

南国市社協だより

第273号

3

2025

# まんでん



岡豊保育園  
ぱんだ組

- P 2~3 ... 『わたしのまちの福祉プラン』座談会（稲生地区・緑ヶ丘地区）
- 4 ... 令和6年度赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金のお礼と報告
- も 5 ... 長岡東部保育園だより
- 6~7 ... “外国人”から“ご近所さん”へ
- く 8~9 ... 春から小学1年生
- 10~11 ... 暮らしのお宝発見家だより つなまる
- じ 12~13 ... 小学生の学習の場
- 14 ... 学生の制服リユース
- 15 ... 権利擁護センター 司法書士相談・たくさんの愛をありがとう
- 16 ... 南国市生活困窮者自立支援フォーラム『関嬉扇9』

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



# 緑ヶ丘地区座談会

『わたしのまちの福祉プラン』策定から3年。  
1年間を振り返って…

スローガン

あいさつからはじめよう！安心して暮らせる緑ヶ丘

## 1年間を振り返って ～現状と課題～

### \*地域のイベントについて

- ・地域や世代を超えたイベントが継続できていた  
(スポーツ交流会、錦城公園流しそうめん、つどいカフェ、敬老会など)
- ・各イベント参加者の募集について回覧板がメインのため反応が薄い
- ・敬老会の参加者が少なかったため、行きたくなるような工夫が必要

### \*よりよい地域にするために

- ・挨拶が自然にしあえる環境づくりが必要
- ・公園にたばこや空き缶などのゴミが落ちている
- ・ゴミ出しのルールが守られていないことがある

### \*情報共有の方法について

- ・地区社協内でスマートフォン勉強会を開催できた
- ・地区社協のLINEグループを作成し、写真や資料などの情報共有に活用している
- ・チラシの貼り出しや配布を地域の方に断られることがあるため、見せ方の工夫が必要

## スローガンに向かって ～これからの1年間に取り組みたいこと～

### ①ひとりひとりが気づいたことを行動に移していく

- ・自分からすすんで挨拶をすることで、皆が声かけあえるようにする
- ・ゴミなどに気づいたら拾うようにする

### ②各イベントへ人が集まるような工夫をする

- ・みんなが参加したくなるように競技内容などを見直す

### ③情報伝達や周知の仕方を考える

- ・地区社協役員はグループLINEの活用を増やす
- ・掲示板のない地区では、ゴミステーションなど人の目に触れる場所を有効活用してイベントの情報発信をする

# 稲生地区座談会

『わたしのまちの福祉プラン』策定から2年。  
1年間を振り返って…

スローガン

～大人も子どもも手を取り合って～ ずっと住みたい稲生の郷に！

## 1年間を振り返って ～現状と課題～

### \*みんなが参加する地域行事のために

- ・老若男女問わず参加しやすいスポーツイベントを実施
- ・地区民運動会+高知大生で活性化につながった  
(慰労会ができ地域のつながりが深まった)
- ・高齢世帯が多い地域は参加がしにくい
- ・中年層(30~40代)の方に参加してもらいにくい

### \*『お互いに支え合う』関係のために

- ・サロン交流を小学校のプログラムに組み込んでくれた
- ・一緒にお話をするなど相互の関係性につながった
- ・親の参加により誰の子どもか知ることができた

### \*地域イベントなど周知の仕方について

- ・各案内をポスティングしたことで参加者が増えた
- ・情報が届きづらいところ(新聞をとっていないなど)への工夫も必要
- ・地域とのかかわりが薄い人への声掛けが難しい

### \*防災について

- ・防災訓練、防災マップの作成など、地域資源の共有ができた地区があった
- ・避難場所が把握しづらく、知らない人も多いので啓発が必要

## スローガンに向かって ～これからの1年間に取り組みたいこと～

### ①みんなが参加しやすい地域行事を考える

- ・各種行事の日程固定化で予定を入れやすくする
- ・高齢者でも参加しやすい競技やプログラムを考える
- ・地区のいろんな団体と共同してイベントを実施する

### ②声かけしやすい環境をつくる

- ・散歩中や登下校などで自分からすすんで挨拶をする

### ③情報発信を強化する

- ・既存の情報共有の活用回数上げる  
(ゴミステーションの掲示板や回覧板など使った情報発信を増やす)

### ④防災意識の向上

- ・防災学習の実施から、避難場所の確認など自分の住む地域について理解する
- ・地区民運動会などで防災を意識した競技を取り入れてみる

長岡東部保育園だより

～つながりのある保育をめざして～



長岡東部保育園が民営化になりはやくも15年がたちました。長岡東部保育園の目指す保育は、共に育て育ち合う保育をスローガンとして職員一丸となり慌ただしい日々を過ごしてきました。そのなかで、うまれた地域の方々とのつながり。今年の年長児はたくさんの行事に参加させていただきました。夕涼み会でのパワー溢れる東部こども太鼓とキッズソーランを見て、卒園児の保護者の方からお声がけをいただいたのがはじまりでした。「こんなパワー溢れる子どもたちの姿を見たら、他の人も元気になるかもしれない！だって生まれてたった5年の子どもたちがこんな未来溢れる姿で太鼓とソーランを踊るんだから！希望に満ちている。」と言ってくださったのがきっかけでした。そこから、卒園児の保護者の方からたくさんお声がけをいただき、高知市内でのイベント、長岡地区敬老会、南国市文化祭、大篠地区土曜日50周年、地球の子どもビジョン南国土佐、龍馬マラソンの応援などに参加させていただきました。年長児も大喜びで参加し、全てが子どもたちの自信へとつながりました。私たちは就学前の大切なひとときを一緒に過ごさせてもらっています。そのなかで、保育園内だけでなく、たくさんの機会とともに子どもたちの自信となる場をたくさんつくっていただき、卒園児の保護者のみなさまには感謝しかありません。これからも長岡東部保育園は、情のあるあたたかい人とのつながりを大切に、職員と子どもたちと地域の方々とともに、地域にすむ子どもたちを宝とし、みんなで共に過ごしていきたいと思ひます。



令和6年度の赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金のお礼と報告

赤い羽根共同募金運動につきましては、多くのみなさまからのあたたかいご支援とご協力をいただきましてありがとうございました。深く感謝申し上げます。お寄せいただきました募金は、地域福祉活動や福祉施設・団体の事業等に有効に使わせていただきます。みなさまのお力で、これからも引き続き地域福祉の輪を広げていきたいと思ひます。今後とも赤い羽根共同募金に変わらぬご理解、ご協力をお願いいたします。

●赤い羽根共同募金

区分	金額
戸別募金	7,570,130円
街頭募金	62,502円
法人募金	726,129円
学校募金	9,141円
職域募金	142,466円
その他の募金	17,042円
合計	8,527,410円

●歳末たすけあい募金

区分	金額
戸別募金	438,450円
合計	438,450円



みなさまの心温まる善意、誠にありがとうございました。

令和6年度 共同募金寄付法人・団体・企業・学校・個人(大口) 名簿(敬称略)

- |                    |                   |                   |               |
|--------------------|-------------------|-------------------|---------------|
| サンシャインカルディア        | 南国ビジネスホテル         | しばた整形外科           | ミニパック(株)      |
| 南国市役所課長会           | ホンダカーズ南国          | 有限会社 西山商事         | (株)三和店装       |
| 南国ひまわり動物病院         | JA高知県なんごく南支所      | パイエム興業 株式会社       | (有)ゆづ庵        |
| 高知空港ビル 株式会社        | 岡田歯科              | まほろば眼科            | 有限会社 武内石油店    |
| 禅師峰寺               | いちほら内科小児科         | (有)南国葬祭センター       | 南国市社会福祉協議会職員会 |
| サンブラザ新鮮館           | 有限会社 住吉モーターズ      | 田島牧場              |               |
| 四国鉱発 株式会社          | ジョウトク建設 株式会社      | かにたに歯科            |               |
| 白木谷砕石販売 株式会社       | 黒潮コンクリート株式会社      | 有限会社 森下           |               |
| TOPPAN 株式会社        | 有限会社 橋田工務店        | ひまわり乳業 株式会社       |               |
| (株)トリムエレクトリックマシナリー | 宝生寺               | 株式会社 アットホーム四国     |               |
| 旭食品(株)中四国支社        | 医療法人地塩会 南国中央病院    | 大和田石材             |               |
| パシフィック観光(株)        | 医療法人 香美会          | カーサ・シモダ           |               |
| (株)四国索道工業          | 土佐石油輸送 株式会社       | 有限会社 吉本鉄工所        |               |
| 高須工業(株)            | 有限会社 岩城建築設計事務所    | 株式会社 山本工作所        |               |
| (株)垣内              | 高橋物産 有限会社         | 医療法人千博会 南国厚生病院    |               |
| 久保田食品(株)           | 株式会社 栄光工業         | 藤川養鰻              |               |
| 美津和産業(株)           | 株式会社 昭栄           | 西川歯科              |               |
| (有)クボソ工建設工業        | 有限会社 繁春鉄工所        | (株)石材彫刻小笠原        |               |
| (有)南国清掃            | 小栗医院              | 日章郵便局             |               |
| 共栄電機工業(株)          | (株)高知前川種苗十市物流センター | 有限会社 久枝建設         |               |
| 有限会社 篠原基礎          | 南国建興 株式会社         | 小規模多機能型居宅介護事業所みそら |               |
| 株式会社遠藤青汁高知センター     | やまもも歯科クリニック       | 株式会社 藤森運送自動車整備    |               |
| JA高知県長岡支所          | まちのパン屋さん Perori   | 株式会社プロテックタケチ      |               |
| 四国スッピル工業 有限会社      | 南国市立白木谷小学校        | 有限会社 十市水道工務店      |               |
| 昭和産業(株)            | (株)南国緑地建設         | 株式会社 伊藤園          |               |
| (株)佐々木造園           | 四国三和工業 株式会社       | 葵重機(有)            |               |
| (有)南国レッカー          | 西島園芸団地            | (有)安全整備           |               |
| コウチ重電工(株)          | さん花園              | 吉本皮膚科             |               |
| 協同組合テクノ高知          | 仙頭工務店             | ローソン南国明見店         |               |
| グッドラックカンパニー(株)     | 平山肥料店             | 株式会社ニシトミ          |               |
| 高知ヤクルト販売(株)        | なんごくアニマルクリニック     | 三菱電気              |               |

# “外国人”から“ご近所さん”へ



## 『食』を通して地域交流を

南国市在住の外国の方は540人（R6年12月末現在）と10年前に比べ約2倍に増加しています。そのような中、言葉の壁や文化の違いにより、お互いがどのような関係にあって良いか悩むことは少なからずあると思います。

そこで今回は、地域の身近な相談役である民生児童委員と地域に住む外国の方が料理を通じてお互いを知るため交流会を開催しました。

今回参加したのは、大篠地区民生児童委員協議会（以下、大篠地区



キム・ガンイルさん、アウン・ボ・ボゾーさん

民生協)のみなさん、韓国出身のキム・ガンイルさん（以下、ガンちゃん）と、ミャンマー出身のアウン・ボ・ボゾーさん（以下、アウンくん）です。お互いを知るため、メニューは大篠地区民生協のみなさんは『いなり寿司、味噌汁、酢の物、ようかん』、ガンちゃんは『チヂミ』、アウンくんは『お茶の葉サラダ』とそれぞれの国で親しみのある料理を作り、披露しました！



大篠地区民生児童委員協議会のみなさん

## 🍲 互いを知るいじりから始める

調理開始とともに手際良く進める大篠地区民児協のみなさん！余った食材もその場にある材料とアイデアでもう1品作るなど余すことなく調理されていました。

一方、ごま油の香りでみんなの食欲をかき立てたのは料理が得意なガンちゃん。市販のチヂミ粉に天ぷら粉を加え、ごま油を多めに入れて焼くことでカリッと仕上がるなど、美味しく作るコツをみんなに教えてくれました。

アウンくんが作るお茶の葉サラダはミャンマーではポピュラーな料理と紹介してくれましたが、味の想像が全くつかない私たちは本場の食材を次から次に味見…味見…。お茶の葉はバジルのような風味がありトマトなどの野菜と相性良く、そこにカリカリのナッツの食感と香りが合わさることで「お酒にも合いそう！」と、大好評でした！

最終、和気あいあいと楽しい雰囲気の中、料理を通してそれぞれの国の文化や味付けについて触れることができ、自然と広がる会話に時間もあっという間に過ぎていきました。

## 🍲 地域に暮らす一員として

食後にはみんなでテーブルを囲み、生活課題や日常生活の中の困りごと等について話し合いを行いました。

ガンちゃんやアウンくんからは、ゴミ出しのルールの難しさに関すること、日本語（方言）で困ることも多いため、家に引きこもりがちになっている外国人もいるのではないかと話がありました。また、閲覧版が回ってこないことで地域の情報が分からないといった悩みも話されていました。

大篠地区民児協のみなさんからは、お互いに知らない状況では声を掛けにくい場面もあるため、居住す

る時点で顔合わせなどのきっかけがあれば声を掛けやすい、外国の方に限らず住民が抱えている困りごとを、地域の会で話し合っていく必要がある等の話がありました。今回、交流の場を設けたことでお互いを知るきっかけが生まれ、同じ地域に暮らす一員として悩みや想いを共有することができました。話し合いの最後には、2人の仕事（防災に関する事など）を活かして、地域で出前講座をしてほしい！とお願いできる問柄に。これからは『ご近所さん』として互いに支え合う関係の始まりです。







# くらしのお宝を紹介！

～誰もが年齢を重ねても自分らしくいきいきと暮らせるように～

今回は、南国市内を拠点に活動をする **どんぐりの会** を取材してきました



## 活動MEMO

- ・グラウンドゴルフ 火曜日9:30～  
金曜日13:30～
- ・ウォーキング 第2・4木曜日10:00～
- ・料理教室 不定期

※詳細はお問い合わせ先までご連絡ください



### 活動のはじまり

どんぐりの会は、健康づくりをメインに活動している地域の集いです。活動のはじまりは、社会福祉協議会で行っていた『男の体操教室』に参加していた仲間たちが、体操教室の終了をきっかけに「折角、仲良くなった仲間と関わりが途切れるのはもったいない。この仲間と継続して何かしたい！」という想いのもとスタートしました！

活動当初は、メンバーが男性のみだったため「南国おんちゃんの会」という名前で活動していましたが、気軽に、かつ幅広い方に参加してほしいという想いから、「どんぐりの会」と改名し、南国市内を拠点に活動をしています。

### 上手い下手よりも、楽しむこと☆

メンバーの平均年齢は75歳！11名の方が加入をしています。活動内容は主に、グラウンドゴルフやウォーキングをしており、今年度からは新たに料理教室も始めました！グラウンドゴルフでは、道具を貸していただけるのに加えて「上手い！」と声も掛けてもらえるので自然と笑顔になれ初心者でも始めやすいのが魅力的！

また、1人では退屈なウォーキングも、仲間と一緒に歩けばあっという間に時間が過ぎる！と話をされるみなさん！“楽しむのが1番！”を合言葉に、どの場面でも和やかな雰囲気の中、笑い声が絶えず活動をされています。

### 仲間との『出会い』を大切に…

活動のきっかけにもなったように、“人と人とのつながり”を大切にしているみなさんは、メンバーの好きな事や得意な事、やりたいことを活動に活かしています！地理や歴史に詳しい方にはウォーキングコースを考えてもらったり、「料理教室をしてみたい」と声が上がれば実施に向けて計画し、挑戦してみるなど何ごとともみんな楽しんでる姿がとても印象的です。

また、飲み会を開いて集まったり、日頃から互いの体調を気に掛け合う仲へと発展しています。

### これからも活動を続けていくために

どんぐりの会が始まって約2年。メンバーの式地さんは「皆でやるきこそ、楽しいし続く。1人やってたら絶対続かん！」と活動が続く秘訣を教えてくださいました。また、代表の松本さんも「これからも健康で元気に過ごしていくために、皆のやりたいことや楽しいことを取り入れながら活動を継続していきたい！」と話されるとともに、「一緒に楽しみながら健康づくりをしてくれる仲間が増えると、もっと嬉しなあ。」と想いを話してくれました。

**どんぐりの会では一緒に活動してくれる仲間を募集しています！初心者の方でも大歓迎★興味のある方はぜひ、お問い合わせください！**



### 参加者の声

松本さんに誘われて参加するようになった。知らん人ばかりやけど、いざ入ってみると、みんな良い人ばかりで活動も楽しい！  
ウォーキングでは普段歩かんような道を歩いたり、みんな色々教えてくれるき新しい発見がたくさん！



大川さん (70代)

### 参加者の声

どんぐりの会に参加して2年になります。今では、週3回のグラウンドゴルフが楽しみです！体を動かし、大声で笑って、ストレス発散にもなっています。もっと女性が増えれば私も嬉しいです☆



堀川さん (70代)

『つなまる』では、地域のつながりや支え合い活動について、情報収集や発信を行っています。困りごとのご相談や「こんなことやってるよ！」等々の情報提供もお待ちしています。ぜひあなたの街の良いところを取材させてください☆

### お問い合わせ

**南国市地域包括支援センター  
088-804-6010**

つなまるには「人とつながりが輪のように広がりますように」という願いを込めています。

もっと 学ぶが好きになる!

# 小学生の学習の場

**対象者**：塾に通っていない小学3～6年生

**日時**：毎週**土曜日**または**日曜日**

3・4年生 9時半～10時50分(主に国・算)

5・6年生 13時半～16時05分(主に国・算・理・社)

**場所**：南国市社会福祉センター(南国市日吉町2丁目3-28)

**内容**：学校の宿題や苦手な教科のドリルを使って普段とは違う環境で集中して勉強ができます(^-^)  
★

また**遠足**や**夏休みの工作づくり**など♡楽しいイベント♡も開催予定です♪

**利用前に面談を行いますので、下記のお問い合わせ先まで一度ご連絡下さい**

※面談の結果、ご希望に添えない場合もございますのでご了承下さい。

※進学塾とは異なります。教材はご自宅でご準備してください。

※先着順となりますので、定員により募集を終了する場合がございます。

※イベントのみの参加はできません。

※送迎につきましてはお家から社会福祉センターのみの往復とします。

参加費無料

送迎あり

見学・体験可能★

## お問い合わせ・お申込み先

南国市社会福祉協議会  
あったかふれあいセンター  
☎ 088-863-4444



携帯・スマホの方はこちらのQRコードからお申込み可能!!



# 学習の場での様子

他校のお友達も

できたよ^^

休憩時間はお友達とおりがみやボードゲームをして遊んだりして楽しんでいます!

学習中の様子

自分のペースで勉強することができるため、集中して取り組むことができます!



楽しいよ♡



イベントの様子

年に数回、遠足や社会見学といったイベントを企画★勉強を頑張るきっかけにもなっています



学習の場にみんな、来てね~!!



成年後見・権利擁護に関する

# 司法書士相談

日時 令和7年3月25日(火)14:00~16:00

場所 南国市社会福祉センター(南国市日吉町 2-3-28)



相談無料  
事前予約制

※相談時間は一組30分までとさせていただきます。  
※予約制(先着順)となります。定員に達した場合は受付を締め切らせていただきます。ご了承ください。  
※予約時に相談内容をお伺いさせていただきます。

【ご予約・お問い合わせ】 南国市権利擁護センター ☎088-863-4444

## たくさんの愛をありがとう!!

### 【古切手・プルタブ等】

- |              |                  |
|--------------|------------------|
| 森本 和幸 様      | 地域活動支援センター「南国」 様 |
| 池田 伊都子 様     | (有)溝淵勇建材店 様      |
| 下元 智恵 様      | 特定非営利活動法人うーたん 様  |
| 澤村 豊 様       | (株)タイシン(高知市介良) 様 |
| 恒石 和宏 様      | ウィール社 様          |
| 北村 祥多 様      | 北陵東地区民生児童委員協議会 様 |
| 竹村 洋子 様      | 南国市福祉事務所 様       |
| 加藤 様         | 南国市総務課 様         |
| 住吉の武市 様      | 南国市企画課秘書広報係 様    |
| 立田金物店 様      | 南国市環境課 様         |
| 高知ユナイテッドSC 様 | 南国市長寿支援課 様       |
|              | 南国市観光案内人の会 様     |

### 【食料品】

高芝 智子 様

### 【車いす】

(株)レディ薬局 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。



## 学生の制服リユース しています!



さまざまな事情で制服を購入することが難しいご家庭に、  
ご寄付頂いた南国市内の高校・中学校の制服をお渡ししています。

### ご利用方法

#### ①在庫の確認

南国市社会福祉協議会ホームページ内で【制服在庫一覧】を確認のうえ、

ご連絡ください。

※学校やサイズによっては在庫がない場合もあります。  
※現在、在庫の制服については旧の制服だけになります。  
ご了承ください。

#### ②お渡し・相談受付

○担当職員と日程調整後、お子様と保護者の方一緒に来所していただきます。

○保護者の方に【生活状況に関するアンケート】を記入していただきながら、  
お子様にはサイズを合わせていただきます。

○制服をお渡しすると同時に、お困りごとがあれば引き続き相談員が対応  
させていただきます。

QRコードを読み取ると  
ホームページにつながります!



### 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  
(代表) 088-863-4444 (直通) 088-803-4122



南国市地域福祉フォーラム  
関嬉扇 9

このフォーラムでは南国市の“住民同士の支え合い活動”を広く発信し、身近な地域の取り組みがさらに広がっていくことを目指しています。  
『能登半島地震』から1年、災害現場では多くのボランティア活動が行われました。しかし、ボランティア活動は災害時だけでなく、**地域コミュニティの維持**や**住民同士のつながり**など、普段の生活の中でも重要な役割を持っています。そこで活動報告などから、“**住民ひとりひとりがいま自分にできるボランティア**”について考えていきたいと思います。

# あなたが動くと地域が変わる ～愛と勇気とボランティア～



## 基調講演

「できる人が、できるときに、できることを」  
～土佐清水市で暮し続けるために～

特定非営利活動法人 ふくしねつと CoCo てらす  
事務局長 西本 久美香 氏

## 活動紹介

「南国市観光案内人の会について」

南国市観光案内人の会  
会長 村上 隆夫 氏



入場無料

申込不要

3/15(土)

13:30～15:30  
(受付 13:00～)

場所 南国市社会福祉センター-3F 多目的ホール  
(南国市日吉町2丁目3番28号)

定員 70名

※駐車スペースに限りがありますので公共交通機関または乗り合わせ等でのご来場をお願いいたします。

お問い合わせ 南国市社会福祉協議会  
TEL: 088-863-4444 mail: nfukusi@nanshakyo.or.jp