

～令和4年度の活動を一部ご紹介します～

田原交流会



第5回田原交流会を「多笑（たわら）で踊って年忘れ」をテーマに、令和4年12月に開催しました。介護予防の自主グループ計10団体、50名の会員様が参加してくださいました。ウイズまごダンスの紹介、グリーントウンはつらつ会の皆様の「餃子音頭」の演舞、岡田令子先生、中野京子先生のシニア・リトミックを楽しんで盛り上がりました。次回は令和5年12月5日（火）です。自主グループの皆様、ぜひご参加ください。

家族介護教室

令和4年10月31日【自分らしい人生を送るために「人生会議」】をテーマに家族介護教室を開催しました。理学療法士の吉村友佑先生を講師にお招きし、「人生会議（ACP）とは」、「人生会議のポイント」、「運動でリフレッシュ」等の内容で行いました。人生会議を身近に感じる機会になったと参加者の皆様にご好評をいただきました。

★次回、教室開催のお知らせは裏面をご覧ください。



すてっぷ

包括と愉快だ
宇都宮
UTSUNOMIYA

通

信

2023年
第1号

News!

M A P 作 成 中

田原地区地域課題検討会議にて「田原地区お出かけマップ」「田原地区社会資源情報マップ」を作成中です。75歳以上の方に役立つマップをお届けできるよう、ただいま準備中です。もうしばらくお待ちください☆

Q:ここはどこでしょう？
(答えは裏面にあります)



News!

えーる ゆー エール スタート

令和5年4月から、新たに「共生型の相談窓口」が開設されました。田原中学校区は、田原地域包括支援センターと河内地区市民センターが相談窓口になっています。



★ 裏面に詳しい記事があります。

田原地域包括支援センターのご案内

センター開所時間：月～金（8：30～17：30）

※土日祝日年末年始はお休みです。

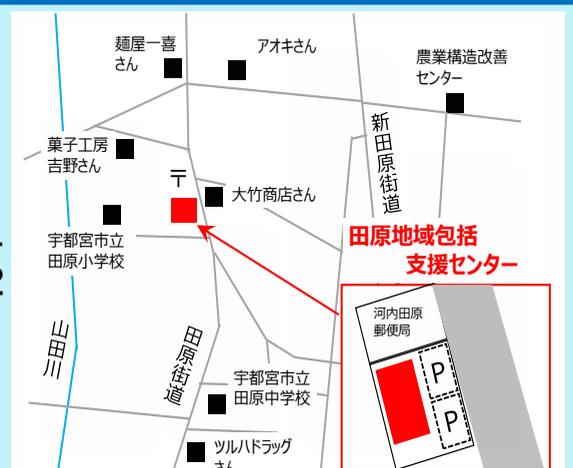
TEL：028-672-4811

FAX：028-672-4812

主任介護支援専門員・保健師・社会福祉士の3職種5名の職員が相談をお受けします。



(上田原町346-18 1F)



まる そうだん きょうせい がた そうだんまどぐち
丸ごと相談できる 共生型の相談窓口

えーる ゆー
「エールU」をオープンします



しみん みな かか こま さまざま もんだい から あ
市民の皆さんが抱える困りごとは、様々な問題が絡み合い、
ふくざつか
複雑化してきています。

そこで、宇都宮市では、どこに相談したらよいか分からなかった
相談や、同時に複数の困りごとがある場合の相談などを受け止め

る「共生型の相談窓口『エールU』」をオープンしました。
個人や家庭だけで抱え込まず、気軽にご相談ください。



| | |
|------------------------------|---|
| 開設日時 ※ 相談先は裏面を御覧 ください。 | 月～金曜日（祝休日、年末年始を除く） 午前8時30分から午後5時15分まで ※ 相談内容やプライバシーは守られますのでご安心ください。 |
|------------------------------|---|

仕事が續かず
生活が苦しい…
子どもの教育も
十分にできない



年々、身体が
思うように動けなく
なってきた…
息子の今後も心配



子育てが辛い…
どうしたら良いか
分からない



♥ 「エールU (Eel U)」

うつのみや(Utsunomiya)のみなで、優(U)しく受け止め、応援する(エール)相談窓口

まだ始まったばかりで不慣
れではありますが、田原地区
の皆様を応援(エール)でき
よう頑張ります。

子供や高齢者・障がい者など、
世代や分野を超えた市民の皆
さんの困りごとを受け止め、
育児や介護、生活困窮などの
さまざまな保健福祉サービ
スの橋渡しを行う「共生型
の相談窓口「エールU」が
始まりました。困りごとを
丁寧(エール)に受け止め、
寄り添った支援につな
げていきます。

宇都宮(UTSUNOMIYA)
のみなで、優(U)しく受
け止め、応援する(エール)
相談窓口です。

親しみやすく
気軽に相談で
きる窓口を
目指します

★エールUの由来★

えーる ゆー
エールU

令和5年度 教室開催のお知らせ

はつらつ教室

5月会場 毎月 御礼

10月11日(水)～3月17日(水)
時間:AM 9:30～11:30
会場: 田原コミュニティプラザ
2階 第1・2会議室
(全11回:月2回程度)

※介護認定のない元気な高齢者の方対象

げんき応援教室

10月3日(火)～12月5日(火)
時間:AM 9:30～11:30
会場: 田原コミュニティプラザ
2階 第1・2会議室
(全10回:毎週火曜日)

※運動・口腔機能等に低下の見られる方対象

家族介護教室

7月31日(月)
時間:13:30～15:30
会場: 田原コミュニティプラザ
テーマ:『介護技術について』

表の答え:高麗(たかお)神社古墳