

お達者 教室

11月11日（金）吉川の文化祭にお達者教室吉川が、初めて作品を展示しました。

はじめりはご利用者の提案でした。作った壁掛け用の毛糸の帽子が「可愛いから文化祭に」との話になり、和紙人形、折り紙の「傘」なども作り展示しました。文化祭では、たこ焼きを食べたりお茶を点ててもらったり、「これ、安い!」と洋服や食器を買ったりと楽しみました。「来年は貼り絵に挑戦!」とみんなやる気満々です。



赤ちゃん訪問野市教室



風船バレーのひとりひとりの楽しそうなこと

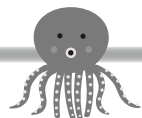
夜須教室 秋の運動会



宣誓
私達お達者教室は
清々堂々と戦うこ
とを誓います



通所介護事業所みかんの里



たこ焼き・たまご焼き



たこ焼きは、タコの他にチーズやキムチを入れ、トッピングに、タルタルソース・大根おろし・ポン酢を用意し、好きなものを選びました。たまご焼きは、抹茶味・ココア味の生地にはジャムやあんこをお好みで入れました。「これは食べたことがない!おいしい!」と楽しくいただきました。



クリスマスリース



「ここに飾りをつけたら、綺麗やろ。」等と話をされながら、クリスマスリースを作りました。素敵な作品ができました。



介護事業所をご検討中の方は、みかんの里をぜひご利用ください。

デイサービスセンターほっとやす

夜須小学校児童訪問活動



12月8日（木）、夜須小学校の児童 11 名が来られ、利用者の皆さんと一緒に「あやとり、トランプ、コマ回し、風船バレー」といった遊びを楽しみました。

子どもたちとの交流は1時間ほどでしたが、皆さん大変喜ばれていました。



夜須小学校の児童の皆さんはほかにも、地区の集会所やご自宅へも訪問されたとのこと。また、いつでもいらしてください。ありがとうございました。



あやとり
まかしちょき!



介護事業所をご検討中の方は、ほっとやすをぜひご利用ください。

あげます

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。

ー登録カード及びポスト設置場所ー

(平日のみ) 香我美支所・吉川庁舎2F (土・日・祝も可) 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

第110号

平成29年1月1日発行

1月情報

※1月10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。

あげます登録リスト

平成28年12月9日現在

情報No.	物 品 名	状 態 (型式・サイズ・色・使用年数等)
A-861	車椅子1台	・全体的に古いです ・2台の内1台はタイヤの修理が必要です
A-877	女性用ブーツ2	・赤系チェック、高さ30cm ・黒に赤青白の模様、高さ20cm ・サイズ各23cm
A-916	灯油缶	・3缶
A-953	スタッドレスタイヤ	・日産マーチ用 ・2〜3シーズン使用(山は十分有) ・タイヤのみ
A-960	ハムスター飼育セット	・床材(木)、トイレ砂(開封済み)、餌(開封済み&未開封)、食器用洗剤(ゲージ洗浄に使用)
A-967	5月人形・破魔弓	・43cm×34cm×80cm ・20年位前に購入 ・未使用 ・ガラスケース入り
A-973	書架(展示架) 2台	・180cm×40cm×115cm ・3段(表紙が見えるように本が並びます)
A-981	履物②④	②運動靴23.5、桃に薄茶地、汚れ有 ④パンプス黒、ピロード調中毛、23.5
A-999	ハンガーラックカバー	・2個
A-019	サンヨー 洗濯機用糸くずフィルター	適合機種 ASW-70B 70BP 705VP 70A 70AP 70PE2 70PVB A70V A-70VP A7L B701 B70V B70VP DE70VP KB700 KB800P MB700 MB800P S80DP T700 TB70 TK70P TP7
A-020	スリングキャリア	ラッキー工業製 セフティーベッド付 生後10日ごろ〜体重13.5kg用 ベージュ色 ほぼ未使用
A-031	車椅子1台	前輪タイヤに修復が必要。
A-044	女児用靴下	6足 サイズ14cm位
A-050	授乳用上着 1着	ボーダー柄
A-060	果実用ビン①③	①4ℓ×3本 ③1ℓ×5本
A-065	習字セット	3年前まで使用
A-066	絵具セット	3年前まで使用
A-067	キッズコミュニケーションピコ本体	テレビにつなげて遊ぶおもちゃ ソフトなし
A-068	靴下 (女児用)	白:24cmくらい 少し長め 柄物:22cmくらい 少し長め
A-069	はちまき	青、黄、白 少しながめ
A-075	笠立	木製、色:茶色 26cm×24.5cm 高さ:52cm
A-077	鏡台	高さ:157cm 幅:64cm 奥行:35cm 色:茶
A-086	パソコン台	ロータイプ 高さ:102cm 幅:60cm 奥行:46cm 明るい木製
A-098	手作りガラス製キャンドルライト	LED7色発光式 USB端子付 AC100Vでも可動
A-105	姿見(パイプ形)	色:赤 鏡部:高さ118cm×幅24cm 台部パイプ寸法:高さ147cm×幅34cm
A-106	大人服	女性用 サイズ:M〜L(ダンボールであり)
A-110	漬け物用樽	70ℓ プラスチック製 1個
A-113	ハンドスレッター	3回使用
A-114	パノラマカメラ	未使用 プラスチック135mmのフィルム使用 2台
A-117	シェイプアップマシン(腹筋台)	黒 10年位前購入 ほとんど使用していない
A-120	絵本	5冊 2〜4歳位の物
A-121	アルファベット積み木	2年使用 「W」「8」なし
A-123	袖なしチャンチャンコ(男性用)①②③④⑤	①日本製 前下3個ボタン 茶色 格子 未使用 サイズ:L (表地 毛70% ナイロン10% ポリエステル20% 裏地 ポリエステル) ②日本製 前ひっかけ1個 茶色 格子 未使用 サイズ:MA (表地 毛72% ポリエステル、ナイロン、アクリル28% 裏地 ポア) ③日本製 前ひっかけ1個 グレー 格子 未使用 サイズ:LA (表地 毛72% ポリエステル、ナイロン、アクリル28% 裏地 ポア) ④日本製 前ひっかけ1個 グリーン薄め 未使用 サイズ:L (表地 アクリル100% 裏地 ポア) ⑤日本製 前ひっかけ1個 グレー 未使用 サイズ:不明 (表地 アクリル100% 裏地 ポア)
A-125	チャンチャンコ(女性用)	グレー地に花模様 裏地ポア 2年位使用 サイズ:LL 年配者向き
A-126	長袖ブラウス 冬用	前全開ホック式 紫無地(襟に花模様) 2回位使用 サイズ:LL 年配者向き (ポリエステル80% 綿18% ポリウレタン2%)
A-127	ブラウス七分袖 合用	前全開ホック穴式 紺色に白和模様 2回位使用 サイズ:L 年配者向き (ポリエステル100%)
A-128	長袖ブラウス 合用	前全開ホック穴式 紫色に花模様 2回位使用 サイズ:L 年配者向き (生地不明) 前全開ホック穴式 薄紫色所々縦め横め模様 2回位使用 サイズ:13号 年配者向き (生地不明)
A-129	ブラウス七分袖、半袖(セット) 合用	前全開ホック式 グレーに小花柄(99%グレー) 2回位使用 サイズ:LL 年配者向き (ポリエステル100%) 前全開ホック式 グレー地に全体小花柄 2回位使用 サイズ:LL 年配者向き (ポリエステル100%)
A-130	ブラウス七分袖 合用	前全開ホック式 薄緑に花柄 2回位使用 サイズ:L 年配者向き (ポリエステル100%)
A-131	ブラウス半袖 夏	前全開ホック式 紺色に幾何学模様 (99%グレー) 2回位使用 サイズ:L 年配者向き (ポリエステル100%) ボタンなし 黒地にグレー模様 首元フリル式 2回位使用 サイズ:LL 年配者向き (テンセル70% ポリエステル30%) ボタンなし 小花プリント柄 使用年数不明 サイズ:LL 生地不明 年配者向き
A-132	レースカーディガン	黒 レース 使用年数不明 サイズ:LL
A-133	ブラウス風上着	前開きボタン式 薄紫色に薄グリーンの格子(光沢あり) 未使用 サイズ:11号 (テンセル59% ポリエステル30% ナイロン11%)
A-134	袖なしチャンチャンコ(年配男性用)	前ひっかけ1個 中白色両方ポア 未使用 サイズ:L 材質不明
A-136	防寒着(ジャンパー)	うす茶色 使用年数不明 サイズ:LL (表地不明 裏地 アクリル100%)
A-137	就寝用チャンチャンコ	ベージュ 使用年数不明 (表地 ポリエステル75% レーヨン25% 裏地 綿100%)
A-140	ショートスキーセット	板:100cm 白地に模様 2年前購入して1回使用 収納袋あり 靴:23.5cm 10年前位に手に入れ、使用回数は10回位 収納袋あり
A-141	ハムスターゲージ	おうち、エサ入れ、水のみ、回転車付 大きさ:20cm×30cm
A-142	サーフボード	長さ:180cm
A-143	水やり器	ペットボトルに水を入れ、ゲージに取り付けて使用
A-144	小型水槽	高さ:25cm×18cm×30cm ポンプ、ろ過機あり
A-145	野市中制服	セーラー服:150A Mスカート:夏用W60 丈54 冬用W72 丈54
A-146	毛布	シングル×2枚(未使用)
A-147	介助おむつ①②	紙おむつ ①Mサイズ うす型長時間 パンツ型 4個 ②テークケア 男女共用 パット型 5個
A-148	ハブ茶の種	
A-149	囲碁セット	

ください

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	○簡易ポータブルミシン・卓上電動ミシン ○ビデオデッキ(録画・地デジチューナー付)○薄型テレビ(小型・中型) ○掃除機 ○CDラジカセ ○ノートパソコン(印刷機付) ○パソコン(故障可) ○乾燥器 ○DVDデッキ ○タブレット ○マイク ○電子辞書 ○ブルーレイレコーダー(故障可) ○アイロン(故障可) ○MD付ラジオカセット(ビクター製希望) ○ポケットラジオ ○扇風機 ○ワープロ(故障可) ○血圧計 ○大内行灯(廻転行灯を希望)○レコードプレイ(レコード針が古くない物)○加湿器(小型タイプ) ○ビデオデッキ ○DVDデッキ
運動具	○エアウォーカー(小) ○アセチノメガシェイブ ○健康ぶら下がり機 ○バドミントン(競技用ラケット・シャトル)
楽器・文具	○キーボード(88鍵盤) ○電子ピアノ(軽) ○曲入りカセットテープ(童謡等) ○譜面台 ○エレキギター ○アンプ ○書道用落款用印材 ○アコーディオン ○色鉛筆(6セット) ○ガットギター(ナイロン弦 コンディションの良い物) ○ベースギター
生活用品	○イス(背付、屋外で使用) ○ケーキケース ○下駄箱(幅60位)○物干台・物干竿 ○ショーカーケース ○目ざまし時計 ○傘大(ゴルフ・ビーチ用可) ○譜面台 ○洗濯機棚 ○オパール押し車(サビ等がないもの) ○こいのぼり(大・小) ○囲碁セット ○二・三段ボックス(押入れの中に入れて整理できるもの) ○簡易折りたたみテーブル(キャンプ用) ○犬のゲージ(大きくて新しい物希望) ○天水おけ(畑で天水をためておくタル) ○婦人服(L又はLL)○コンテナ(みかん用に使用していたものの希望) ○井戸のポンプ(鉄の古い物) ○世界地図(ポスターサイズ)○日本地図(幼稚園、小学低学年の子どもが使用。ポスターサイズも可) ○女の子七五三(3歳)着物セット ○女性用着物、帯等(振袖でない物。着物・帯・草履・小物等) ○製氷機 ○冷蔵庫(小さいもの) ○タオル ○火ばち(暖用) ○折りたたみ式ベット ○長椅子 ○三段ボックス ○本棚(90cm×150～180cm位) ○いす(丸型で足が3本か4本) ○高校切ばさみ(伸縮できる物) ○蛍光灯(32形・40形)
自転車等	○三輪自転車(大・小)○幼児車 ○手押し棒三輪車 ○農業用一輪車 ○管理機 ○幼児イス ○26型自転車 ○一輪車(身長135cm以上対応。美品。男の子が乗ります)○マウンテンバイク(小学生用)○自転車(なるべく新しい物)
ベビー・子ども用品	○屋内ブランコ鉄棒 ○男児服(80～100、100～110、130～、150～) ○竹馬、一輪車、けん玉、コマ ○シルバニアシリーズ ○ジュニアシート ○男児おもちゃ(木製他、スコップ) ○女児服(120～170) ○対面式ベビーカー(購入3年以内くらいの物) ○ベビーサークル ○女の子のおもちゃ(1歳～小学生くらいまで) ○絵本(赤ちゃん～小学生くらいまで) ○パジャマ(80、100、120) ○秋、冬の服(80、100、120)○女児服(90～110) ○ベビー服(90～110) ○抱っこひも ○マタニティ服(冬用)サイズ:S又はM
学生服・体操服 等	○山田高校女子制服(約160cm) ○山田高校男子制服(夏ズボン、長袖シャツ) ○城山高校男子制服(夏ズボン160cm～170cm、半袖シャツ170cm) ○小津高校男子制服(夏・冬、170cm位・W80cm位) ○香我美中学校女子制服…170cm ○香我美中学校女子制服上下、夏スカート(165cm、W67cm) ○香我美中学校男子制服、体操服、ウインドブレーカー(165cm～170cm) ○野市中女子制服・体操服(160cm) ○野市中学ラン(165cm) ○野市中冬ズボン(W80cm) ○赤岡中男女制服・合服・体操服(170cm) ○夜須中学校男子制服(145cm位) ○野市東小学校体操服、赤白帽 ○夜須小学校制服…160cm～ ○野市幼稚園制服等関連品 ○高知中学・高校男子制服(学ラン170cm、スラックスW70cm～73cm、長/半カッターシャツ) ○東工業高校男子制服(夏・間・冬)身長175cm、W70cm ○東工業高校男子体操服 ○野市中学校男子制服(約160cm) ○野市中学校体操服上下 ○土佐塾中学校男子制服(冬服上着サイズ:S)

前回12月15日の集配では15品26件の市民の皆様のお宅に訪問させて頂きました。ご協力ありがとうございました。

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

ご寄附のお礼



○楠瀬隆章さまより、法人運営のために役立ててくださいとご寄附をいただきました。有効に使わせていただきます。本当に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。大切にに使わせていただきます。ありがとうございました。

キリトリ



カブのサラダ

カブは「すずな」とも言われ、春の七草のひとつでもある冬の野菜です。

寒い時期ほど甘みも増し、おいしくなります。根の部分は消化酵素のアミラーゼを含み整腸効果があります。葉にはβカロチン、ビタミンC、カルシウム、カリウムが豊富に含まれているので、丸ごと使いましょう。

今月のテーマ

旬の野菜を
おいしく
食べましょう

材 料 (4人分)

カブ	300g
カブの葉	40g
塩	小さじ $\frac{1}{2}$
ロースハム	20g
人参	80g
酢	大さじ $1\frac{1}{2}$
サラダ油	大さじ1
A 塩	小さじ $\frac{1}{4}$
さとう	小さじ $\frac{1}{2}$
こしょう	少々

作 り 方

1人分:136Kcal 栄養士 足達 真奈美

- ① カブは葉を落とし、うすくスライスする。(大きいものは食べやすい大きさに切ってスライスする。) 葉は1~2cmの長さに切る。
- ② ボールに①を入れ塩小さじ $\frac{1}{2}$ をまぶして少しおく。しんなりしたらしばっとおく。
- ③ Aの人参はすりおろし、他のAの材料と混ぜ、ドレッシングを作り、②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

- 【相談時間】
- ① 吉川総合センター
午後1時30分から4時30分
 - ② その他の地区
午後2時から4時

1月 13日	吉川総合センター
27日	のいちふれあいセンター
2月 10日	吉川総合センター
24日	赤岡市民館
3月 10日	吉川総合センター
24日	香我美保険福祉センター

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、この事業に関する事のみ使用し、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
T E L:0887-57-7300
F A X:0887-57-7305

キリトリ

郵便はがき

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

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。)

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