

福祉委員

No.104
令和7年
11月号

だより



福祉委員は、見守り活動など地域福祉活動の担い手です。よろしくお願いします。

宇部市社会福祉協議会

キャラクター「うべっぼくん」

福祉委員

健康

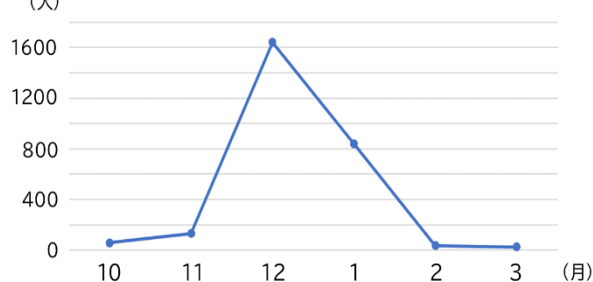
インフルエンザから身を守ろう！



インフルエンザは例年12月から流行し始め、短期間で多くの人に感染が拡大します。症状が重くなることを防ぐためには、ワクチン接種が有効です。

また、ワクチンの効果が現れるまでに約2週間かかるため、流行期に備えて早めに接種することが大切です。

（人） R6年度 宇部市のインフルエンザ患者数



参考：山口県感染症情報システム

インフルエンザ定期接種のお知らせ

【対象者】

- ① 65歳以上の方
- ② 60～64歳のうち、下記に該当する方
 - ・心臓、腎臓又は呼吸器に機能障害があり、身の回りの生活が極度に制限される方
 - ・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害があり、日常生活がほとんど不可能な方

【問合せ】宇部市健康増進課 TEL:31-1777

【実施期間】令和8年2月28日(土)まで

【費用】1,490円

※①の対象者のうち、生活保護受給者は、受給者証を提示すると無料で接種できます。

【接種回数】1回



接種を希望される場合は、かかりつけ医にご相談ください。

＼インフルエンザの予防のためにできること／

- ✓ 流水と石けんによる手洗いをこまめに行う
アルコール製剤による手指の消毒も効果的！
- ✓ 十分な休養とバランスのとれた食事を心がける
- ✓ 定期的な換気で空気を入れ替える
空気の入出口を2か所作り、空気の流れを作るのがポイント！
- ✓ 流行前に予防接種をする





宇部市社会福祉協議会には「心配ごと相談窓口」があり、日常の様々な困りごと、心配ごとなどの相談をお受けします。

なお、相談内容によっては適切な関係機関に引き継ぎます。

相談事例

【事例①】

高齢になって時間ができた。家にずっといるよりも人と交流したい。

お住いの地区のご近所ふれあいサロン(身近な地域での集いの場)をご紹介します。今ではサロンのみんなと楽しくお話しや体操をされています。



【事例②】

同居の子の仕事や債務について相談をしたい。

生活相談サポートセンターうべをご紹介します。
相談支援、就労先の紹介等により、就労に結び付けました。



【事例③】

大雨で浸水被害にあった。家の片付けや掃除が大変。

宇部市社協で被害状況を確認し、災害ボランティア活動を実施。
生活ができるよう家具の運び出しをお手伝いしました。



【お問合せ】 社会福祉法人 宇部市社会福祉協議会 地域福祉課

〒755-0033 宇部市琴芝町二丁目4番25号 宇部市福祉ふれあいセンター4階

TEL 0836-33-3134 FAX 0836-22-4392

お気軽に
ご相談
ください♪

脳トレおまけ

●漢字を組み立てましょう。

① 梅 ② 公 ③ 者 ④ 強

「人を変える人」を変える
介護レク広場
kaigo recreation hiroba

① 木 + 毎 =

③ 土 + ノ + 日 =

② ハ + ム =

④ 弓 + ム + 虫 =