

南国市社協だより

# まんでん



- P 2 ... 【特集】 なっちゃんとおーくんの教えてちょーだい！  
4 ... 今月のピックアップ① なんこくありがとうポイントについて  
5 ... 今月のピックアップ② 南国市あったかふれあいセンター「むすびめ」  
6 ... 長岡東部保育園だより  
7 ... 南国市地域包括支援センターよりのお知らせ  
8 ... facebookのそれ、いいね!!  
9 ... the 若もん!  
10 ... 募集・催し・お知らせページ  
12 ... なんこく生活総合相談会のお知らせ

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 ↓



# 《あんしん生活サポートセンター編》



もっと知りたいな～。実際にどんな仕事をしているんだろう？ 教えてください！



カフェ・ド・ポム。  
毎週火曜日に営業しています♪



どんな困り事の相談でも、  
お話を聞きます。



いろんな人たちと連携を取りながら、  
困り事へのサポートを考えています。



夜の相談会なんかもありますよ！



いろんな方と一緒に、  
畑で農作業してるんですよ！

困り事を解決していくために、相談員さんたちが一緒に考えてくれてるんだ！  
それに自分の困ってる内容によって、色々なサポートの仕方があるから、“あんしん”して生活することができるんだね！ 困り事があったら、ココに相談してみようかな。あんしん生活サポートセンターの皆さん、教えてくれてありがとう！



12ページも  
ご覧ください。

詳しいこと、ご相談、気になることがある場合はコチラ！  
あんしん生活サポートセンター 088-803-4122まで。  
ブログ：<http://blog.livedoor.jp/nanshakyoo/> (2)

全国的に働きたくても仕事がない、家族の介護のために仕事ができない、再就職に失敗して雇用保険が切れた、あるいは、社会に出るのが怖くなった……など、さまざまな状況の中で生活に困っていることが課題となっています。

そこで今回は、生活に困っている方への支援をしている  
あんしん生活サポートセンターの仕事の一つに密着してみました!



なっちゃん



おーくん

生活に困っているってどんな事を言うんですか?

頼れる人がいない

多重債務 ひきこもり

低収入 DV・虐待

不安定な就労

病気や障がい

生活に困るといのは上記のとおり様々な事が当てはまります。そこで、南国市のあんしん生活サポートセンターには**生活困窮者自立支援事業**という仕事があります。相談員が、生活に困っていることなら何でも相談に乗り、困りごとの整理、生活に困っている方の「あんしん」に向けて色々なサポートをしていく仕事なんですよ。



そうなんだ～。生活の困り事にもたくさんの種類があるんだね!  
相談は無料なの? 相談したい時はどうすればいいの?

相談の費用は一切かからず、無料で相談の対応をしています。相談したい時は、電話やメールでのご相談や、センターまで来ていただいてご相談する場合、相談員がお住まいへ訪問をさせていただくなどがあります。

そっか! 色んな相談の仕方があるのね～。



# なんこくありがとうポイント ～生きがいの秘訣～

## なんこくありがとうポイントってなんだろう？

主に 65 歳以上の方が南国市内の施設などで、ポイント制のボランティア活動をし、いきいきと地域で暮らしていくための仕組みです。

- 生きがいや介護予防、社会貢献にもつながる、ボランティア活動
- 活動に応じてポイントを貯め、物品と交換または市内の施設や団体への寄付
- メンバー間での勉強や交流

**自分の健康づくりや、地域が笑顔で溢れるように活動しています。**

## いきいきライフ

ありがとうポイントを利用しながら、ボランティア活動をする吉川雄二さん。日ごろから、様々な所でボランティアとして活躍しています。そんな吉川さんにお話しをお聞きしました。



### ● きっかけは自分の健康のため

「年を重ねる度に自分にとって大事なことは、自分と向き合うことや心身の健康だと感じ始めた。そのためには、社会参加をして周りとのコミュニケーションを持つことが社会貢献につながる。」と考えたのだという。

### ● いつも笑顔で

ボランティアをする中で、気をつけていることは表情だという。「顔の表情一つで、相手に喜んでもらったり、反対に傷つけることだってある。また、言葉や話し方一つとっても同様。」と話す。

### ● 休むことも大事

「ボランティアをしていて、いつも良いことばかりとは限らない。時にはしんどいこともある。」と言う吉川さん。そんな時、大事にしていることが、「しっかりと休むこと！気持ちや体を休め、再チャレンジし、乗り越えた先にまたたくさんの喜びがある。」と笑顔で答える。

### ● 人の幸せと一緒に自分の幸せがある

「やってみんと分らんことがたくさんある！それに仲間がいて、その人たちに頼りながら、一緒に考えながらできるのが楽しい。」と話す。「誰かの役に立つということが、お互いの幸せや喜びにつながる。それに自分と話すのを待ってくれている、いつも名前を呼んでくれることが何よりも嬉しい。それが自分の達成感や幸福感にもつながっていく！」これがボランティアの一番の魅力だと語る。



吉川 雄二さん

ありがとうポイントを3年前から利用。現在、白銀荘での傾聴ボランティアや社協での体操教室のサポートをしている。ライフサポーター養成講座の1期生でもある。



なんこくありがとうポイントについて詳しくはコチラまで ↓

南国市社会福祉協議会 地域支援事業ありがとうポイント 担当：久保・仙頭  
電話：088-863-4444

## 南国市あったかふれあいセンター

# むすびめ



### むすびめとは

南国市の皆さんが、あんしん・つながる・たえない・かたちを実現し、住み慣れたところで安心して暮らしていけるようにという思いで日々活動している、“南国市あったかふれあいセンター事業”の職員が、様々な取り組みを発信するためのおたよりです♪

「たくさんの結び付きの芽が出ますように！」という想いを込めて、『むすびめ(結び芽)』というおたよりの名前にしました！



### 今月のpick up『プチよっし!』



写真は、ハンカチ染め(上)と、  
シルエットアート(下)の様子だよ！



「ものづくりを広めたい!!」という講師の先生の想いをお聞きし、ものづくりを通して仲間づくりや、つながりづくりをしよう!と一緒に考えて始まったのが、『プチよっし!』です。

現在、毎月第1、3(水)の10時~12時に南国市社会福祉センターでおこなっています。内容や参加費など毎回違いますので、初めて参加される方は、気軽にお電話下さい!

下記まで 担当: 藤原

### みなさんの取り組みや活動、教えてください!

「みなさんの暮らしに少しでも近づきたい!」「一人でも多くの方と出会いたい!」と思っていますので、地域でおこなっている活動、イベント、学校や企業との合同の取り組みなど、「こんなことやってるよ!」というのを教えてくださいませんか? 参加人数や年代は問いません! また、「地域で〇〇をしてみたいけど、どうやってすればいいかわからない」「どこへ相談したらいいかわからない」などの悩み事も、なんでも気軽に相談して下さい!

南国市あったかふれあいセンター TEL: 088-863-4444 担当: 惟康、福川、岡、藤原

長岡東部保育園のホームページは  
こちらからどうぞ↓



# 長岡東部保育園だより

## お散歩たのしいなあ〜♪

みてみて〜!



長岡保育園のテラスには今、たっくさんの生き物がいます。お散歩で『何かを捕まえる』という事に夢中で、おたまじゃくし、ホウネンエビ、どじょう、カニ、ザリガニ…。



101ちゃん  
やあ〜!

毎日のように『お散歩いってきまあ〜す!』と言っては網やバケツ、ままごとのお茶わんやらコップやら…何かしら手に持って出かけ、いろんな生き物を見つけては捕まえてきます。そのため、テラスはタライやバケツ、虫かご、飼育ケースでいっぱいになって、小さいクラスの子もたちもしゃがみこんでジーっと見たり、ちょっと手を入れてみたり、最後にはお水をまぜまぜしたりして(笑)そこら辺水浸しなんてことも!

『どこか、お魚おるとこ知りませんか?』と保護者の方に情報をいただいたり、行く先々で声をかけて下さる地域の方々にも教えてもらったり、一緒に捕まえてもらったりと、たっくさんの方々にもふれあい、お世話になっています。

3才児うさぎ組さんは、『お散歩マップ』なんて言うステキな地図も作って、生き物や植物の場所、〇〇くんのお家なんて表示もしています。どんどん情報が追加されてにぎやかな『お散歩マップ』になっていきそうです。



ほら、そこにおさかながおで!



わたしたちは  
お庭でおさんぽね!



す〜い、す〜い、  
たのしい〜♪



さわってみる  
かね!

4才児くま組さんは、スクーターが大好きでとっても楽しくなったので、なんと!『スクーター散歩に行つて来ま〜す。』と言ってデコボコ道や草っぱら、あぜ道までスクーターを持って行って乗ったりして楽しみました。

5才児ぞう組さんは、『ねえねえ、こいのぼりのフラフラってどんなんやった?』『見に行つてみようや!』『夏野菜ってどうやって植えたらいいがやろ〜?』『私のお家に植えちゃうき見に来いや』なんて話しをしながら、ほんまもんを見て知らないことを知る…なんてお散歩もしています。



虫、おらんね!

地域の自然にいっぱい触れ、地域の方々にあたたく見守られて、とうぶっこのお散歩大好き熱はまだしばらく続きそうです。



## 南国市地域包括支援センターよりのお知らせ

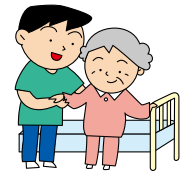
# ライフサポーター養成研修生募集!!

南国市では介護保険の改正にともない、地域の力で介護予防支援や生活支援ができるための取り組みを展開しています。

そこで今回は、下記要領で高齢者の生活支援や、介護予防の担い手となる方を養成します。地域住民の皆様のご力と時間を少し分けてください。

是非、あなたの余暇と力を活かしてみませんか？

1. 対象者 地域住民全て、余暇時間を提供できる方、生活支援、介護予防に関心のある方
2. 主催 南国市・南国市地域包括支援センター
3. 研修会場 南国市社会福祉センター 2階
4. 日時 平成29年7月26日(水)、27日(木)、28日(金)



### 5. 研修カリキュラム

日付	時間	研修日程	研修内容	講師
7月26日(水)	9:30~	開講式	研修の目的	事務局
	9:40		日程と注意事項の説明	
	9:40~	高齢者の現状と介護保険制度について	高齢者の現状・介護保険制度の概要・総合事業	南国市長寿支援課
	11:00		高齢者の特性と暮らし	南国市地域包括支援センター
	11:00~	傾聴	アイスブレイキング	高知介護福祉アカデミー 中山 厚志 氏
12:00	基本的な対応方法を学ぶ			
7月27日(木)	9:30~	実践の活動内容(基礎編)	ヘルパー活動を理解する1	//
	12:00		家事援助に関する基礎的知識と生活支援	
	13:00~	実践の活動内容(応用編)	ヘルパー活動を理解する2	//
	16:00		生活支援としての家事サービス	
7月28日(金)	9:30~		実践活動内容について	さわやか高知
	9:40		訪問を想定しながら学ぶ(事例含み)	
	9:40~		認知症について正しく理解	南国市地域包括支援センター
	11:00		基本的な対応方法を学ぶ	
	11:00~		総合事業から求められる生活支援サービス	南国市長寿支援課
	12:00		修了書授与	南国市地域包括支援センター

● 締切 …… 7月14日(金)

● 養成研修終了後、市内外で活動している団体等との登録をしていただきます。

● 研修に関するお問い合わせ：南国市地域包括支援センター TEL 088-804-6010

# facebookの それ、いいね!!



南国市社会福祉協議会の公式 Facebook では、  
さまざまな情報発信を行っております。  
その中から、気になったものを追加取材!!  
「それ、いいね!」を見つけに行ってきました。



今回は、4月24日の記事を追って、明見サロンへ…。  
この日は、「クイズ大会」で大変盛り上がっていました。  
そんな中、濱田利祐さんにお話を伺いました。



## — サロンを始めるにあたって、どのように準備されましたか? —

まずは、何ちゃあ分からんき、田野町や白木谷のサロンの視察に行ったがよ。まだどうなるかも分からんき、その時は地区の幹部の男5人だけで、女の人は連れて行かんかった。

視察してみて、白木谷のやり方はうちでも生かせそうかなと思うたけど、それにはやっぱり女性の力がなくて出来ないので、部落で行事をやる時などに関わってくれている女性にも話をし、協力してもらいサロンをはじめました。

## — サロンをされるうえで困っている事や苦勞はありますか? —

毎回、何をやらたらいいかとサロンの企画を考えるのが難しい。同じことをやってもイカンし、「何をしたい?」と聞いても意見も出んし…。行き詰まるわね。そんなんで止まった所もあると聞くと、どうしたらいいかと思うて社協に協力してもらおう。

## — 今後、『明見サロン』がどのようなサロンになってほしいですか? —

サロンの目的は高齢者に元気でいてもらうため。明見地区にはお年寄りが意外にようけおる。デイサービスに行く人もだんだん増えちゅうけど、デイサービスは玄関まで迎えに来てくれるきね。だんだん足腰も弱ってこくる。ここやたら自分で歩いて出てこないかんき、半時間かけて歩いてくる人もおる。そうやって高齢者が元気に地域で暮らしていけるためのサロンになったらいい。そのためには、まずこの場所が無くならんように維持する方法を考えていかなイカンわね。



南国市社会福祉協議会Facebookでは、この他にもいろいろ発信しゅうよ。  
詳しくは南国市社会福祉協議会ホームページまで…。  
遊びに来たら「いいね!」もお願いしますね。 Facebookもチェック





『The! 若もん』では、南国市市内に住んでいる、働いている若もんを毎回紹介していきます。

少しでも若い世代についてお伝えしていきながら、南国市のみんなあが支え合っていける南国市を目指していきます！

# The! 若もん



**眞邊 翔一さん**  
パン屋 ペロリ に勤務

## きっかけは友達

元々、南国市の出身だったんですが、音楽が好きだったこともあって、関西の方で仕事をしながら、ラップなどの音楽活動をしていました。すると5年ほど前に友達からパン屋の手伝いをしてくれないかと話があったんです。それが始まりでしたね～。

## 休日は家事!?

大抵休みの日は、家事から始まります。お昼までに家事をすませて大好きな音楽を聴いたり、自然も好きなので、家族と一緒にドライブをしたりもします。後は、お酒も好きなので、昼から飲んじゃうこともたまにあります。(笑)

## つながりを大切に

仕事やプライベートでも大事にしていることは、人と人とのつながりです。この仕事は、お店や訪問販売など、人と接することが多いんです。だから、どんな時でも明るく笑顔で接客することを心がけています。

## ここに生まれて

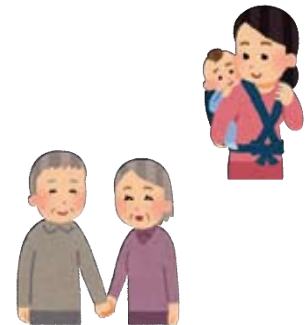
南国市は生まれ育った場所だったので、どんな所かなんてあまり意識したことはありませんでした。たしかに田舎かもしれませんが、海や山なんかの自然もあって、まだまだ自分が知らないものや魅力がたくさんあると思うんですよ。それに人も良くて、お酒も美味しくて…。  
メチャメチャ良い所ですよ！



## 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ことを気軽に相談できますよ。

日時：平成 29 年 7 月 14 日（金）午後 1 時 30 分～午後 2 時 30 分  
場所：南国市社会福祉センター 1 階  
お問い合わせ：南国市社会福祉協議会  
あったかふれあいセンター（担当：藤原）  
電話：088-863-4444



## お金の管理をお手伝いします！ 日常生活自立支援事業のご案内

このようなことでお困りではないですか？

- お金のやりくりが上手くいかない
- 福祉のサービスを使いたいけど、どうしていいかわからない
- 通帳・印鑑などをどこにしまったか忘れる、管理することが心配



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。

生活支援員さんを募集しています！！

- 活動内容…訪問による支援、生活費の受け渡しなど
- 活動日時…月 1～4 回、30 分～1 時間程度
- 訪問時間に応じて、報酬があります。
- 福祉活動に関心のある方（経験・資格は問いません）

【お問い合わせ】 あんしん生活サポートセンター（担当：高橋・北野）  
電話：088-803-4122

お気軽に  
ご相談ください♪



## 第 22 回 ケアポート南国・白銀荘 「合同納涼祭」

◆日時：平成 29 年 7 月 29 日（土）  
午後 1 時～午後 3 時まで  
※雨天の場合は、屋内決行

◆場所：ケアポート南国  
白銀荘敷地内（南国市大桶乙 1072-1）

◆催し物：お子様向けゲームコーナー

◆お問い合わせ先：

ケアポート南国 電話：088-864-5400

白銀荘 電話：088-864-1010

皆様、お誘いあわせのうえ、お気軽にお越しください。



## 第 23 回 夢の里・陽だまりの里・ たんぼぼ『合同納涼祭』

◆キャッチフレーズ

「地域を愛し 地域に愛される施設  
みんなに届けたい！ 笑顔と幸せ！」

◆日時：平成 29 年 7 月 16 日（日）

◆ちびっこ広場：午後 2 時～

◆バザー：午後 3 時～午後 5 時

◆納涼祭：午後 5 時～午後 8 時

◆花火：午後 7 時 45 分頃～

◆場所：陽だまりの里

◆お問い合わせ先：088-866-0288



# 夕涼み会

あそびにきてね



## 岡豊保育園

電話：088-862-0110

7月8日（土）  
午後5時30分～

## 長岡東部保育園

電話：088-864-2357

7月15日（土）  
午後5時30分～

### 「臨時福祉給付金」の申請の受付期限が迫っています！

臨時福祉給付金について、対象と思われる方には案内を送付しています。7月31日（月）までに、申請をお願いします！



#### 【支給額】

1人につき 15,000円

#### 【申請受付期限】

平成29年7月31日（月）—当日消印有効—

※期限までに申請いただかないと、給付金の受け取りができなくなりますので、ご注意ください。

#### 【受付窓口・お問い合わせ先】

- 南国市福祉事務所（南国市役所内）⑩番窓口 「臨時福祉給付金」担当
- 専用ダイヤル 088-880-6580

# 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！



大中 春男 様	上田 啓子 様	南国市農林水産課 様	久礼田保育所 様
福川 隆子 様	東野 淑 様	南国市財政課 様	ごめんシャモ研究会 様
岡林 由紀子 様	野島 啓助 様	南国市子育て支援課 様	北陵東地区民生委員 様
澤本 吉子 様	下元 智恵 様	(有)溝淵勇建材店 様	
片岡 ちえ子 様	南国市福祉事務所 様	地域活動支援センター「南国」 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。

今夜は  
あんしんナイト!

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

地図



会場：南国市社会福祉センター  
南国市日吉町2-3-28

(最終受付 20時30分)

18時30分～21時

平成29年7月26日(水)

なんしょく  
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)

- ・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

- ・生活費がたりず、困っている
- ・ニート、ひきこもり

対応機関

- ・法テラス高知(弁護士)
- ・司法書士

- ・地域活動支援センター

- ・福祉事務所
- ・あんしん生活サポートセンター

- ・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

- ・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

- ・心と体の健康のこと
- ・子育てについての相談

- ・ハローワーク
- ・若者サポートステーション

- ・地域包括支援センター

- ・保健福祉センター

- ・話しをきいてもらいたい

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。

- ・南国きく会

主催：南国ネットワーク連絡会  
高知県立大学、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

