

南国市社協だより

第231号

3

2018

まんてん



も
く
じ

- P 2 ... 南国市地域福祉フォーラム5『関嬉扇』のお知らせ
- 3 ... 南国市あったかふれあいセンター事業
- 4 ... 平成29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
- 5 ... 第20回なんこくボランティアDAY!
- 6 ... 岡豊保育園だより / にじいろセンターおこう日誌
- 7 ... 成年後見制度ってなに? / 日常生活自立支援事業の生活支援員を募集しています!
- 8 ... 60代から始める筋力運動教室
- 9 ... the 若もん!
- 10 ... 南国市老人クラブ連合会会員募集のご案内 / 南国市地域包括支援センターよりお知らせ
- 11 ... にじいろセンターおこうからのお知らせ / 着なくなった学生制服をご寄付ください! / たくさんの愛をありがとう!!
- 12 ... なんこく生活総合相談会

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 ↓



南国市あったかふれあいセンター事業
拠点が新しくなります!

場所：南国市社会福祉センター

入場無料
定員150名

かんきせん
関嬉扇

テーマ／始まりは声のかけ合いから！
～「我が事・丸ごと」のまちづくり～

日程
平成30年 3月10日(土) グレース浜すし
13:00～16:30
〒783-0004 南国市大浦甲1504-8
TEL.088-863-3131



主催／南国市・社会福祉法人 南国市社会福祉協議会 共催／南国市民生児童委員協議会

講演

「ペップトーク人を励ます言葉がけ
言葉の力で地域を活性化」

講師

ボディメンタルデザインスタジオ
34(サンジ)代表
フィジカル&メンタルコーチ
窪田 三思(くぼた さんし)氏



PROFILE プロフィール

1974年 愛媛県松山市生まれ。
スポーツクラブのフィットネスインストラクターとして14年間務める。グループレッスン通算5000回を超える経験から、分かりやすく伝える力、状況を把握する力、チームをまとめ人を繋げる力を身につける。
2010年7月より姿勢改善・体幹エクササイズをメインとしたボディデザインスタジオ34をオープン。心とカラダが繋がっていることを改めて確信する。
2013年6月 日本ペップトーク普及協会 ファシリテーターとして講師、講演活動開始。能力を発揮するポジティブな言葉がけを得意とする。
2016年3月 メンタルパワーパートナー協会認定メンタルコーチとして活動開始。東京オリンピック選手のメンタルコーチを目指し奮闘中。

《事例発表①》

「やさしい地域
～高齢はみんながとおる道～」

南国市民生児童委員協議会
大篠地区 川久保 知恵(かわくぼ ちえ)氏



《事例発表②》

「地域の和
～交流を通じて～」

南国市民生児童委員協議会
岡豊地区 竹村 満子(たけむら みつこ)氏



《事例発表③》

「声かけ一つで人は変わる
～失敗を通じてわかったこと～」

南国市社会福祉協議会 地域福祉課
課長 丹生谷 行朗(にゅうのや ゆきお)氏



関嬉扇とは？

地域での福祉活動がさらに育むきっかけになってほしいと考え、年に1回開催しています。今回で5回目の開催です。

なぜ関嬉扇？

名前の通り、「関わり」や「関係」はつながりを意味しています。人と人がつながってふれあいや、支えあい、扇のようにひろがってほしいと考え関嬉扇と名付けました。そこにさわやかな暖かい風が吹くようなフォーラムを目指しています。

このフォーラムの目玉は？

わたしたちが普段何気なく使っている言葉。この言葉をペップトーク【魔法の言葉】という手法を使って誰もが前向きになれる方法を知り、また南国市内で活動をされている民生委員さんや社会福祉協議会職員が、地域で起こっている問題への取り組みや支え合いの手法を見ることでペップトークの活かし方を学ぶことができます。



プログラム名	担い手育成	MORITO ROOM	カフェドポム	対象者なし	就労支援	地域を考える若者	不妊自助グループ	独居高齢者集い	子どもの学習支援	母子・父子の会
日時	月曜日 9:00 ～ 13:00	月曜日 13:00 ～ 20:00	火曜日 9:00 ～ 13:00	水曜日 9:00 ～ 17:00	木曜日 9:00 ～ 17:00	木曜日 17:00 ～ 20:00	金曜日 9:00 ～ 13:00	金曜日 13:00 ～ 20:00	土曜日 9:00 ～ 17:00	日曜日 9:00 ～ 17:00
対象者	つぐみ アカデミー 卒業生	ニート・ 引きこもり 18歳 ～ 50歳	就労 準備	誰でも可	18歳 ～ 60歳	20代 ～ 30代	不妊 治療中・ 又は、 経験者	独居 高齢者	AM 小3～4年 PM 小5～6年	AM 母子家庭 PM 父子家庭
内容	ボラン ティア活 動や 次期つ ぐみ内 容の検 討等	社会復 帰を目 指す 居場 所づく り	就労 訓練 居場 所	居場 所	収益活 動を行 い一般 就労 へのス テップ アップ	地域に ついて 考え、 担い手 を育成	居場 所	見守 り居 場所	学習・ 体験学 習	居場 所 支え合 いの体 制づく り
定員	なし	10名	なし	なし	10名	10名	なし	10名	各10名	なし
送迎	なし	○	なし	なし	なし	なし	なし	○	○	なし
利用料	なし	なし	なし	なし	なし	実費	100円 (茶菓)	650円 (食事代)	なし	なし
その他	利用料は 必要に 応じて 実費	利用料は 必要に 応じて 実費		利用料は 必要に 応じて 実費			利用料は 必要に 応じて 実費		利用料は 必要に 応じて 実費	利用料は 必要に 応じて 実費

参加ご希望の方や詳しいことは、南国市あったかふれあいセンター事業までご連絡ください。

TEL 088-863-4444 (南国市社会福祉協議会内)

平成29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

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っております。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	8,053,398円
法人募金	697,000円
街頭募金	60,950円
学校募金	66,989円
その他の募金	125,932円
合計	9,004,269円

●歳末たすけあい募金

区分	金額
戸別募金	460,150円
合計	460,150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。

大口募金者名		
サンシャインカルディア	㈱フタガミ	平山肥料店
南国ひまわり動物病院	南国いのうえクリニック	佐野獣医科病院
㈱高知空港ビル	協同組合テクノ高知	しばた整形外科
禅師峰寺	グレース浜すし	西山商事
サンプラザ新鮮館	宮田整形外科	㈱パイエム興業
四国鉱産株式会社	高専物部宿舎	まほろば眼科
白木谷砕石販売株式会社	ジョウトク建設㈱	㈱リード薬局
旭食品㈱四国支社	黒潮コンクリート㈱	㈱南国葬祭センター
㈱オルタステクノロジー高知	橋田工務店㈱	ひまわり乳業㈱
パシフィック観光㈱	㈱ハマダ工業	㈱高知食品
㈱トリムエレクトリックマシナリー高知工場	西山製菓㈱	㈱山本工作所
㈱四国索道工業	宝生寺	㈱ニシトミ
高須工業㈱	池農園	南国厚生病院
㈱垣内	医療法人地塩会南国中央病院	南国祖廟
久保田食品㈱	医療法人 香美会	プロテックタケチ
美津和産業㈱	南国市管工事設備業協同組合	十市水道
共栄電機工業㈱	高知県交通安全協会南国支部	四国三和工業株式会社
㈱クボ工建設工業	MIタウン企画部	葵重機㈱
㈱南国清掃	十市農業協同組合	㈱安全整備
JA長岡	小栗医院	吉本皮膚科
四国スッピル工業	㈱高知前川種苗十市物流センター	きび診療所
昭和産業㈱	南国建興㈱	武内石油店
佐々木造園㈱	岡田歯科	ローソン南国明見店
南国レッカー㈱	㈱鉄建ブリッジ	よさこいパーキング
コウチ重電工㈱	㈱中セキ四国高知支社	ミニパック㈱
JA南国市組合長	㈱南国緑地建設	㈱三和店装
レストランドドラック	㈱ゆず庵	ヤンマーアグリジャパン株式会社中央支店長
高知ヤクルト販売	㈱エフピコダックス	南国市小学校児童会
南国ビジネスホテル	西島園芸団地	南国市役所課長会
南国病院	さん花園	南国市社会福祉協議会職員会
ホンダカーズ南国	仙頭工務店	

第20回 なんこくボランティアDAY

～あなたの知らないボランティア～

至平成30年1月21日(日) 南国市社会福祉センターにて開催されました!



正面玄関やホールには長岡東部保育園、岡豊保育園の園児たちが描いた万国旗が飾られました。



出店

ボランティア団体や福祉事業所がイベントを盛り上げてくれました!



知る

他にも、読み聞かせボランティアや手話ボランティア、国際交流、趣味を活かしたボランティア、日本赤十字の活動が紹介されました。



知る

収集ボランティアのブースでは皆様のご協力のもとたくさんの古着等が集まりました。

- ☆古着 23箱(3辺の合計が120cm)
- ☆切手 1.2kg
- ☆インク 7.6kg



知る × 創る × 体験する

体験する

障がいを抱えた生活のプロと対決したり、少人数の対話で障がい者や健常者といったくくりではなく、一人ひとりの「人」として相互理解をする取り組みをしました。(ヒューマンライブラリー)

創る

ブルタブを使ったワークショップ等捨ててしまうのではなく、それを活かしたものづくりや、ヘアドネーションについての展示、南国市で受け入れもらえる美容院をお知らせしました。



参加して下さった皆さん、ボランティアの皆さん、ご協力ありがとうございました!





岡豊保育園だより

岡豊保育園のホームページは
こちらからどうぞ↓



岡豊保育園のホールでコマ回し大会をしました。
職員の開幕太鼓で始まり「がんばるぞー!オー!」と気合いが入るおこうっ子たち。小さいクラスから順番にコマ回しを披露しました。0、1、2歳児は指や手のひらをつかって回すひねりコマ。「かわいいね」「じょうずやね」とあったかいまなごしで見守られる中、それぞれがコマ回しを楽しみました。



3歳児は糸ひきゴマ、4歳児は木ゴマ、5歳児は鉄芯ゴマ。年齢が上がるにつれ、技を工夫したり、競い合いながらコマ回し大会を楽しみに毎日練習してきました。3、4、5歳児は誰が最後まで回せるか競い合いました。



上位3位までメダルがもらえるとあってみんな真剣です。

「あっ!まわった」「〇〇ちゃんのコマ、すごく回りゆう」「が

んばれー!!」と子どもたちも先生たちも応援に熱が入ります。

本番には力が入りすぎていつもの調子が出ず悔しがったり、かっこよく回ってよるこんだりの子どもたち。最後は表彰式でメダルを貰って「おめでとぅ」とみんなで拍手を送りました。



子育て支援センター 「にじいろセンター・おこう日誌」



にじいろセンターでは、親子に楽しく過ごしていただけるように、また、ママ同士の繋がりを深められるように、毎月一回『企画会』を開いて、ママたちのやってみたいことや聞いてみたいことなど、いろんなアイデアを出し合って、みんなで楽しめることを行っています。

また、月一回木曜日の午後を利用した『ママタイム♪』では、その日に来れるママたちが集まり、子どもたちに合わせた手づくりおもちゃを作ったり、おもちゃの補修を手伝っていただいたり、お誕生日会など行事で披露する出し物の練習など、楽しくお喋りもしながら、ゆったりとした時間を過ごしています。



成年後見制度ってなに?

? 成年後見制度とは?

認知症・知的障害・精神障害などによって物事を判断する能力が十分ではない方について、本人の権利を守る援助者(成年後見人)を選ぶことで、本人を法的に支援する制度です。

? 利用するには?

家庭裁判所への申立および審判が必要です。申立てに必要な書類や費用は、事案によって異なります。

? 申し立て出来る人は?

本人、配偶者、4親等以内の親族が申立人になることができます。また、申立人がいない場合や、協力が得られない場合は、市長が申立人となる場合があります。

? 誰が支援してくれるの?

親族や専門職(弁護士・司法書士・社会福祉士等)、法人などで家庭裁判所に選任された方が支援をしていきます。
※南国市社会福祉協議会でも、法人成年後見を行っておりますが、要件等あります。

南国市社会福祉協議会では、成年後見制度についての相談窓口を設置しております。
まずは、お気軽にご相談ください。

社会福祉法人 南国市社会福祉協議会 あんしん生活サポートセンター TEL:088-863-4444



高齢や障害のある方が、安心して生活をするためのお手伝いをしませんか?

日常生活自立支援事業の

生活支援員を募集しています!

日常生活自立支援事業って?

認知症や知的障害・精神障害のある方など判断能力に自信がない方が、安心して生活できるようにお金の管理の手伝いや困りごとの相談、通帳や印鑑など大事なものの保管などのサポートをします。

生活支援員ってどんな活動をするの?

- 活動内容…訪問による支援、生活費の受け渡しなど
- 活動頻度…週1回~月1回、利用者お一人につき1時間~1時間半程度
- 南国市内にお住まいで、自転車あるいは自家用車で移動のできる方
- 訪問活動に応じて、交通費程度の報酬があります。



地域の役に立ちたい、
社会福祉に関心のある方
大歓迎です♪

特別な知識や経験は
必要ありません

【お問い合わせ】
社会福祉法人 南国市社会福祉協議会
あんしん生活サポートセンター
(担当: 高橋・北野)
電話: 088-863-4444

「なんでもない所をつまずく」
「疲れやすい」は**老化のサイン!!**

60代から始める 筋力運動教室

週**1回**・約**30分**の
サーキットトレーニングで、
筋肉を鍛えて、いつまでも
健康で若々しく!!



平成30年4月6日～平成30年9月28日 毎週金曜日10:00～11:00

- 対象者：南国市在住の60～79歳までの介護認定を受けられていない方
- 場 所：南国市社会福祉センター3階（南国市日吉町2-3-28）
- 参加費：無料
- 定 員：先着30名

サーキットトレーニングとは？

ウォーキングなどの「有酸素運動」と、筋力トレーニングなどの「無酸素運動」を交互に繰り返し行い、体の基礎代謝を上げ、効率的に筋力アップが出来るトレーニング方法です。

申込み受付期間：3月5日（月）～3月23日（金）
※定員になり次第締め切らせていただきます。

【お申込み・お問合せ】 南国市社会福祉協議会
☎088-863-4444（担当：久保・仙頭）

The! 若もん



みうら ゆりか
三浦由利香さん(26歳)
南国郵便局勤務

「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和我们、「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、森本

Q このお仕事を始められたきっかけは？

高校卒業後、関西の学校へ進学して就職しましたが、地元でもっと人と関わる仕事に就きたいと思い郵便局に就職しました。

Q どのようなお仕事をされていますか？

主に郵便、貯金、保険全ての窓口業務を担当しており、定期的に各分野の勉強会にも参加しています。他にもキャンペーン内容などが変更になった場合にはお客様に説明ができるようその都度内容を勉強して日々忙しく過ごしています。また、お客様の希望があれば定期的にご自宅へ訪問しています。皆さん訪問を楽しみにしてくれているようです。

Q 南国市はどんなところでしょうか？

自然豊かでとても住みやすい街です。人柄も良く仕事をしていてもとても接しやすく優しい方が多いです。日常でも散歩や通勤の時に挨拶を交わしてくれる人がたくさんいます。

Q 地域や福祉と関わりがありますか？

小学校の時子ども会で神社のお祭りに参加して地域の方と交流したことがあります。直接の関わりは少ないですが、社協が実施している「認知症サポーター養成講座」など福祉関係の講座に積極的に参加して勉強してみたいと思っています。



Q 休日はどのように過ごされていますか？

読書が好きで小説などを読んだりしています。他にもカメラが好きで散歩がてら手にカメラを持って花や風景を撮っています。たまに遠出をして四万十川や県外にも足を運んで撮っています。

Q 今後の目標は？

お客様に郵便局の良さや手紙の良さをもっと知ってもらい、気配り目配りができ信頼される職員になることが今後の目標です。



南国市老人クラブ連合会会員募集のご案内

南国市老人クラブ連合会では、地域と一緒に活動をしていただける仲間を募集しております。

現在、南国市内では36団体・1400人ほどが【健康・友愛・奉仕】の理念のもとスポーツや清掃などを通じて、見守りや仲間作りの地域貢献の活動をされています。あなたも一緒に活動を通じて、これまでの経験や知識を活かしてみませんか？おおよね60歳以上の方であればどなたでも参加できます。



会員になるには、お近くの老人クラブ会員を通じて加入してください。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。ご連絡お待ちしております！



南国市老人クラブ連合会 事務局 (担当：福川・久保)
〒783-0001 南国市日吉町2-3-28
TEL：088-863-4444 FAX：088-863-4445



南国市地域包括支援センターよりお知らせ

あやしい電話・ハガキにご注意を

不審な電話にご注意ください

消防職員など公的機関の職員をかたり、「災害があったときのために必要だから」などと言って、**家族構成を聞き出そうとする**不審な電話が増えています。家族構成や個人情報をむやみに伝えると、特殊詐欺や悪質商法のターゲットにされてしまう可能性がありますので、注意してください。



「民事訴訟管理センター」のハガキは無視してください

「民事訴訟管理センター」や「国民訴訟通達センター」等を名乗る機関から架空請求のハガキが届いたという相談が全国で急増しています。ハガキには「**料金未納のため民事訴訟の訴状が提出された**」「**給与や不動産を差し押さえる**」などと書かれ、訴訟取下期日としてハガキの届いた翌日または翌々日が記載されています。ハガキに書いてある連絡先に電話をすると、訴訟取り下げのための弁護士費用などを要求されます。身に覚えのない請求には応じず、無視してください。(※実際に訴訟が提起された場合には裁判所から封書で訴状が届きますので、その場合は無視せず消費生活センターに相談してください)

疑問や不安を感じたら、消費生活センターにご相談ください。

- 南国市消費生活センター 088-880-6205 (月～金)
- 県立消費生活センター 088-824-0999 (日～金)

nijiirō senta okou nijiirō senta okou nijiirō senta okou nijiirō senta okou nijiirō senta okou nijiirō senta okou nijiirō senta okou nijiirō senta okou



子育て支援センター 「にじいろセンター・おこうからのお知らせ」

春は出会いと別れの季節ですね…今年もたくさんの方と出会い、一緒に楽しい時間を過ごすことができました。

ママたちのやさしい笑顔に包まれて、子どもたちもすっかり成長し、それぞれうれしい春を迎えたことと思います。にじいろセンターに遊びにきてくれたみなさんに「**ありがとう**」の気持ちを込めて…「**にじいろありがとうパーティー**」を開催します。

- 日時：3月8日(木) 午前10時～
- 場所：岡豊保育園ホールにて(水分補給ができるものをお持ち下さい。心ばかりのプレゼントもあります。お誘い合わせの上、ぜひ遊びに来て下さい。)



リサイクルDay☆

- 日時：3月13日(火) 午前10時～
 - 場所：岡豊保育園ホールにて
- ご協力下さる方は、センターまで詳細をお問い合わせ下さい。



着れなくなったお洋服やおもちゃを集めています。ご協力をお願いします。

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/>



着なくなった学生制服をご寄付ください!

南国市内の中学校(香長中・香南中・鶯ヶ池中・北陵中)

進学する際に様々な事情で制服等を購入することが難しいご家庭へ寄付することを目的に、南国市内の中学制服を回収しています。ご協力よろしくをお願いします。



学生制服あります!興味のある方、気軽にお問合せ下さい。



男子【中学校】香長・香南・北陵【高校】追手前・岡豊・小津【私立】高知学園・明德義塾・学芸・土佐塾
女子【中学校】香長・香南・鶯ヶ池・北陵【高校】岡豊・高知東・追手前・丸ノ内・小津【私立】清和女子
問合せ先:あんしん生活サポートセンター ☎088-803-4122(直通)

たくさんの愛をありがとう!!



平成29年11・12月に匿名様から多額のご寄付をいただきました。厚く御礼申し上げます。

【古切手・プルタブ等をいただきました!】

(有)溝淵勇建材店様 河崎 幸一様 南国市福祉事務所様 芦ヶ谷老人クラブ若葉会様 嶋村 亮子様
北陵東地区民協様 北村 祥多様 南国市子育て支援課様 松岡 聡子様 北陵中学校様
杉本 壽孝様 久礼田保育所様 喜多村 喜代子様 社会福祉法人土佐清風会様

【制服をいただきました!】 小田 雅恵様

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。

(お詫びと訂正)

まんてん1月号「たくさんの愛をありがとう!!」内に、お名前が誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。(誤)吉田 勝代様 → (正)吉岡 勝代様

お問い合わせ
088-803-4122

南国市社会福祉協議会
あんしん生活サポートセンター

- 生活に関する様々なことを、専門の機関に相談できます。
- 相談の事前予約を受け付けています。
- 当日来所されての受け付けも可能です。
※予約の方を優先させていただくため、お待ちいただく場合があります。
- 託児室をご用意しております。
- どなたでもお気軽にご利用ください。
- 秘密厳守・相談無料

今夜はあんしんシナイト!

地図



南国市日吉町2-3-28

会場：南国市社会福祉センター

(最終受付20時30分)

18時30分～21時

平成30年3月7日(水)

なんまぐ生活総合相談会

相談例

- ・法律相談(借金、離婚、遺言、日常生活のトラブルに関する事など)

対応機関

- ・法テラス高知(弁護士)
- ・司法書士

- ・転職、就職など仕事に関する事
- ・働くことに悩みを抱えている

- ・ハローワーク
- ・若者サポートステーション

- ・話しをきいてもらいたい

- ・南国きく会

- ・障がい児(者)の日常生活等に関する事
- ・障害福祉サービスについて知りたい

- ・地域活動支援センター

- ・高齢の方やご家族からの相談
- ・介護保険サービスについて知りたい

- ・地域包括支援センター

- ・生活費がたりず、困っている
- ・ニート、ひきこもり

- ・福祉事務所
- ・あんしん生活サポートセンター

- ・心と体の健康のこと
- ・子育てについての相談

- ・保健福祉センター(保健師)

その他様々な相談内容に応じて専門の相談員が対応します。

主催：南国ネットワーク連絡会
高知県立大学、高知刑務所、高知少年鑑別所、高知地方検察庁、司法書士、地域活動支援センター「南国」、南国きく会、南国市地域包括支援センター、南国市福祉事務所、南国市保健福祉センター、南国市民生児童委員協議会、なんこく若者サポートステーション、ハローワーク高知、法テラス高知、南国市社会福祉協議会

平成30年3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 nfukusi@nanshakyo.or.jp HP http://nanshakyo.jp/

この機関誌は赤い羽根共同募金の配分金で発行しています。