつと。活動の
輪を広げていきたいと思えます。

認知症を正しく理解するためのサポ
ーター養成講座への市民の関心は高い。
こうした輪が安心して暮らせるまちづ
りにつながる



Column ●福津市福祉会館「潮湯の里夕陽館」



平成13年にオープン。目の前には玄界灘が広がる、格好のロケーション。天気の良い日は、海に沈む夕日を眺めることもできます。自慢は、地下からくみ上げた海水を温めた「潮湯」です。海水に含まれるミネラルの働きで、温泉のような効果が得られるといわれ、湯上りはいつまでもぼかぼかと保温効果も抜群です。明るい日差しが館内には

サンルーム、大広間や和室、トレーニング室、ヘルストロンを備えたりハビリ室、研修施設などがあります。また毎月、さまざまなイベントやカルチャー教室が催されています。入館料は、中学生以上200円。お手ごろに利用できる点も魅力です。

