お達者教室

野外研修

10月20日（火）から11月4日（水）・9日（月）・20日（金）・26日（木）の5日間、第29番札所国分寺と高知新聞社まほろばセンターで野外研修をおこないました。国分寺では「なかなか行けんなったき連れてきてくれてよかった」、まほろばセンターでは「印刷？そんなん見んでもえい」と言う利用者さんもおりましたが、センターの方の説明を聞いて実際に見ると「すごいねえ、はや刷り上がったのが！？西は宿毛、東は室戸にと、運ばれて行きゆうちや」と感心しきり。

利用者の皆さんの日頃の行いが良かったのか、お天気にも恵まれ、国分寺では年に一回のお接待の日に当たったり、昼食は「ゆうゆう」で、あったかいものが冷めないように、うどんは伸びないようにと気配りをしていただいたり、本当に美味しく楽しく研修することが出来ました。

通所介護事業所みかんの里

焼き芋

利用者の皆さんと、焼き芋をしました。木を集めて来る人や、火をつける人など、役割分担をしながら、楽しみました。

皆さん、
大活躍！！

6年生との交流

香我美小学校6年生と交流しました。リコーダーで演奏をしてくれたり、トランプをして遊んだりと、有意義な時間を、一緒に過ごしました。

介護事業所をご検討中の方は、
みかんの里・ほっとやすをぜひご利用ください。

みかんの里
香南市香我美町下分2645-1
☎54-2233

ほっとやす
香南市夜須町坪井16-1
☎55-4936

ご寄附のお礼

夜須町文化協会の吟剣詩舞道愛好会の皆さまより、チャリティの収益金で車いすをご寄附いただきました。

地域福祉推進のために大切に使わせていただきます。

ありがとうございました。

通所介護事業所ほっとやす

菊観賞

11月に菊の前での写真撮影をしました。

この菊は、地区の方が育ててくれたものを、皆さんに見てもらいたいと、毎年飾ってくれています。

菊の花の香りと、たくさんの種類を目でみて、香りを楽しみました。

ほっとやす絵手紙教室

ほっとやすでは、11月25日、26日に地域の絵手紙サークルのみなさんにお願いをして、利用者さんの年賀状を絵手紙で作成しました。

皆さんどんな絵にしようかと、悩みながらも世界に一枚だけの年賀状を作り喜んでいました。

絵手紙サークルのみなさんありがとうございました。

香我美中学校から、もち米のご寄附をいただきました。

12月10日、香我美中学校からもち米のご寄付をいただき贈呈式をおこないました。

「5月に稲を植え11月に稲刈りを行い、心を込めて作ったもち米です。」と生徒さん。もち米作りの感想を聞くと、「田植えで稲をきれいに植えることが大変でしたが、みんなで協力して楽しくできた事は良かった」と笑顔で話してくれました。

ご寄附いただいたもち米は、歳末たすけあい事業のひとり暮らし高齢者おせちのお赤飯に使用させていただきます。ありがとうございました。

あげます ⇔ ください

第99号
平成28年1月1日発行
1月情報

※1月12日午後1時まで各ポストにて受け付けています。
※申込みが多数の場合は抽選となり、当選された方のみ連絡をさせていただきます。
※玄関から玄関までのお届けです。大きい物、重い物は取り扱いができません。

香南市社会福祉協議会
電話（代）57-7300
この事業は香南市社会福祉協議会の会費事業として行っています。

－登録カード及びポスト設置場所－
（平日のみ）香我美支所・吉川庁舎　（土も可）赤岡市民館
（土・日・祝も可）のいちふれあいセンター・夜須福祉センター
（土・祝も可）みかんの里

あげます登録リスト

平成27年12月10日現在

情報No.	物　品　名	状　態　（型式・サイズ・色・使用年数等）
A-763	雛人形	・高さ35㎝　・横25㎝　・ケース入り　・5セットあります
A-790	スノーボード	・145㎝
A-807	雛人形	・5段くらい　・箱に入れて何年も未開封
A-808	兜	・ガラスケースに入っている　・茶色　・大きな傷なし
A-820	3月人形	・詳細は不明
A-841	オルガン	・詳細不明
A-842	安芸中学校　男子制服	・カッターシャツ（長袖4枚・半袖4枚）　・170～175　B
A-843	安芸中学校　男子制服	・学生ズボン　・やや太め
A-847	レッグマジック	・初期型　・箱なし、説明書なし　・完全に畳めませんが、使用に問題はありません
A-852	児童用一輪車2	・高学年向き　・ピンクとブルー
A-858	女児服	・150～160
A-861	車椅子3	・全体的に古いです　・3台の内1台はタイヤの修理が必要です
A-864	女性服(ブラウス)4	・青(水玉1、花柄2)　・クリーム色(花柄+水玉)
A-868	カーワックス	・シアラスター　・大小1ケずつ
A-869	ベビーベッド	・12年前購入　・4人使用　・部品欠損ありますが、十分使えます
A-872	書物①②③	①少年少女世界の名作19冊・世界文化社・1970年発行・22×27×1.5　②世界動物百科13冊・朝日新聞社・1975年発行・26×33×2.5　③グランド現代百科事典21冊・学習研究社・1975年発行・22×31×5
A-877	女性用ブーツ2	・赤系チェック、高さ30　・黒に赤青白の模様、高さ20
A-879	洋式便座	・白　・暖房、洗浄、乾燥　・5年位使用　・蓋は壊れています
A-889	介護用電動ベッド	・シングル　・3年使用
A-895	保冷キーパー	・象印　・DS700　・緑　・7L　・使用感有
A-896	冷水容器	・プラスチック製　・透明(蓋白)　・楕円形(高さ30)　・使用感有
A-897	蓋付き丸瓶	・プラスチック製　・透明(蓋青)　・高さ31　・使用感有
A-905	柳の木株	・3本
A-912	炊飯器	・TIGER製　・白　・1.8L　・白　・H12購入　・3年使用
A-915	子供用ふとん	・敷180×90・掛160×110　・男児用（青）
A-916	灯油缶	・4缶　・新品及び中古
A-917	マッサージチェアー	・ベージュ　・古いがほぼ未使用
A-918	フットマッサ-ジャー	・黒　・電動　・振動するタイプ
A-919	ジャングルジム	・室内用　・組み立て式　・数年使用
A-920	洋服①②	①男性物・上着2～3枚・紳士草花　②女性物(秋冬用)
A-921	折りたたみ物干ざお	・折りたたみ式　・布団3枚干せます
A-922	だっこひも	・2こあります
A-923	赤ちゃん用テーブル	・詳細不明
A-924	フンキャッチャー	・アイリスオーヤマFN-160　・犬猫兼用　・15×15×20　・少しひび割れ有(使用問題なし)・説明書有
A-925	うきわ首リングBABY SWIMMER	・全長41、首直径9、首周り28、生後1～18ヶ月、11㎏まで　・ピンク　・空気入れ、説明書付　・ほぼ未使用
A-926	おまる	・クマの型　・未使用（3年前購入）
A-927	花器・カゴ等	・フラワーアレンジメント用　・練習用　・数点
A-928	LPレコード盤	・NHKみんなの歌(ケース入)　・ジャズ　・ラテン音楽
A-929	還暦お祝い着	・赤ちゃんちゃんこ　・赤帽子　・白扇　・化繊
A-930	書物①②	①少年少女世界の名作51巻・小学館・S46発行・A4判　②日本の詩歌31巻・中央公論社・A5判
A-931	オーブントースター	・ライトグレー　・10年前に購入　・状態良(トーストでのみ使用)
A-932	ベビーハイローチェアー	・ディズニーBaby pooh and friends・白　・約60×60×40、10㎏　・クッション付　・台座部取り外し可
A-933	ベビーソフトキャリアー	・コンビ　ニンナナンナF-180　・はじめてホールド4ウェイ8スタイル　・赤/銀　・説明書、ケース付
A-934	ベビーバス	・クリーム色　・90×40×30　・底にクマさんの絵　・カエルの温度計付
A-935	ベビーグッズ	・哺乳瓶、茶碗、スポンジ、ミルキケース、さく乳用品、おもちゃ、おむつ袋他段ボール1箱
A-936	ベビー服	・男児用段ボール1箱分
A-937	妊婦服	・段ボール1箱分
A-938	女児服	・80㎝位数着
A-939	重箱	・3段(20×20×17)　・黒地に紅白の花、毬、扇子の柄　・未使用
A-940	リハビリ用パンツ	・ユニチャーム　ライフリー　・M（W～84まで）　・10枚入り1袋　・未使用（外袋は汚れ有）
A-941	くん煙殺虫剤①②	①バルサン・6～8畳用・水使用・未使用、数個有　②アースレッドw　・12～16畳・水使用・未使用、数個有
A-942	電気ストーブ	・詳細不明

ください登録リスト

ください登録リストに対してご協力いただける方はTel【080－6397－6884】もご利用ください。

物　品　名	具　体　的　に　（型式・サイズ・色・使用目的等）
電化製品	○ミシン・ロックミシン・電動ミシン　○ブルーレイレコーダー　○ビデオデッキ（録画・地デジチューナー付、故障可）○デジタルテレビ（小型・中型、故障可）　○掃除機　○ハンディクリーナー　○CDラジカセ　○CDプレーヤー（古くても可）　○冷風機　○2ドア冷蔵庫　○ノートパソコン　○冷凍庫　○電子レンジ(故障可)
運動具	○エアーウォーカー（大きくない物）　○アセチノメガシェイプ　○健康ふら下がり機　○ゴルフバッグ（クラブ不要）
楽器・文具	○キーボード（88鍵盤）　○電子ピアノ　○筆記用具（下敷き・シャーペン等）　○曲入りカセットテープ(童謡等)
生活用品	○イス（背付、屋外で使用・他）　○補聴器　○ケーキケース　○下駄箱（幅60位）　○スチール棚（45～150×～150）　○将棋、マージャン、花札　○物干台　○火鉢　○抹茶用茶碗　○ショーケース　○集音器　○目ざまし時計　○傘大(ゴルフ・ビーチ用可)　○ポータブルトイレ　○譜面台　○レンジ棚　○洗濯機棚
自転車等	○三輪自転車　○自転車　○幼児用・男児用自転車　○幼児用車 ○手押し棒付き三輪車　○農業用一輪車　○管理機
ベビー・子ども用品	○屋内ブランコ・鉄棒　○ベビーカー（両対面式、他）　○女児服（110冬服・パジャマ、120水着、130～）○男児用服（130～50、160～）○竹馬、一輪車、コマ　○サンダル（17～20）
学生服・体操服　等	○山田高校男子用関連品何でも（163㎝50ｷﾛ26㎝）　○山田高校男子制服（夏ズボンL,長袖シャツL）　○城山高校男子制服（夏ズボン160～170、半袖シャツ170）　○小津高校男子制服（夏・冬、170位・W80位）　○土佐中・高学校男子制服…160～170cm夏・冬一式（一部でも可）　○香我美中学校女子制服…170㎝　○香我美中学校男子制服、体操服、ウインドブレーカー（165～70）　○野市中学ラン（165）　○野市中冬ズボン（W80）　○野市東小学校体操服、赤白帽　○佐古小体操服（150～）　○夜須小学校女子制服…120～140㎝　○夜須小学校制服…160～　○野市幼稚園制服等関連品

前回12月17,18日の集配では37品52件の市民の皆様のお宅に訪問させていただきました。ご協力ありがとうございました。

高知県共同募金会香南市共同募金委員会

～街頭募金、学校募金にご協力いただきました～

12月14日（月）、16日（水）、野市小学校児童会と野市中学校生徒会、城山高校生徒会のみなさまにご協力いただき、街頭募金運動をおこないました。

また、10月1日から香南市内の小中学校のみなさんに募金のご協力をいただきました。

香南市へ集まったお金の約70%が平成28年度の事業費として配分されます。ありがとうございました。

夜須小学校

野市東小学校

佐古小学校

街頭募金の様子

野　市

吉　川

赤　岡

キリトリ

今月号の内容はいかがでしたか
・興味があった［どの内容ですか　　］ ・関心がない
文字の大きさ
・丁度　・　小さい　・　大きい
ページ数について
・このくらいでよい　・　多い　・　少ない
今までの社協情報に載っているお知らせなど利用したことがありますか
・ある［何をご利用しましたか　　］ ・ない
社協情報の記事でご参考になったことはありますか
・ある［どのような内容ですか　　］ ・ない
今後、載せてほしい記事がありますか
ご意見、ご感想をお聞かせ下さい

キリトリ

今月のテーマ

冬野菜を彩りよく使ったサラダ

ブロッコリーのマスタードサラダ

ブロッコリーはカロテン、ビタミンCなどが豊富な緑黄野菜です。

茎にも栄養が豊富に含まれているので固い皮をむいて、無駄なく使いましょう。味や香りにくせがないので洋風だけでなく、和風の和え物や中華風の炒め物にしてもおいしく食べられます。

材　料（4人分）

	ブロッコリー	200g
	にんじん	40g
	牛肉(薄切り)	100g
A	酢	大さじ1½
A	サラダ油	大さじ½
A	ハチミツ	小さじ1
A	粒マスタード	小さじ1
A	トマトケチャップ	小さじ1
A	塩・こしょう	少々

作り方

1人分：106Kcal　栄養士　足達　真奈美

① ブロッコリーは小房に分け、にんじんはたて半分に切り、うすく切ってゆがいておく。

② 牛肉は塩・こしょうをし、塩を少々加えた湯でさっとゆがき食べやすい大きさに切っておく。

③ ボウルにAの調味料をあわせて混ぜ、①②を加えて和える。

1月 2月 3月 の法律相談日

予約が必要です
電話 0887-57-7300

吉川総合センターのみ相談時間は、午後1時30分から4時30分です。

1月	8日	吉川総合センター
	22日	赤岡市民館
2月	12日	吉川総合センター
	26日	香我美保健福祉センター
3月	11日	吉川総合センター
	25日	夜須福祉センター

皆様のご意見ご感想をお聞かせ下さい ▶▶▶

※この紙面のハガキを切り取り、郵送していただくか、FAXで送信して下さい。
※個人情報は、この事業に関することのみ使用し、他に使用することはありません。
※問合せ先:香南市社会福祉協議会
TEL:0887-57-7300
FAX:0887-57-7305

キリトリ

郵便はがき

料金受取人払郵便
高知東支店
承認
2272
差出有効期間
平成29年9月
30日まで
（切手を貼らずにご投函下さい。）

7 8 1-5 2 9 0

香南市吉川町吉原95番地
（香南市吉川庁舎2階）

社会福祉法人
香南市社会福祉協議会
行

キリトリ

■お差し支えなければ、下記と表面のアンケートにご協力お願いします。

性　別	男　・　女
年　代	20～30代・30～40代・40～50代 50～60代・60～70代・70代以上
社協情報をご観覧頂く頻度	毎回　・　ときどき　・　今月初めて