

南国市社協だより

第270号

9

2024

まんでん



岡豊保育園
夕涼み会 きりん組

も
く
じ

- P 2 … 花いっぱい活動in野田地区
- 3 … なんこくボランティアDAY
- 4 … 日常生活自立支援事業より
- 5 … MORITO～ひきこもり支援の居場所～
- 6・7 … フレイ✕らない通信 号外
- 8 … 長岡東部保育園だより
- 9 … もっと知ろう！認知症のこと
- 10 … あんしん生活サポートセンターより
- 11 … 令和6年度 老人クラブ大会・たくさんの愛をありがとう
- 12 … 赤い羽根共同募金

南国市社会福祉協議会の
ホームページは
こちらからどうぞ↓

第26回 なんこくボランティアDAY

2024.
10/26(土)
9:00~

今年も
海岸清掃するぞー!

入場無料!
誰でも参加OK!

晴れの場合(9:00~12:00)

- ステージ発表(9:00~)
【香長中音楽部・手話サークルおながどりなど】
- 久枝海岸へ移動し清掃活動
(10:40~) ※移動は各自でお願いします。

雨の場合(9:00~12:30)

- ステージ発表
【香長中音楽部・手話サークルおながどりなど】
- ミニ講話
- 体験コーナー
【手話・ポッチャ・救命講習などを予定】

会場

南国市立スポーツセンター
メインアリーナ (住所: 南国市前浜 1344-3)



無料駐車場
あり

※台風等で天候の判断が難しい場合は前日に決定し、社協HPに掲載いたしますのでご確認をお願いいたします

お問い合わせ

なんこくボランティアDAY事務局
(社会福祉法人南国市社会福祉協議会 内)

住所: 南国市日吉町2丁目3-28
TEL: 088-863-4444

HPはコチラ!



笑顔らんまんな
まちを目指して

花いっぱい活動 in 野田地区 スタート!

花いっぱい活動とは?

田植え後の『水田や耕作放棄地』などを活用して、地域みんなが集まることができる、花と笑顔が咲く場所づくりの活動です。

【スケジュール】

【9月上旬】

地域みんな
で種まき

【9月~10月】

地域みんな
で気かけながら
水やりなど

【11月ぐらい】

開花したら
地域みんな
で集まろう!!

【花植え場所】



野田地区では

9月7日(土) 9:00~10:00に
コスモスの種をみんなでまきます。*雨天順延
11月頃には『花いっぱい』な野田地区に
なる予定なので、ぜひ見に来てください!



主催: 野田地区社会福祉協議会

モリト MORITO

～ひきこもり支援の居場所～

様々な理由で
ひきこもり状態や長期離職中の方
(おおむね16歳～50歳の方)



コミュニケーションに不安が...
仕事をしたいけど経験が...

MORITOでは、様々な活動を通じて
人と関わることに慣れたり、
生活や就労に必要な知識や技術を
学んだりすることが出来ます。

接遇の勉強会



風食作り



館内清掃で就労体験



一人ひとりに合わせたスケジュールでの参加が可能!!
やりたいことに挑戦したり、ゆっくり過ごしたり、
安心して参加できる居場所になっています♪



免許取得に向けて勉強中!!



TVゲームやカードゲーム
対戦中♪



この建物が目印

- 日時 相談受付：平日 8:30～17:15
居場所：毎週月・木曜日 10:00～16:00
- 場所 南国市社会福祉センター(南国市日吉町2-3-28)
- 連絡先 南国市あったかふれあいセンター
☎ 088-863-4444



メールフォームからも
相談を受け付けています
<https://ws.for.mzu.net/fgen/s612766969/>

日常の「困った」や「難しい」を お手伝いします!

ヘルパーや
デイサービス
を利用したいけど、
どうすればいいか
分からない。

公共料金の支払いや、
医療費の支払いを
お手伝いして欲しい。

いろんな
郵便物が届くけど、
どうすればいいか
分からない。

通帳や印鑑、
大切な書類を
どこに置いたか
忘れてしまう。

日常生活自立支援事業では、認知症や知的・精神障害等により、日常生活における判断をお一人で行うことが難しかったり、不安を抱える方が安心して地域で生活を送れるように以下のサービスで支援します。

- ◎福祉サービス利用援助
地域にある福祉サービスなどの情報を分かりやすく提供します。福祉サービスの申し込み手続きや契約する際の援助をします。
- ◎日常的金銭管理サービス
日常生活に必要なお金の出し入れ、公共料金の支払いなど、日常のお金の管理をお手伝いします。
- ◎書類等預かりサービス
通帳や証書など、大切な書類を金融機関の貸金庫で保管いたします。

※書類等の保管のみでの利用は出来ません。

利用についてのご相談・お問い合わせ
☎ 088-863-4444 (日常生活自立支援事業担当)

フレイル~~X~~らない通信 号外

2年半ぶりのご無沙汰です。フレイル~~X~~らない通信が帰って参りました！
この号外では、大活躍中のフレイルサポーターさんに焦点を当てて、そのフレイル~~X~~らない生活の秘密にせまってみます！



フレイルサポーター
近森文子さん

Q：フレイルサポーターをやってみていかがですか？

色々な人に出会えるところがやりにがいにってる。
(チェック参加者も)みんな元気なのでビックリ！
他のサポーターさんとの交流も勉強になります。

Q：サポーターになってから生活に変化はありましたか？

人と知り合うことが好きになりました！
お名前を知らない人にも、積極的に話かけるようになった。

Q：これから、やってみたいことはありますか？

実は小さい頃「漫才師」に憧れてた。この前、大人数を前に喋った時に
「漫才みたい」と好評だったので、またやってみたい！



今年もやります！フレイルチェックinサニーマート



サニカちゃん



シャモ番長

昨年10月に、サニーマートさんと南国市が協働し、サニー
アクセス南国店でフレイルチェックを実施しました。
今年は、昨年のメニューに加えて、フレイル予防の栄養の
取り組みについても少し踏み込んでいきたいと考えてます。
乞うご期待！

開催日：10月29日(火)
場所：サニーアクセス南国店

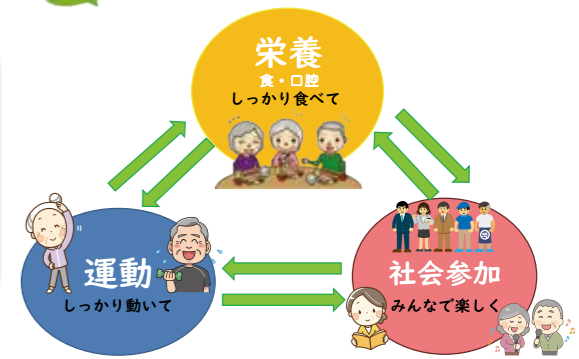
昨年のメニュー

- ① 指輪っかテスト
～足の筋肉量を簡単にチェック
- ② 握力測定～筋力をチェック
- ③ 滑舌測定～お口の元気度をチェック



保健師による健康相談コーナー

ポイント フレイル予防の3つの柱



復習 フレイルってな～んだ？

高齢期の「心身機能の衰え」のことです。
高齢になれば皆がフレイルになるのではなく、生活習慣に
気をつけることで、フレイルを予防することができます。
予防のために、「運動」だけでなく、しっかり「食べる」
ことや、「人とのつながり」を保つことが重要です。

Q：サポーターになろうと思ったきっかけなんですか？

待望の子どもを授かり、生まれてくる子供のためにも、地域に貢献で
きるような取り組みに参加しようと思いました。

Q：サポーターになってから生活に変化はありましたか？

視点が変わりました。道で困っている人を見かけると、
声をかけるようになりました。

Q：これから、やってみたいことはありますか？

赤ちゃん～ひいじいちゃん・ぼあちゃんまでの四世代が一つの輪に
なって過ごせて、ご近所付き合い・助け合いにより、安心して歳を
取れるような地域を作りたい。



フレイルサポーター
伊藤健太郎さん

フレイルサポーターまだまだ募集中！



フレイルサポーター 1期生



南国市フレイルサポーター養成研修会



フレイルサポーター 2期生



フレイルサポーター 3期生

現在南国市では40名を超えるフレイルサポーターさんが活躍中！ 我々と一緒にフレイル予防
活動を盛り上げて下さる仲間をまだまだ募集中です。
皆様からの声があれば、第4回フレイルサポーター養成研修の開催も検討していきます。

【お問い合わせ】南国市地域包括支援センター ☎088-804-6010

もっと知ろう！

認知症のこと



9月是世界アルツハイマー月間、9月21日は世界アルツハイマーデーです。認知症は誰もがなりうるものです。自分や家族、身近な方が認知症になることもあります。この機会に、認知症について考えてみませんか？

住み慣れた地域で生活するための取り組み

取り組み①

認知症サポーター養成講座

無料

認知症の正しい知識や理解を深めるため、認知症サポーター養成講座を実施しています。

認知症サポーターとは、何か特別なことをする方ではなく、認知症を正しく理解し、身近に認知症の方がいたときに、そっと見守る**“応援者”**です。

「認知症ってどんな症状？」「こんな時どうしたらいいんだろう？」など、この講座がみなさんの疑問解決のヒントになるといいなと思います。

受講希望の方は、お気軽に地域包括支援センターまでお問い合わせください。

【お問い合わせ】 南国市地域包括支援センター 088-804-6010

(担当:橋村・藤井・藤岡・田村)

取り組み②

認知症高齢者等見守りシール交付事業



認知症の方の見守り対策として、行方不明となった際の早期発見や身元確認のため、見守りシールを無料で交付しています。

シールのQRコードを読み取ると、市のホームページにつながり、地域包括支援センターと南国警察署の連絡先をすぐ確認できます。南国市民で、医師から若年性を含む認知症の診断を受けた方が対象です。

【申請・お問い合わせ】 長寿支援課介護保険係 088-880-6556
南国市地域包括支援センター 088-804-6010

長岡東部保育園だより

『ドキドキわくわく、ファンタジーワールド!』

長岡東部保育園のホームページはこちらどうぞ



長岡東部保育園では、豊かな感性を持った子どもに育てほしい・仲間と一緒にうちかつ勇氣や強さを持ってほしい!そんな願いを込めて毎年『夕涼み会』にファンタジー館を創ってきました。

今年のテーマは『オズの魔法使い』で、始めは段ボールを敷いただけのホールでも、みんな寝転んだりハイハイをしたりいつもと違う床の感触を存分に楽しめます。そして、段々と竹を組んでいき、段ボールの壁が立ちます。大きいクラスの子もたちは、段ボールに書いてある数字や英字を見つけては『これ、もしかしたら〇〇の電話番号かもしれない!』なんて想像を膨らまします。小さい子どもたちも、段ボールについて赤い色の点を見つけた時には、『ここ見て、赤くなっちゅう!』と指さして教えてくれます。

壁や天井、小道具が増えていき、日々少しずつ変わっていくファンタジー館に、子どもたちは毎日わくわくしながら入りました。そして、昨日と変わっているところをすぐに見つけてその変化を感じてどんどん気持ちが盛り上がっていくのです。

ただ入って楽しむだけでなく、ドロシーから手紙が届いたり、プールでもっとお水と仲良しになれるようにと、オズ大王からじょうろや水鉄砲が届いたり、ブリキのきこりから太鼓のバチが届いたり、ファンタジーの世界に力をもらいながら、頑張りたい時など色々な事に力を繋げてきました。

ドロシーやオズ大王、トトやライオンになりきり、ファンタジー遊びを楽しみ、2歳児の子どもたちは両手で大きな丸を作りオズ大王になりきり、『悪い魔女をやっつけてきなさい!』と言ったりしてお話の世界に入りこんでいました。そして夕涼み会には、本物のドロシーたちが来てくれて、子どもたちは大喜びでファンタジー館に何度も入った事でした。

本物の体験が少なくなっている昨今、子どもたちは過保護の状況から生まれる依存心の強い子ども、精神的に弱い子どもが目立ちます。こんなことを克服していく取り組みとして、わくわくドキドキに触れてみる心を大事にしひとつのテーマ館にしたて、より『ほんまもん』に近づけました。この経験を生かし、子どもたちの心が一回り二回りも大きくなることを願って取り組んでいるファンタジー館です。



たのしいね~

おもしろ~い!

きもちい~い♡



わしはオズ大王じゃ!

ブリキさんバチありがとうがんばるさね!



よ~し、いくで~! ファイト~



老人クラブの活動に尽力された3名を顕彰

令和6年度 老人クラブ大会

令和6年7月4日(木)南国市社会福祉センターにおいて『令和6年度老人クラブ大会』が開催されました。式典では、長年にわたり、日ごろから老人クラブの活動に取り組み、活躍された方々に感謝の意を込めて顕彰しました。また、武内弁護士による『遺言と死後事務委任契約について』の講演や、音楽ボランティアの方の演奏など、充実した大会を皆様のおかげで無事に開催することができました。これからも南国市における老人クラブの発展にご協力くださいますようお願いいたします。



●大会長感謝 1名 ●大会長表彰 2名

武内弁護士の講演、とても勉強になりました！



たくさんの愛をありがとう!!

【古切手・プルタブ等】

- 橋田 文子 様
- 坂本 光絵 様
- 山本 幹夫 様
- 山本 宝 様
- 柏井 啓嗣 様
- 三谷 せつ 様
- 今野 照子 様
- 門田 陽子 様
- 耕崎 まり子 様
- 嶋田 愛美 様
- 竹村 満子 様

【食料品】

- 特定非営利活動法人うーたん 様
- 特定非営利活動法人うーたん保護者会 様
- 大篠スカッシュバレー 様
- (株)ニシトミ 様
- (株)道の駅南国 様
- 南国市国際交流協会 様
- コージー南国 様
- 地域活動支援センター「南国」 様
- 北陵東地区民生児童委員協議会 様
- 南国市消防本部 様
- 南国市福祉事務所 様



記載以外にも匿名様よりたくさんいただきました。いただいた寄付は社会福祉事業、ボランティア活動の資金などに活用させていただきます。



こんな困りごと抱えていませんか？

借金の支払いが多い

家族がひきこもりで心配

低収入で子どもの将来が不安



今の生活をなんとかしたい

仕事が見つからない仕事に就けるか不安

その困りごと

あんしん生活サポートセンターへご相談ください!



相談無料

秘密厳守

相談員があなたの力になります。
一人ひとりの困りごとに合わせて柔軟に対応します。
必要に応じて専門の相談機関をご紹介します。
困りごとを解決する方法を一緒に見つけましょう!



【お問い合わせ】

南国市社会福祉協議会 あんしん生活サポートセンター
088-803-4122 (直通) 088-863-4444 (代表)

こちらのQRコードから相談予約も可能!



今年もご協力よろしくお祈いします

南国市ではみなさまの募金が福祉活動に活かされています。

地域をつくる市民を応援する

令和6年10月1日
～令和7年3月31日

赤い羽根共同募金



今年も10月1日から、共同募金運動が「地域福祉みんなで参加」をスローガンに全国一斉にはじまります。

共同募金には、10月1日から令和7年3月31日までを期間とする一般募金（赤い羽根募金）と12月1日から12月31日までを期間とする歳末たすけあい募金があります。

一般募金は高知県共同募金会で配分を検討され、次年度に配分を受けるもので、県下全域の福祉施設・団体等を支援するための広域配分と、南国市の地域福祉活動の資金となる地域配分に分けられます。歳末たすけあい募金はその年の12月末までに一人暮らしの高齢者の方等におせちをつくっての訪問活動などに役立てられます。

令和5年度皆さまから寄せられた募金は

総額	10,244,765 円	一般募金	9,799,065円
		歳末たすけあい募金	445,700円



私達の募金はどこへ? 一般募金 9,799,065円

市民の皆さま、
会社・団体等からの寄付

募金

南国市共同募金
委員会で集計します

送金

高知県共同募金会で
県下の集計と配分を
行います



配分

広域配分 2,958,408円

県内・市内の各福祉施設、団体等の活動支援に配分されます。

- ボランティアグループ等への助成
- 障がい者福祉施設などの整備、充実のための助成
- 火災などの被害をうけた世帯へのお見舞いや被災地で救援活動を行うボランティアグループへの助成
- 地域福祉活動の車輛整備

歳末たすけあい募金 445,700円

- 一人暮らしの高齢者・障がい者の方へのおせち給食等訪問活動

地域配分 7,286,357円

南国市社会福祉協議会が行う地域福祉活動等の資金に配分されます。

- 南国市社会福祉協議会や地区社会福祉協議会の活動
- 一人暮らしの高齢者への福祉のまちづくり給食・配食サービスや見守り活動
- 地区敬老会活動
- 南国市社会福祉協議会総会、南国市社会福祉大会の開催
- 「福祉出前講座」など地域福祉・ボランティア学習の推進
- 百歳以上の高齢者への記念品贈呈
- 地域福祉・ボランティア活動（地域福祉フォーラム、なんこくボランティアDAY、ボランティア活動研修会、災害ボランティア活動研修会、福祉教育・ボランティア活動備品購入等
- ボランティア活動団体備品購入
- 広報誌の発行