

# くるめ

みんなでつくる

# ささ あ 支え合う

支え合うところあふれるまち

# プラン

くるめ

【わかりやすい版】



KURUME

SASAEAU-PLAN

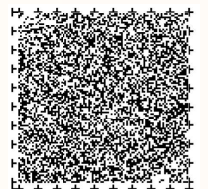
【第2期】令和8年度 - 令和12年度

久留米市地域福祉計画

久留米市地域福祉活動計画

久留米市

社会福祉法人 久留米市社会福祉協議会



# めざすのは、<sup>ささ</sup> <sup>あ</sup> 支え合うところ <sup>あ</sup> ふれるまち

「<sup>ささ</sup> <sup>あ</sup> くるめ支え合うプラン」は、「<sup>みんな</sup> <sup>じぶん</sup> <sup>しあわ</sup> <sup>く</sup> みんなが自分らしく幸せに暮らせるまち」をみんなでつくっていくための<sup>けいかく</sup> 計画です。

まちには、<sup>ひと</sup> <sup>く</sup> いろんな人が暮らしていて、<sup>とくい</sup> <sup>にがて</sup> 得意なことや苦手なこと

はそれぞれ<sup>ちが</sup> <sup>たが</sup> <sup>ささ</sup> <sup>あ</sup> 違います。お互いに支え合いながら、一人<sup>ひとり</sup> <sup>じ</sup> ひとりが自

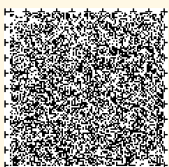
<sup>ぶん</sup> <sup>い</sup> <sup>しあわ</sup> <sup>かん</sup> <sup>くるめ</sup> <sup>し</sup> ぶんらしく、生きることに幸せを感じられる久留米市をつくっていく

ために、「<sup>ささ</sup> <sup>あ</sup> 支え合う」ということについて、「<sup>いっしょ</sup> <sup>かんが</sup> くるっば」と一緒に考

えてみませんか。



<sup>ささ</sup> <sup>あ</sup> 「支え合う」ために  
<sup>だいじ</sup> <sup>なん</sup> 大事なことは何だろう？  
<sup>いっしょ</sup> <sup>かんが</sup> 一緒に考えてみよう！



すがた  
このプランでめざすまちの姿

みんなでつくる

ささ あ  
支え合うところあふれるまち

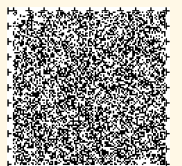
くるめ



このプランでめざすのは、<sup>ささ あ</sup>支え合うところがあふれるまちを、  
みんなで作っていくことです。まちをつくるのは、<sup>くるめし</sup>久留米市や  
<sup>しゃかい ふくしきょうぎ かい</sup>社会福祉協議会だけではできません。<sup>しゅじん こう</sup>主人公は、みなさん  
<sup>ひとり</sup>一人ひとりです。

だからこそ、みなさんと一緒に、<sup>いっしょ と く</sup>取り組んでいきたいと思っ  
<sup>おも</sup>ています。

<sup>ささ あ</sup>支え合えるまちをみんなで  
つくるために、<sup>だいじ</sup>大事なことが  
6つあるよ。<sup>つぎ</sup>次のページから  
<sup>み</sup>見てみよう!



1

おも そだ  
思いやりのこころを育てる

たとえば、みなさんができること

ささ あ たいせつ かんが  
支え合うことの大切さについて考えてみる

す ひと なかよ  
まちに住んでいるいろんな人と仲良くしたいなあ。



「おたがいさま」のきも おも も  
きも おも も  
仲良くできるといいですね。

2

じぶん あいて だいじ  
自分のことも相手のことも大事にする

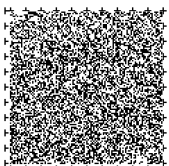
たとえば、みなさんができること

けんり べんきょう  
権利について、勉強してみる

けんり じぶん い  
「権利」とは、あなたが自分らしく生きること、  
いのち かんが たいせつ い  
あなたの命や考えが大切にされることを言います。



じぶん けんり あいて けんり  
自分の「権利」も相手の「権利」も  
たいせつ  
とっても大切ってことだね！



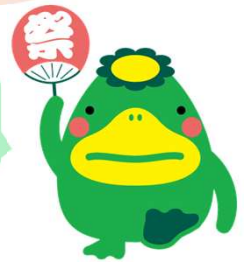
## 3

よ かつどう さんか  
 まちを良くする活動に参加する

たとえば、みなさんができること

ちい さんか  
 小さなこと、できることから参加してみる

きんじょ まつ さんか  
 近所のお祭りに参加するのでもいい？



ちか ひと し あ  
 もちろん！ 近くの人たちと知り合いになる  
 よ きかい おも  
 とても良い機会になると思います。

## 4

ちか ひと こえ  
 近くの人と声をかけあう

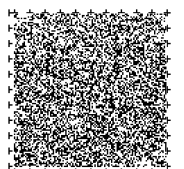
たとえば、みなさんができること

ちか ひと はなし  
 近くの人とあいさつをしたり話をしたりしてみる

きんじょ まつ し あ ちか ひと  
 近所のお祭りで知り合いになった近くの人と、  
 みち あ はなし  
 道で会ったらお話するようになったよ！



よかったですね！ 安心して話せる人や場所が  
 あることは大事です。  
 だいじ



## 5

さいがい お じゅんび  
災害が起こったときのために準備する

たとえば、みなさんができること

ちか おこな ぼうさいくんれん さんか  
近くで行われる防災訓練に参加してみる



ぼうさいくんれん さいがい とき かんが  
防災訓練とは、災害の時にどうするかを考えて  
れんしゅう い  
練習してみることがを言います。

ひなん ばしょ し あんしん  
避難する場所を知っておくと安心だよ。



## 6

そうだん  
みんなが相談しやすいまちをつくる

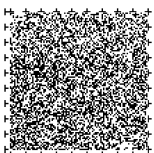
たとえば、みなさんができること

なに こま まわ ひと はな  
何かに困ったら、周りの人に話してみる



ひとり なや たよ ひと そうだん  
一人で悩まずに、頼れる人に相談してみましよう。  
しやくしょ しゃかいふくしきょうぎかい だいじょうぶ  
もちろん、市役所や社会福祉協議会でも大丈夫です。

どうすればいいかわからないことがあったら、  
できることをみんなと一緒にかんが  
いっしょ かんが  
考えたいな。



# まちのみなさんの声<sup>こえ</sup>

「できそう」ではなく「<sup>たのし</sup>楽しいこと」から、  
「<sup>ひとり</sup>一人でもできるような<sup>ちい</sup>小さなこと」から  
<sup>はじ</sup>始めたいです。

<sup>にしけんいき</sup> 西圏域ワークショップ<sup>さんかしゃ</sup>参加者

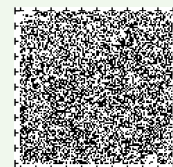


<sup>じんけん</sup> 人権とは人<sup>ひと</sup>を大事<sup>だいじ</sup>にすることで、すべての  
<sup>ひと</sup> 人の<sup>けんり</sup>権利のこと。  
<sup>やさ</sup> 優しいまち<sup>い</sup>は生きやすいまちです。

<sup>くるめしみんせいいいんじどういいんきょうぎかいかいちょう</sup>  
久留米市民生委員児童委員協議会会長

まちを<sup>よ</sup>良くするための活動<sup>かつどう</sup>に参加<sup>さんか</sup>したいと  
<sup>おも</sup> 思っています。まちに<sup>ひつよう</sup>必要なことがわかれば、  
<sup>きょうりよく</sup>協力できることも<sup>ふ</sup>増えると思<sup>おも</sup>います。

メゾンマリア <sup>くるめれんらくかいとうろくほうじん</sup>  
(ライフレスキュー久留米連絡会登録法人)







ここまで、「<sup>ささ</sup>支え<sup>あ</sup>合う」ことについて<sup>かんが</sup>考えてきました  
たが、いかがでしたか？

ちょっと<sup>むずか</sup>難しかったけど、みんなが<sup>しあわ</sup>幸せに<sup>い</sup>生きて  
いけるように、<sup>たが</sup>お互いに<sup>おも</sup>思いやりを<sup>も</sup>持とうっ  
てことかな？



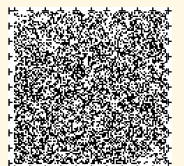
<sup>だいじ</sup>大事なことが<sup>つた</sup>伝わって<sup>うれ</sup>嬉しいです。

まちのみなさんとは「<sup>ささ</sup>支え<sup>あ</sup>合う」だけでなく、  
「こうなったらいいな」という<sup>ねが</sup>願いや、やりたい  
ことを「<sup>かな</sup>叶え<sup>あ</sup>合う」こともできるといいですね。



それって、なんだかワクワクするね！

くる<sup>く</sup>る<sup>る</sup>め<sup>め</sup>し  
く<sup>く</sup>る<sup>る</sup>ぱも、久留米市がも<sup>も</sup>っとす<sup>す</sup>て<sup>て</sup>き<sup>き</sup>な<sup>な</sup>ま<sup>ま</sup>ち<sup>ち</sup>に<sup>に</sup>なる  
ように、<sup>じぶん</sup>自分に<sup>はじ</sup>できることから始めてみるよ！



# 相談先 一覧

す  
住んでいる  
ところ



こうれいしゃ そうだん  
高齢者の相談  
ちいきほうかつしえん  
地域包括支援センター



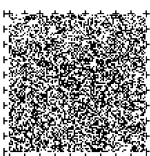
しょうがい そうだん  
障害の相談  
しょうがいしやくかんそうだんしえん  
障害者基幹相談支援センター



く そうだん  
暮らしの相談



じょうじま しもだ うきしま 城島・下田・浮島 あおき えがみ いぬづか 青木・江上・犬塚 みずま にしむた 三渚・西牟田	にしほうかつ <b>西包括</b> でんわ 電話:0942-51-6100 FAX:0942-64-2082	せいぶきかん <b>西部基幹</b> でんわ 電話:0942-27-2038 FAX:0942-27-2058	せいかつじりつ <b>生活自立 支援センター (西部)</b> でんわ 電話:0942-30-9185 FAX:0942-30-9186							
あらき やすたけ 荒木・安武 だいぜんじ 大善寺	にしだい ほうかつ <b>西第2包括</b> でんわ 電話:0942-27-8569 FAX:0942-27-5958	ほうぶきかん <b>北部基幹</b> でんわ 電話:0942-65-7855 FAX:0942-65-7844								
ひよし さきやま なんくん 日吉・篠山・南薫 しょうじま ながとし 荘島・長門石	ちゅうおうほうかつ <b>中央包括</b> でんわ 電話:0942-46-8711 FAX:0942-34-7217			せいかつじりつ <b>生活自立 支援センター (東部)</b> でんわ 電話:0942-30-9113 FAX:0942-30-9327						
きょうまち とりかい かなまる 京町・鳥飼・金丸	ちゅうおうだい ほうかつ <b>中央第2包括</b> でんわ 電話:0942-27-6860 FAX:0942-27-6654				とうぶきかん <b>東部基幹</b> でんわ 電話:0943-73-0045 FAX:0943-73-0046					
にしこくぶ 西国分 ひがしこくぶ 東国分	ちゅうおうだい ほうかつ <b>中央第3包括</b> でんわ 電話:0942-27-6886 FAX:0942-27-6874					せいぶきかん <b>南部基幹</b> でんわ 電話:0942-51-8555 FAX:0942-22-2275				
きたの ゆげ おおき 北野・弓削・大城 かねしま こもりの みやのじん 金島・小森野・宮ノ陣	きたほうかつ <b>北包括</b> でんわ 電話:0942-23-1055 FAX:0942-78-7255						なんぶきかん <b>南部基幹</b> でんわ 電話:0942-51-8555 FAX:0942-22-2275			
み い あいかわ 御井・合川	きただい ほうかつ <b>北第2包括</b> でんわ 電話:0942-65-5156 FAX:0942-65-5305							とうぶ <b>東部</b> 電話:0942-30-9113 FAX:0942-30-9327		
やまかわ やまもと ぜんどうじ 山川・山本・善導寺 おおはし くさの 大橋・草野	ひがしほうかつ <b>東包括</b> でんわ 電話:0942-41-5522 FAX:0942-47-2777								せいぶ <b>西部</b> 電話:0942-30-9113 FAX:0942-30-9327	
ふなごし みずわけ しばかり 船越・水分・柴刈 かわい たけの みのう 川会・竹野・水縄 たぬしまる 田主丸	ひがしだい ほうかつ <b>東第2包括</b> でんわ 電話:0943-72-8055 FAX:0943-72-0833									せいぶ <b>西部</b> 電話:0942-30-9113 FAX:0942-30-9327
かみつ せいほう 上津・青峰 こうらうち 高良内	みなみほうかつ <b>南包括</b> でんわ 電話:0942-51-2332 FAX:0942-21-2103									
みなみ つぶく 南・津福	みなみだい ほうかつ <b>南第2包括</b> でんわ 電話:0942-36-5311 FAX:0942-36-5312		せいぶ <b>西部</b> 電話:0942-30-9113 FAX:0942-30-9327							



す かんけい そうだん  
住んでいるところに関係なく、相談できます。

わかもの そうだん  
こども・若者の相談



こそだ  
こども子育て  
サポートセンター

でんわ  
電話:0942-30-9302  
FAX:0942-30-9718

わかものそだんまどぐち  
若者相談窓口

せいしょうねんいくせいか  
「みらくる」(青少年育成課)

でんわ  
電話:0120-36-9656  
FAX:0942-34-9001

じよせい そうだん  
女性の相談



だんじよびようどうすいしん  
男女平等推進センター

でんわ  
電話:0942-30-7802  
FAX:0942-30-7811

かてい こ そうだんか  
家庭子ども相談課

でんわ  
電話:0942-30-9063  
FAX:0942-30-9718

せいねんこうけんせいど そうだん  
成年後見制度の相談



せいねんこうけん  
成年後見センター

でんわ  
電話:0942-30-2732  
FAX:0942-34-3090

がいこくじん そうだん  
外国人の相談



がいこくじんそだんまどぐち  
外国人相談窓口

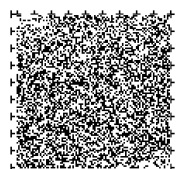
こうちよう そうだんか  
(広聴・相談課)

でんわ  
電話:0942-30-9096  
FAX:0942-30-9711

そだんさき  
相談先がわからないとき

くるめししゃかいふくしきょうぎかい  
久留米市社会福祉協議会

でんわ  
電話:0942-34-3035  
FAX:0942-34-3090





このプランの内容でわからないことや、困っていること、  
何かやってみたいけれど何から始めていいのかわから  
ないことなどがありましたら、ご相談ください。



## 発 行 者

く る め し や く し ゃ け ん こ う ふ く し ぶ ち い き ふ く し か  
久留米市役所 健康福祉部 地域福祉課

〒830-8520 福岡県久留米市城南町15番地3

でんわ  
電話 0942-30-9175

FAX 0942-30-9752

メール [chifuku@city.kurume.lg.jp](mailto:chifuku@city.kurume.lg.jp)

く る め し し ゃ か い ふ く し き ゃ う ぎ か い  
久留米市社会福祉協議会

〒830-0027 福岡県久留米市長門石1丁目1番34号

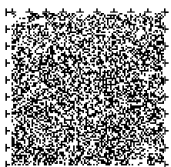
でんわ  
電話 0942-34-3035

FAX 0942-34-3090

メール [heartful@heartful-volunteer.net](mailto:heartful@heartful-volunteer.net)



プランの「本編」「資料編」はホームページで  
読めます。あわせてご覧ください。



だい き さ さ あ  
第2期くるめ支え合うプラン

