

南国市社協だより

まんでん

第234号

9

2018



も

く

じ

- P 2 ... あったかふれあいセンターからのお知らせ
4 ... あんしん生活サポートセンターからのお知らせ
6 ... 長岡保育園だより
7 ... 南国市消費生活センターから
8 ... 地域包括支援センター
9 ... The! 若もん
10 ... お知らせ・募集 / 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 ↓



～ 就労支援プログラム ～

A S T E P

あ す て っ ぶ

- 対象者** 18歳～おおむね60歳の方で
仕事に就きたいけど自信のない方
- 日時** 毎週木曜日 9:00～17:00
- 内容** 利用者に合わせた作業を通して就労体験を行います
- その他** 利用前に面談を行いますのでご連絡ください

未来のまちを考える

皆さんのやる気やアイデアが地域活性化につながります！

“若者の力やアイデアが活躍できる楽しいふくし活動”を通し、若者にとってもっと魅力的なふくしの町にしたいと思っています♪
仲良く楽しく、一緒に考えながら活動を楽しめますか？

～日時～
毎週木曜日 18:30～19:30

～対象者～
南国市在住or南国市勤務の20～30代の方
※10名までの登録制です。

興味のある方は、一度ご連絡下さい。

お問い合わせ

南国市社会福祉協議会
〒783-0001 南国市日吉町2丁目3番28号

あったかふれあいセンターからのお知らせ

9月4日(火)受付開始 10月6日(土)学習スタート
今回は **後期対象校** の募集となります

少人数で学べる 小学生の学習支援

家庭学習の定着を目的としたプログラムです。

- 対象者** 塾に通っていない小学3～6年生(対象の小学校区は下記に記載)
⇒3～4年生…10名 5～6年生…10名(定員になり次第受付終了)
- 日時** 毎週土曜日 小学3～4年生 9時30分～11時(国算)
小学5～6年生 13時30分～16時(国算・理・社)
- 場所** 南国市社会福祉センター(送迎対応可能)
- 期間** 前期(4月～9月)と後期(10月～3月)の6ヶ月登録制
- 教材** はご家庭にてご用意ください
- 利用前に面談を行いますので、下記お問い合わせ先まで一度ご連絡下さい。**
(面談の結果、ご希望に沿えない場合もございますのでご了承ください)

時間割

3～4年生	9:30～ 学習(35分)	10:05～ 休憩(10分)	10:15～ 学習(35分)	10:50～ 片付け		
5～6年生	13:30～ 学習(40分)	14:10～ 休憩(10分)	14:20～ 学習(40分)	15:00～ 休憩(10分)	15:10～ 学習(40分)	15:50～ 片付け

前期 対象の小学校
後免野田小・長岡小・国府小
久礼田小・岡豊小・奈路小・白木谷小
4月～9月までの期間

後期 対象の小学校
大湊小・日章小・大篠小
三和小・稲生小・十市小
10月～3月までの期間

～ご注意～
★期間内の途中利用は可能ですが、必ず9月末または3月末で終了します。
★進学塾ではありません

あったかふれあいセンターまで
☎088-863-4444

あんサポ☆BLOG やってます! ☺

南国市社会福祉協議会『あんしん生活サポートセンター』で行う困窮者支援の活動内容やお知らせ等をブログにて紹介しています。相談支援現場から学んだ家計やりくり術も今後アップする予定ですのでお見逃しなく!是非ご覧ください!(^-^)

ライブドア ブログ
 \ livedoorBlog で簡単検索してみてね♪ /

「あんしん生活サポートセンター」のブログ

<http://blog.livedoor.jp/nanshakyo/>

南国市社会福祉協議会ホームページ画面下部にもリンクを貼っていますので、そちらからもご覧になれます♪



<http://nanshakyo.jp>

【注意事項】

- ①賞味期限が1ヶ月以上あるもの
- ②未開封のもの
- ③常温で保存できるもの

食料品の寄付をお願いします!

南国市社会福祉協議会『あんしん生活サポートセンター』では、一時的に困窮してしまった方に対し、皆様からご寄付いただいた食料品を提供しています。ご家庭で余っている食料品(レトルト、缶詰、インスタント等)でご寄付頂けるものがありましたら、是非ご連絡ください。

連絡先：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)



平日は時間がない方、ぜひご利用ください!!
土曜日の無料電話相談

088-803-4122 (直通) 8:30~17:00

お仕事などで相談できない方、土曜日にゆっくり相談してみませんか?

低収入・ひきこもり・就労・病気や障がい・借金・滞納など生活に関する困りごとはお気軽にご相談ください。

※平日は8:30~17:15まで
来所・訪問・電話相談可能



あんしん生活サポートセンターからのお知らせ

生活困窮者自立支援事業
就労準備編

「働きたいけど、不安がある」の巻

②

しれません。



就労準備支援事業で!
 あなたの不安を
 解消できるかも

引きこもって10年 体力 ①
 対人関係に不安があるA氏。

生活リズム
不安
 コミュニケーション



④

就労準備支援事業では、
仕事をする前の不安を少しずつ解消!

一人一人に合わせた不安解消を一緒に考えていきます

- 生活リズムを整える!
- 体力づくりに運動!
- 模擬店舗で就労体験!...など

あなたのペースでいきましょう

③

就労準備
支援?

相談は
こちら!

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:088-803-4122

お気軽に!

カフェ・ド・ポム
 少しずつステップアップ!
 毎週火曜日の模擬店舗

畑作業
 体力づくりに畑に行きます。
 種まきして収穫できます。

清掃活動など
 ボランティア活動や
 就労体験をすることができます。

その他**必要**に応じて! ※すべてに参加する必要はありません。

The! 若もん



みやざき ころう
宮崎 伍朗さん(22歳)
西島園芸団地 メロン栽培担当

『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：仙頭、高橋

Q このお仕事を始められたきっかけは？

ものづくりが好きで、元々は工業系の学校に通っていましたが、あまり合わないと感じたので農業の道に進みました。職場でも工業から農業へ進まれた方も多くて、ハウスの修繕などでも工業で学んだことが活かれますし、違うようで似ているなど感じます。農業を始めて今年で4年目になりますが、とても楽しく働いています。

Q どのようなお仕事をされていますか？

メロンの定植から水かけや手入れ、収穫までの栽培・管理を行っています。冬場の温度管理など難しい事もありますが、私が作ったメロンを誰かが「美味しい」と言ってくると、とても嬉しく感じます。



Q 南国市はどんなところだと感じますか？

南国市ですと育ってきましたが、都会とは違って地域のコミュニケーションもよく取れているし、今住んでいる地域では、いろんなイベントも行われていて、活気があると思います。

Q 地域や福祉との関わりがありますか？

普段は関わる機会は少ないのですが、毎狩りの時期が終わる頃には市内の保育園や幼稚園の園児さんに来ていただいたりするので、そういう形での地域との関わりはあります。



Q 休日はどのように過ごされていますか？

休みは不定期ではありますが、たまに旅行に行ったりもします。また、友達とカラオケやボーリング、飲み会などにも参加して発散する機会も多いので、ストレスも溜まりません。

Q 今後の目標はありますか？

今はまだ、先輩などから教わっている途中ですが、遠い未来の夢ではありますが、いずれは自立して農業をやりたいと思っています。

南国市地域包括支援センターについて

南国市地域包括支援センターは、地域住民の心身の健康の保持及び生活の安定を図るために必要な援助を行う事により、地域住民の保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援する目的として設置されています。高齢者が住み慣れた地域で生活できるように、必要な介護サービスや保健医療サービス、その他、日常生活支援などの相談に応じています。

介護予防事業 (介護予防ケアマネジメント)

要介護認定で「要支援1」または「2」と判定された方の介護予防ケアプランの作成を行います。介護が必要な状態にならずに、元気に暮らせることを目標に、利用者と共にサービスを検討します。

また「生活機能チェック」を受けて、筋力の衰えや栄養状態の低下など生活機能の低下がみられた方を対象に運動教室等に参加できるようにします。

- 介護予防ケアマネジメント
- わかガエる体操教室
- ごむの木（総合事業）
- いきいきサークル
- みんなでごむの木（一般）
- 地域ケア会議



権利を守ること (権利擁護)

悪徳商法・財産管理・虐待などに関する情報提供を行います。このようなことで、困ったときはご相談ください。

- ◆ 悪質な訪問販売の被害にあった
- ◆ 財産管理に自信がなくなった
- ◆ 虐待にあっている方がいる
- ◆ 虐待をしてしまうなど
- 認知症家族の会「え・が・おの会」
- 認知症サポーター養成講座



業務内容



お気軽にご相談ください

さまざまな相談ごと (総合相談)

どこに相談してよいか分からない心配事や悩みなどは、ご相談ください。

地域包括支援センターでは、介護に関する相談や心配事、悩み以外に、健康や福祉、医療や生活に関することなど、また高齢者だけでなく、その家族、近隣に暮らす人（高齢者）に関する相談も受けています。迷ったときには、まずご連絡ください。

- 来所・電話・訪問による相談
- 情報提供・紹介 など



暮らしやすい地域のために (包括的・継続的ケアマネジメント)

ケアマネジャーの困りごとや相談に応じたり、一緒に対応しています。

高齢になっても、住み慣れた場所で安心して暮らすことが出来るよう地域で生活を支えるネットワーク作りを進めています。地域の方と共に高齢者の生活全体を支えていきます。

- 介護支援専門員連絡会 など
- 地域ケア会議



南国市地域包括支援センターでは、主任ケアマネジャー・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支援しています。

一人で抱え込まずに、まず、相談してください。

ともに考えながら、より良い暮らしをサポートします。

お問い合わせ先 **南国市地域包括支援センター TEL 088-804-6010**

変だな、困ったなと思ったら 消費生活センターに相談しましょう!

南国市消費生活センターでは、「契約する前に相談したい」「商品やサービスを契約してトラブルになっている」「不審な電話があった」「頼んでない物が届いた」「多重債務で困っている」など、消費生活についての相談を電話や来所ですべて受け付けています。

! 困ったときは、一人で悩まず、まずは消費生活センターにお電話ください。(相談は無料・秘密厳守です)

クーリング・オフ制度を利用しましょう!

突然、業者からの訪問や電話で必要のない商品を購入してしまった…。

そのような「しまった!」をサポートしてくれる強い味方がクーリング・オフ制度です。

クーリング・オフとは訪問販売や電話勧誘販売などの特定の取引方法で契約した場合、**一定の期間内であれば無条件で契約を解除できる制度**です。

クーリング・オフ通知の書き方(例)

1 契約書面を受け取った日を含めて、定められた期間内(訪問販売等は8日間)に、はがきなどの書面で通知しましょう。
クレジット契約をしている場合は、信販会社にも同時に通知しましょう。



2 はがきの両面をコピーし、「簡易書留」や「特定記録郵便」で出しましょう。



クーリング・オフ通知の書き方や手続き方法が分からないときは、すぐに消費生活センターにご相談ください。



通知書

私は次の契約を解除します。

契約年月日 平成〇〇年〇月〇日
商品名 〇〇〇〇
契約金額 〇〇〇〇円
販売担当者 〇〇〇〇氏

支払った代金〇〇〇〇円を返金し、商品を引き取ってください。

平成〇〇年〇月〇日
高知県南国市〇〇〇〇〇〇〇〇
氏名

困ったときには一人で悩まず、消費生活センターに相談しましょう!

◆南国市消費生活センター ☎088-880-6205 [相談受付]月~金曜日 8:30~17:15
◆高知県消費生活センター ☎088-824-0999 [相談受付]日~金曜日 9:00~16:45

長岡東部保育園だより

~とうぶっこ、夏の思い出~

長岡東部保育園のホームページはこちらどうぞ ↓



猛暑だったこの夏もいっぱい楽しいことがあり、満喫したとうぶこたち。夕涼み会、流しそうめん、サマーキャンプにお泊まり保育と盛りだくさんの中でもファンタジーあそびはとうぶこたちを夢中にさせてくれました。

今年のテーマは『そんごくう』。飛び出した絵本の様に日々変わっていくホールにドキドキワクワクしながら当日を迎えました。夕涼み会にはそんごくうと仲間たちが来てくれてみんな大喜び!タッチしたり握手してもらったり一緒に踊ったりととっても素敵な夏の一夜を過ごしました。



夕涼み会後もまだまだ『そんごくう熱』は冷めやらず。「あれ、だれっちゃあおらんね〜」「そんごくうらあ、帰ったろうかね」なんて小さいクラスもキョロキョロしながら『そんごくう館』を楽しんでいました。すると年長児を先頭に、先回りして『サイチェン』と孫悟空の真似をしたり、手のひらを頭にのせて『きゅうりくれ〜!』と沙悟浄の真似をして他の子どもたちを喜ばせる姿が見られはじめました。もっと楽しくするためにはどうしたらいいだろう…「そうや、前のぞう組さんらあ衣装もつけてキャストになってくれたね」と言うことで、小物作りや



衣装作りを開始!「このひょうたんどやって作ったが?」「ばしょうせん の作り方教えてください」なんて5才児ぞう組さんは楽しそうにキラキラと目を輝かせて作っていました。毎日、少しずつ工夫してどんどん本物らしくなっていく、衣装を着けてメイクもしてキャストになりきっていった子どもたち。セリフや動きも自分たちで考え、キャストも交代しみんなが色々な役をしました。自分たちも楽しみながら、小さいクラスや他の保育園や小学校、学童クラブの子どもたちや学校の先生たちなど続々と来園してくれるお客さんたちも楽しませてくれました。



みんなみんなをまるごとファンタジーの世界に包み込んでくれた『そんごくう館』にお別れし、また次に向かってそのパワーをつないでいくとうぶこたちです。





知って
おきたい!

家庭介護の基本講座

参加費
無料

今回、「家庭の介護」をテーマとして、介護の基礎的な知識等を学んでいただくことで介護に関する理解を深め、住み慣れた所で安心して暮らせるような支援ができ、地域での介護力を高めることを目的とした講座を開催します。知っている方にも、知らない方にも、分かりやすく伝えていきます。そして、日常生活や自分たちができることに、活かしませんか?皆様のご参加をお待ちしております。

日時 平成30年9月21日(金) 13:30~15:30

場所 南国市社会福祉センター(南国市 日吉町2-3-28)

内容 家庭介護の基本について

講師 看護師・介護支援専門員 山本 満壽子 氏

参加人数 30名 ※受付は9月5日(水)より行いますので、お気を付けてください。

準備物 筆記用具



(問い合わせ先) 地域福祉推進係(担当:久保・仙頭) ☎088-863-4444



福祉の仕事はじめての一步講座

参加費
無料

福祉施設・事業所を見学し、福祉の仕事について学びます。福祉の仕事に興味のある方、高校生や専門学校生のご参加も大歓迎! ぜひご参加下さい。

(申込み・問い合わせ)
高知県福祉研修センター
☎088-844-3605

■9月7日(金) 10:00~12:00 【申込締切:9月5日(水)】

特別養護老人ホーム たちばなの里

■9月13日(木) 14:00~16:00 【申込締切:9月11日(火)】

有料老人ホーム野いちご南国

■10月6日(土) 10:00~12:00 【申込締切:10月3日(水)】

障害者支援施設こくふ(※送迎があります。)



たくさんの愛をありがとう!!



[古切手・プルタブ等]

(有) 溝淵勇建材店 様	上田 啓子 様	高田 ひとみ 様	マルベリーファーム 様
JA 大篠女性部 様	南国市子育て支援課 様	北陵東地区民協 様	竹村 洋子 様
南国市人権擁護委員 様	南国市福祉事務所 様	企業組合 ごめんシャモ研究会 様	高橋 由美子 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。



お知らせ・募集

「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10月5日~平成31年3月29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」を交互に繰り返す行い、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：9月5日(水)~9月11日(水)
※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)

今年もご協力よろしく申し上げます

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 10月1日～12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12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。

平成29年度皆さまから寄せられた募金は

総額 **9,464,451円**

一般募金 **9,004,301円**
歳末たすけあい募金 **460,150円**



私達の募金はどこへ? 一般募金 9,004,301円

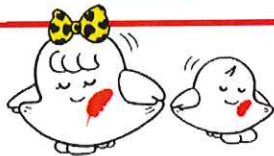
市民の皆さま、
会社・団体等からの寄付

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

2,520,883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、充実のために
- 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 **460,150円**

- 一人暮らしの高齢者・障がい者の方へのおせち給食

地域配分

6,483,418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
- 敬老会行事や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
- ボランティア活動(なんこくボランティアDAY開催、ボランティア活動研修会開催、災害ボランティア活動研修会)
- 地域福祉フォーラムの開催
- ボランティア活動団体備品購入
- 広報誌の発行