



南国市社協だより

第224号

まんてん

1月号

平成29年1月1日

発行 社会福祉法人南国市社会福祉協議会
〒783-0001 高知県南国市日吉町2丁目3番28号
南国市社会福祉センター内
TEL 088-863-4444
FAX 088-863-4445

メールアドレス nfukusi@nanshakyō.or.jp
ホームページ <http://nanshakyō.jp/>



- P 2 ... 新年のごあいさつ (社協会長、民協会長、長岡東部保育園園長、岡豊保育園園長、役員一同)
南国市民生委員・児童委員、主任児童委員委嘱状伝達式
- も** 4 ... 【特集】地域の配食活動について
- 6 ... 今月のピックアップ① 南国市社会福祉協議会で農園始めました!(あったかファーム、農園ぼむ)
- く** 7 ... 今月のピックアップ② 南国市老人クラブ連合会会員大募集/南国市地域包括支援センターからのお知らせ
- 8 ... 岡豊保育園だより
子育て支援センター にじいろセンターおこう日誌
- じ** 9 ... the 若もん! / たくさんの愛をありがとう
- 10 ... 募集・催し・お知らせページ
- 12 ... 生活困窮者相談窓口のご案内

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 ↓



あけましておめでとうございます。

開園して早くも七年が経ち、やっと私たちの園でも保育実践が積み重なってきて、かなりおもしろくなってきました。手探りで始まった「はじめまして」の保育者集団は、とにかく子どもの姿を共有して担任まかせではない、みんなで考え、育て育ち合う風土を、構築しようと日々努力してきました。

『発達の学び』は保育の専門職である私たちにとって、欠くことのできない武器でもあります。さしずめ大工さんでいえば「カンナ」板前さんなら「包丁」といったところでしょうか。これを身につけた保育者に保育される子どもは幸せだと思います。

とはいうもののその学びはそう簡単ではありません。私たちにその気付きをもたせてくれたのも目の前の子どもたちでした。

今年もそんな子ども達の健やかな育ちのために、30人の職員手を携え最善を尽くしてまいりたいと考えております。なお一層のご理解とご協力を賜りますようお願いし、新年のご挨拶とさせていただきます。



長岡東部保育園
園長 久武 玲子

新年あけましておめでとうございます。

皆様お揃いでよいお年をお迎えのことと存じます。

平成24年4月1日：南国市社会福祉協議会の仲間入りをさせていただいて、早くも5年が経ちました。この間私たち職員一同は『一人ひとりの子どもを認め、全面発達を保障する』の園の方針の基、『仲間を大切にし共に育ち合う』保育の創造に務めてきました。乳幼児期にたくさんの人の暖かさに触れ、人の気持ちに気づき、寄り添って、優しさを身につけて欲しいと願い岡豊地域の豊かな自然の中で見守られながら過ぎた5年でした。

新たな年を迎えるにあたり、おとなも子どもも共に次のステップに進みさらに充実した毎日を過ごせるよう気持ちを引き締めているところです。目の前の子どもたちは仲間との関わりの中で日々成長し続けています。『もっと素敵になりたい』の気持ちを膨らませ『面白かった！またやろう！』の満足感を次のあそびに挑戦する力（意欲）にかえていけるような保育内容の充実を職員一同、皆様の意見を伺いながらしっかりと創っていきたく思います。又、子育て支援センターにじいろセンターおこ方も未就園児と保護者の皆様にご利用いただき賑わっています。これからももっと身近な存在になれるよう一層努力してまいります。今後とも岡豊保育園の充実、発展に一層のご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げ年頭のご挨拶とさせていただきます。



岡豊保育園園長
子育て支援センター
にじいろセンターおこ方
所長
吉永 泰子

南国市民生委員・児童委員、主任児童委員委嘱状伝達式



平成28年12月1日は3年に1度の全国一斉に民生委員・児童委員、主任児童委員の改選が行われる日でした。南国市では、厚生労働大臣の委嘱状が橋詰市長から29名の新任者と102名の再任者を合わせ131名の委員に12月2日、グレース浜すしにおいて伝達されました。

緊張した面持ちで委嘱状を受け取った新任者も再任者も、厚生労働大臣から委嘱されたボランティアとして、住民の身近な相談相手、つなぎ役としての決意を固め合う伝達式となりました。

伝達に当たって橋詰市長は、「今日、福祉課題が複雑多様化し、経済的自立支援や南海トラフ地震への対応など公的支援だけでは解決しにくくなっている。生活課題の解決、コミュニティーの再生、地域のネットワークづくりなど地域住民のつながり、支え合いの再構築や民生委員が地域で活躍されている貴重な視点を福祉行政に生かしたい」と民生委員への期待が述べられました。

また、一斉改選を受けた組織総会では、濱田二三恵委員が南国市民生児童委員協議会の会長に選任されるなど役員改選が行われました。

新年のごあいさつ

明けましておめでとうございます。

皆様には新春を健やかにお迎えのこととお喜び申し上げます。

旧年中のご支援、ご協力に感謝申し上げますと共に、本年もよろしくお願い申し上げます。

おかげさまで各事業におきましては、順調に推移することが出来ました。本年も地域福祉計画並びに活動計画に沿って、市民の皆様が安全で安心して暮らせる福祉のまちの向上に努めたいと思います。

そのため昨年締結いたしました日本赤十字社高知県支部と南国市、南国市社会福祉協議会の三者協定に基づき、包括的な連携と協力をしていかなければと思っています。南海トラフ地震やその他の災害に備えて、地域の方々と一緒に防災について勉強していきたいと思っています。

万一災害が発生した場合、まず自分の身を守ってください。そして被害が大きく広範囲にわたる場合、公助だけに頼ることは出来ません。お互いに助け合う、共助の力と個人の自助が最も必要となります。そこで、どんな時でも地域の住民の絆・結束・助け合いの重要性を機会があるごとに強くアピールしていきたいと思っています。

本年も災害のない安心して暮らせる年でありますようお願いし、新年のご挨拶といたします。



南国市社会福祉協議会
会長 澤村 豊

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

皆様方お揃いでよき春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

私たち民生児童委員は、厚生労働大臣、高知県知事から委嘱を受け新しく1期3年間、地域の皆様の心の支えとして相談、見守りなどの福祉活動を行ってまいります。

今、私たちを取り巻く社会環境は厳しさを増し、少子・高齢化がますます進み弱者へのしわ寄せがさらに強く感じられます。このことは児童、障がい者への虐待、又高齢者に多く見られる認知症、生活困窮者等の社会課題が複雑に絡まり重度化していることがうかがえます。

地域住民の一番身近で良き相談者として、私たち民生児童委員が何かと力になりながら頑張っているところです。しかし、近年人間関係の希薄化により家庭への訪問が困難になってまいりました。まず、このような問題を根気よく一つ一つ解決しながら、一步一步前進してまいる所存でございます。

私たち民生児童委員が、地域住民から信頼され、頼りにされるようになるためにはこれまで以上に、地域の様々な行事等に積極的に参加しコミュニケーションを深めることが大切ではないでしょうか。

南国市、南国市社会福祉協議会、その他関係機関と連携をとりながら地域の福祉向上に一翼を担ってまいります。新しい年が皆様にとりまして幸多き年になりますようにご祈念いたしまして年頭のご挨拶とします。



南国市民生児童委員協議会
会長 濱田 二三恵

その他

会長理事 澤村 豊
副会長理事 竹村 明
常務理事 濱田 二三恵
理事 岸本 敏弘
山本 幸男
山本 弘志
野島 明子
尾木 秀信
北村 一水
藤本 眞事
今井 義則
山本久須 亀
前田 承世
平田 正光
久武 玲子
濱田 伸夫
山崎 貞夫
島内 征史
山本 幸子
山内 俊暢
山本 幸子
門脇由紀子
前田 賢夫
浜田誠志郎
岡林 忠男
入交 満
田岡 久典
山岡 茂生

職員一同

役職員一同も謹んで
新年のお祝いを申し上げます

【特集】地域の配食活動について

野田地区

やまびこ会のみなさんによる配食の紹介

●やまびこ会について

やまびこ会では、毎月15日に野田公民館でお弁当をつくり、配っています。約30名ほどの野田地区の方が、ボランティアさんとして活動しています。やまびこ会の活動は20年以上続いています。

●誰に配っているのか

原則、野田地区の75歳以上の一人暮らしの方を中心に配食しています。一食250円で提供しています。

●どのようにして作っているのか

ボランティアさんはグループに別れてローテーションを組んでおり、毎回6名ほどのボランティアさんがお弁当作りに取り組んでいます。1回で30食以上つくります。前日から買出しや仕込みをおこない、当日は朝早くから集まってお弁当を作っています。

●工夫していること

お弁当は彩りを考えて丁寧に、心をこめて作っています。毎回お弁当を作り終わった後、気づいた事や反省点などをノートに記入しています。そのノートは各グループで互いに共有しています。



▲野田公民館



▲公民館にて調理



▲年末のお弁当はおせち料理! (2015年)

インタビューコーナー

はいしょくは、地域のつながりづくり

配食について、やまびこ会の方にインタビューしてきました!

●やまびこ会の活動をはじめ、どのような変化がありましたか?

活動をはじめて変わったことは、人と人とのつながりができたことです。

その一つは、作る側のつながりです。

地域には様々な活動がありますが、以前に比べると、地域の方が集まる機会が減ってきているように感じるがありました。そのような折、やまびこ会が結成されました。地域の方に声をかけると、多くの方がボランティアとして参加してくれました。すると、これまで会うことが減っていた人とも集まることができました。毎回楽しみながらお弁当づくりに取り組んでいます。

もう一つのつながりは、お弁当を配る人と受け取る人とのつながりです。配達時には様々な話をしています。お弁当をきっかけに、地域の人と人がつながることができています。

●配食を通してどのような見守り活動がおこなわれていますか?

配食は月に1回ですが、配食の前に電話をしたり、お弁当箱の回収に伺ったりと、様々な機会を通して話をすることができています。過去にはお弁当を届けにいったところ、体調を崩されていたため病院へおつなぎしたこともありました。

●今後の展望を教えてください。

やまびこ会の活動は、配食の時だけでなく、災害時などにも、大きな力を発揮するのではないかと考えています。この活動をこれからもずっと続けていきたいです。

やまびこ会ではボランティアさん(野田地区の方)を募集しています!



▲やまびこ会の門田さん

南国市には、住民の方が中心となって配食活動に取り組んでいる地区があります。主に一人暮らしの高齢者の方等に配食しています。配食の目的は、美味しいお弁当をお届けする事だけでなく、地域の見守り活動の一環として行なわれています。今回は、長岡東部地区の「給食セブン会」、野田地区の「やまびこ会」の活動を紹介します。

長岡東部地区

セブン会のみなさんによる配食の紹介

～ふれあい活動事業「給食セブン会」のお弁当作りの様子～

長岡東部地区では毎月20日に、70歳以上でお買い物に行けない方や独居の高齢の方・障害者の方対象に、1食250円で給食サービスとして「ふれあい弁当」を配食しています。

平成7年にセブン会が発足され今年で22年目。7つの地区のボランティアさんが、長岡東部ふれあい館に集まり、月交代で約40人分のお弁当を作っています。

お弁当は色んな工夫がされ、栄養のバランスを考えた健康的な食事が作られています。その上、彩りよく、美味しく、隙間なく沢山!!と、食材はその時の季節の食材を使い一段と美味しさが増します。なんと果物は西島園芸団地さんから毎月寄付をして下さるので、旬の果物を食べることができます。地区で採れた野菜を頂いたりおはぎ作りが上手な方がいたり、地区の皆さんの協力があり配食が行われています。7つの地区に分かれて作っているため、味や工夫が違っているのも食べられている方の楽しみになっています。また料理だけではなく、もみじや南天などを飾って季節感や色を楽しみながらいただけるようにと…。こうして皆さんの色んな思いが詰まったお弁当ができあがります。

できあがったお弁当は民生委員さんが届けます。手作りのお弁当を届け声かけする事で、安否の確認や生活状況や周辺の様子を把握し見守り活動ができます。

配食という一つの活動で、人との交流や地域での仲間づくりができ、皆さんがそれぞれの役割を持つことで、高齢者や障害者が住み慣れた地域で暮らし続けていけるよう支えていると思えました。お話しをしてくださった地区の皆さん、ありがとうございました。

※困り事がありましたら、地区の身近な民生委員さんにご相談下さい。



白米も時には、粟、五目、枝豆、えんどう豆、赤飯きのこご飯に変わります。



献立と、色んな情報を載せた手紙をお弁当に添えています。



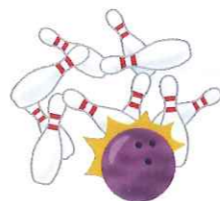
▲おせち配食は毎年12月25日に、お正月用のお花セットをつけて配っています。とても豪華ですね!

今月のピックアップ **2**

南国市老人クラブ連合会

会員大募集

～あなたの知識や経験を生かしてみませんか～



南国市内では現在 40 クラブ、約 1600 人の老人クラブ会員が友愛・社会奉仕・健康づくりを基本に、広く社会に貢献する様々な活動を行っています。

おおむね 60 歳以上の方であればどなたでも参加できます。是非、クラブの会員になって同世代の仲間との交流や、地域貢献など一緒に参加してみませんか？

会員になるには、お近くの老人クラブ会員を通じて加入をお願いします。お近くにクラブがあるかどうか分からない場合は、事務局までご相談ください。

老人クラブの活動

生活を豊かにする楽しい活動

健康づくり

- ・ボーリング交流会
- ・体育大会
- ・ろうれんピック
- ・健康ウォーキング



生きがいつくり

- ・サークル活動 (各単位老人クラブで様々な活動を行っています。)
- ・芸能発表交流会



奉仕活動

- ・登下校時の見守り活動
- ・清掃活動
- ・地域ボランティア活動



友愛活動

- ・ひとり暮らし高齢者などの見守り、情報提供などの友愛訪問
- ・サロン活動



地域を豊かにする社会活動

【お問合せ】南国市老人クラブ連合会 事務局 (担当 北野・仙頭)
TEL (088)863-4444

南国市地域包括支援センターでは

主任ケアマネージャー、社会福祉士、保健師などが中心となって、高齢者が地域で自分らしく、生き生きと暮らすことが出来るように支援しています。「介護予防」「権利を守る事」「様々な相談事」「暮らしやすい地域の為に」…とともに考えながら、より良い暮らしをサポートします。一人で抱え込まずに、お気軽に相談してください。



南国市地域包括支援センター
電話番号 088-804-6010

今月のピックアップ **1**

南国市社会福祉協議会で農園始めました！

～一緒に野菜作ってみませんか？～

『あったかふれあいセンター』と『あんしん生活サポートセンター』の共同で運営をしておりますが互いに主旨が異なりますので、下記どちらにあてはまるかご確認下さい。

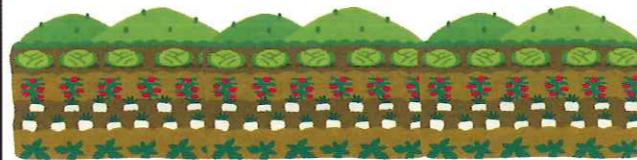
畑や野菜に興味がある方はコチラ



あったかファーム



この畑は、みんなで野菜作りを楽しみ、誰でも気軽に来られる居場所を目指してやっています。そこで、一緒に野菜作りをする仲間を募集しています！みんなで楽しく畑をしませんか？お待ちしております！！
対象は特にありません。畑や野菜に興味がある方など、また年齢や性別なども問いませんので、お気軽にご連絡ください。費用は基本的に一切かかりません。



詳しくはコチラまで！
申し込み・問い合わせ先
あったかふれあいセンター
TEL:088-863-4444(担当:久保)

自分を変えたい方はコチラ



～ひきこもり・ニート自立農園～



この農園は何かの原因で自宅から出られなくなった方、もう一度頑張ってみようと思っている方を対象に、居場所として提供しています。家から一歩出て一緒に農作業しませんか？
※【生活困窮者自立支援事業】に基づいた【就労準備支援事業】の一環としておこなっており、事業利用には65歳未満など別途要件がありますのでお問合せください！

【あんしん生活サポートセンター 088-803-4122 担当:福川】



ザ わか the 若もん!

『the 若もん!』では、南国市で活躍する“今どきの若もん”を毎回紹介していきます。未来に向けて頑張っている若もんと私たち、「みんなあ」で支え合える南国市を作りましょう。

聞き手：岩本 和也

はま さき ち さと
浜崎 千里さん (22歳) グループホームひよし 勤務

Q: 南国市はどんな町ですか?

スーパーがたくさんあり、便利な街だと思います。市街地は新しい家がたくさんあり、地域の交流はどうか気になります。

Q: なぜ福祉の道に進まれたのですか?

高校生の時に、就職アドバイザーの勧めでグループホーム見学に3日間行きました。入所の方々と交流でいい経験ができました。その後卒業と同時に就職しました。

Q: どのような仕事をしているのですか?

食事や入浴、トイレの事、調理を一緒にしたりしています。調理は下さりえは大好きですが、味付けに自信がなく、入居の利用者さんにアドバイスをもらいながら一緒に作っています。

Q: 仕事をしていてよかったなあと思うことは?

入居者さんが安心して過ごせるように心がけていますが、入所者さんが初めてありがとうとおっしゃってくれた時はうれしかったです。通勤中や休みの日にも街で見かける大変そうな方を見かけると心配になります。

Q: ボランティアに興味はありますか?

新聞記事で子供の食堂の記事を見たのですが、調理や交流が出来ないかと考えました。また、先日仕事にて参加できなかったのですが、ボランティア日には来年参加したいと思いました。

Q: 今後の目標は?

今年は介護福祉士の資格に挑戦したいと思います。様々な研修に参加し、介護技術や、支援技術の向上ができればと思います。

●素敵な笑顔と、熱い思いが感じられるインタビューでした。

「まんてん」1月号には赤い帽子のおーくんがどこに隠れているでしょう?! 探してみてね!

答えは一番後ろのページにあるよ! くわしい答えは、ホームページでチェックしてね!
※9ページは対象外です。



南国市社協キャラクター おーくん

南国市社会福祉協議会 検索



たくさんの愛をありがとう!!

【古切手・プルタブ等をいただきました!】

- | | | | |
|-----------------|----------|-------------|--------------|
| 今井 義則 様 | 柳瀬 タヅコ 様 | 大島 久子 様 | 岡林 由紀子 様 |
| 西森 律 様 | 上田 啓子 様 | 松本 妙子 様 | 下元 智恵 様 |
| 川本 なぎさ 様 | 由原 隆一 様 | 小蓮長寿会 様 | 久礼田保育所保護者会 様 |
| 手話サークルおながどり 様 | | (有)溝淵勇建材店 様 | |
| 南国市福祉事務所 様 | | 南国市企画課 様 | |
| 企業組合ごめんシャモ研究会 様 | | | |

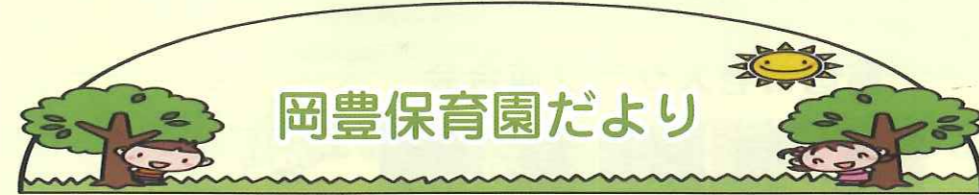
【お詫びと訂正】

前号のまんてん11月号「たくさんの愛をありがとう!!」内にお名前および敬称の誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。(誤)森 和幸 → (正)森本 和幸 様

記載以外にも匿名様よりたくさんいただきました。ありがとうございました。いただいたご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。



岡豊保育園 南国市岡豊町八幡922番地1 TEL 088-862-0110 ホームページアドレス <http://nanshakyo.jp/okouhoikuen/>



岡豊保育園だより

岡豊保育園のホームページはこちらどうぞ ↓

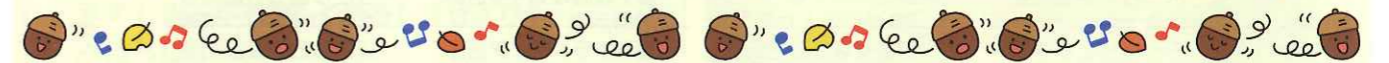


新年あけましておめでとうございます。

運動会を終え、お店やさんの遊びに向けて自然豊かな岡豊の地域に素敵な材料(どんぐり、木、花)を見つけに行った2歳児りす組の子ども達。大きな竹を見て『きりんさん(5歳児)の竹馬やー!』と歓声が上がりました。

「高く伸びた竹がカッコイいきりんさんみたいに見えたのかな」と、思うとかわいいつぶやきでした。じゅず玉やピーズ…。いろんな素材を組み合わせ各クラスが工夫した品物が保育室に溢れると、宣伝マンのこども達が活躍。毛糸のポンポンが嬉しいとうもろこしのケン玉や変身グッズを身につけて見せびらかします。「それいいねー☆」「すてき買いたい!」と言われると嬉しくてあちこちいろんな人に自慢しているこどもたちでした。

お店やさん当日は、きりん組さんやばんだ組さんがステキなお店を開いてくれて欲しかった品物をいっぱい買って大満足のおこうっ子。これからは、進級、就学に向けて友だちと力を合わせます。



子育て支援センター 「にじいろセンター・おこう日誌」

【あそぼう会・ほんわかタイム絵本の読み聞かせ】

11月9日(水)は、あそぼう会! センターからも保育園に遊びに行きました。今回は「おもちゃを作ろう!」みんなで新聞で思いっきり遊んだあと牛乳パックの車に新聞をギュッツギュッツと詰め込み、車のおもちゃを作りました。それから、なが〜い保育園の廊下で車をひっぱって楽しく遊びました。

そしてその日の午後は「ほんわかタイム」保育園の先生が毎月第2水曜に絵本の読み聞かせに来てくれます。

今回は朝も一緒に遊んだ1歳児あひる組からクラスで人気の絵本と朝一緒に作った車をもって遊びに来てくれました。毎月各年齢の先生が楽しい手遊びや絵本を紹介してくれセンターの親子も毎回楽しみにしています。

にじいろセンターおこうのホームページはこちらどうぞ ↓



子育て支援センターにじいろセンターおこう 南国市岡豊町八幡925番地1 TEL 088-862-0110 ホームページアドレス <http://nanshakyo.jp/okouhoikuen/>

南国・香美・香南三市合同災害ボランティアセンター運営模擬訓練のご案内

今世紀前半にも発生すると言われている南海トラフ地震は、県民が過去に経験したことのない甚大な被害をもたらすと想定されています。そこで地域の力で、またボランティアの力を活かしながら、住民の「くらし」を支える「災害ボランティアセンター」を立ち上げ・運営することができるよう運営模擬訓練を実施します。多くの方のご参加をお待ちしております！

- 日時 平成29年2月3日(金) 13:30~16:00
- 場所 高知県立青少年センター 小アリーナ(香南市野市町西野303-1)
- 送迎 南国市社会福祉センター(日吉町2丁目3番28号)を12時40分にマイクロバスが出発します。なお、乗車人数に限りがございますので、申込みの際にお問い合わせください。

※1月20日(金)までに下記連絡先へ TEL、FAX、Eメール等で事前にお申込みください。

【申込み先】

南国市社会福祉協議会(担当 北野)
TEL (088) 863-4444 FAX (088) 863-4445  kitano@nanshakyo.or.jp



にじいろセンターおこうからのお知らせ 『子育て講座・絵本の読み聞かせ』



- 講師 子どもと本をつなぐ会
- 対象 未就園児の親子20組(要予約)
- 日時 平成29年1月17日(火) 午前10時~
- 場所 岡豊保育園ホール

手遊び、歌、体操などを交えた参加型のおはなし会です。
年齢にあわせた絵本選びや読み聞かせのコツを学べる座談会形式の絵本講座！
絵本を使って、親子のコミュニケーションを図る方法を教えてください。
この日は、予約制になっておりますので、詳しくはにじいろセンターまでお問い合わせください。
にじいろセンターおこう(岡豊保育園) TEL 088-862-0110



平成28年度臨時福祉給付金(3千円) および 年金生活者等支援臨時福祉給付金(3万円) (障害・遺族基礎年金受給者向け) の申請はお済みですか？

【申請受付期限】
平成29年1月31日(火)まで ※当日消印有効
【申請受付場所・お問い合わせ先】

南国市福祉事務所(南国市役所内)◎番窓口
「臨時福祉給付金」担当
専用ダイヤル ☎880-6580
受付時間 8時30分~17時15分
※平日のみ(12月29日~1月3日を除く)



【3千円の給付金の支給対象者】

平成28年度分の住民税(市・県民税)が非課税の方(課税されている方の税法上の扶養親族の場合は対象となりません)

【3万円の給付金の支給対象者】

上記の3千円の給付金の対象者のうち、障害基礎年金・遺族基礎年金の平成28年5月分を受給された方(証明の提出が必要な場合があります)
※ただし、高齢者向け給付金(3万円)を受給された方は対象外で、3千円のみ支給されます。
※給付金を受給するには申請が必要です。
南国市では、対象になると思われる方には、申請書類を郵送しています。

募集・催し・お知らせページ

南国市あったかふれあいセンター 地域勉強会よっし! 地元で楽しもう!セカンドライフセミナー in 南国

コラボ
企画

新年を向かえましたが、今年も様々な勉強会を実施していきますのでよろしくお願いいたします。
さて、今回の勉強会は、高知県社協とのコラボ企画で「セカンドライフ」をテーマに、実施していきます。セカンドライフを楽しく過ごすための方法・生活設計など「健康」「お金」「つながり」の3つのテーマから「いきがい」を見つけていただくことを目的に開催します。

- 日時 平成29年1月21日(土) 13:00~17:00
- 場所 南国市社会福祉センター 3階 多目的ホール
- 内容 『退職後の生活には、どれくらいお金が必要なの?』



〈講師〉オフィス石川 ファイナンシャルプランナー 石川 智氏

『健康のススメ~体を動かして健康ライフを~』

〈講師〉まほろばクラブ南国

『退職準備ノートを書いてみよう!~いきがいを楽しく過ごすために~』

〈講師〉高知県社会福祉協議会 いきいきライフ推進課

- 対象 数年内に退職を迎えられる年代の方(55歳~65歳)とその家族
※すでに退職されている方も参加できます!
※各企業・団体の人事及び福利厚生担当の方もぜひご参加ください!



- 定員 30名程度
- 参加費 無料(事前申し込み要)
- 申込方法 平成29年1月11日(水)までに、電話もしくはFAXにてお申込みください。
- その他 セミナー終了後に参加者の交流等を目的に情報交換会を行います。

〈場所〉喰太郎 南国店 〈予算〉4000円 17:30~開始予定となっております。
事前申し込みが必要となりますので参加される方は、お申込みの際にお伝えください。
(参加費は当日受付でお支払いください。)



南国市社会福祉協議会 あったかふれあいセンター(担当 久保)
〒783-0001 南国市日吉町2-3-28 南国市社会福祉センター内
TEL 088-863-4444 FAX 088-863-4445

健康相談の日

ひいといにんにんでは、保健師さんによる健康相談を行います。
「病院に行くほどではないけどなんか気になる…」や育児の悩み等。
日頃のちょっとした悩みを気軽に相談できますよ。

- 日時 平成29年1月16日(月) 13:30~14:30
- 場所 南国市社会福祉センター1階
- お問い合わせ 南国市あったかふれあいセンター(担当 藤原)
電話 088-863-4444





生活に**困窮**していませんか？

生活に関する困りごと、

まずは、気軽にご相談を!!!

相談無料

秘密厳守

生活困窮者自立相談支援事業が、あなたの困りごと解決を目指し、柔軟にサポートします!!

<相談事例>

- ずっと働いていない、就職活動までなかなか踏み出せない…
⇒就労準備支援であなたをサポート!
- お金の管理、やりくりが苦手。(家計の問題)
⇒家計相談支援であなたをサポート!

など…



電話のほか、来所・訪問による相談も受け付けております♪

地図



南国市社会福祉協議会

あんしん生活サポートセンター

〒783-0001 南国市日吉町2-3-28

TEL:088-863-4444(代表)



088-803-4122(直通)

ホームページ <http://nanshakyo.jp/>



「おーくんを見つけれられるかな？」の答え……6ページ