

## 香南市こどもボランティア隊（KKV）夏の活動報告

7月22日（木）、7校の小中学生15名の隊員がみかんの里に集まり、みかんの里中庭の草引きを行いました。花壇、プランター、散歩道それぞれの担当に分かれて整備したあとは、香我美高齢者福祉センターの利用者さんといっしょにジャガイモ掘りを楽しみました。

暑い中がんばって、隊員たちみんなで考えた今年度したい活動のうちふたつを達成しました。次回KKV集合時には、個人やグループで自分たちのまちをよくする活動の報告会を行います！



## 香南市こども福祉会議

### 「友だちつくろうの集い」を実施しました！

8月2日（月）4校から16名の参加で、室戸市や馬路村へ足を延ばし今年度のこども福祉会議を行いました。

コロナ禍でさまざまな行事が中止となり友だちとの交流がなかなかできない中、しんどい思いをしている友だちにどんなふうに声をかけしていけばよいか話し合いました。

香南市に戻ってくる頃には、初めて会ったひと同士もすっかり友だちになり、次回また会えることを楽しみに帰路につきました。



# お達者教室

いつもお達者教室にボランティアに来てくださっている浜渦和子さん。野市教室で得意な踊りを披露していただきました！

コロナウイルス対策で午前中のみの開催が続く中、利用者のみなさんと職員いっしょに楽しい時間を過ごすことができました。

吉川教室と吾我美教室合同開催には、紙を使って創作活動を楽しみました。お花をかたどった壁飾りの出来上がり！



7月には各教室でシェイクアウト訓練を実施！  
地震に備えて、お達者教室でも日頃から訓練しています。



高知県社会福祉協議会 主催

## パークゴルフ体験教室のご案内

- 目的 パークゴルフを楽しむことで、新しい趣味や健康づくりのきっかけとなり、仲間づくりの場となることを目的に開催します。
- 講師 高知県パークゴルフ協会 指導員
- 日時 **令和3年10月16日(土)10:00～12:00**  
※雨天の場合は、令和3年11月6日(土)10:00～12:00
- 会場 **香南市野市パークゴルフ場**(香南市野市町深淵910)
- 対象者 50歳以上の方(中学生以上の子どもさんも一緒にどうぞ♪)
- 参加費 無料(道具はお貸しします)
- 服装等 動きやすい服装、タオル、水分補給の飲みもの等
- 定員 40名
- 申込み 令和3年10月11日(月)17時までに、①氏名・年齢 ②住所・電話番号を下記へ電話・FAX・メール等でお申込みください



高知県社会福祉協議会 いきいきライフ推進課 担当:町田

TEL 088-844-9054 FAX 088-844-9411 E-Mail [ikigai@pippikochi.or.jp](mailto:ikigai@pippikochi.or.jp)

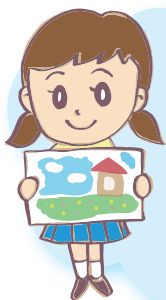


## 通所介護事業所 みかんの里



7月20日、香我美小学校6年生の生徒さんが自分たちで作成した壁画と塗り絵を持ってきてくれました。

この壁画と塗り絵をみかんの里利用者のみなさまへ直接お渡ししてもらい、交流の機会をもてるとよかったのですが、コロナウイルス感染症の不安があることから職員が代理で受け取りました。



受け取った壁画は飾らせてもらい、塗り絵は利用者のみなさんが「かわいい」「上手だねー」などと言いながら楽しまれていました。

完成した塗り絵は、小学生にお渡ししようと思っています。



9月

10月

11月

の法律相談日

※香南市在住の方に限ります。

【相談時間】

第2金曜日  
午後1時30分から4時30分まで  
第4金曜日  
午後2時から4時まで

予約が必要です

電話  
0887-57-7300

9月 10日 香我美保健福祉センター  
24日 赤岡市民館

10月 8日 香我美保健福祉センター  
22日 吉川防災コミュニティセンター

11月 12日 香我美保健福祉センター  
26日 夜須福祉センター

## あげます⇔ください

9月情報

【登録前にお読みください。】

※9月30日午前11時まで、各ポストにて受付しています。  
 ※リストへの掲載は翌々月となりますので、ご了承ください。  
 ※お申込みが多数の場合は抽選となり、当選された方のみご連絡させていただきます。  
 ※玄関から玄関までのお届けとなり、集配は翌月の中頃を予定しています。  
 ※電化製品は、動作の確認をお願いします。  
 ※大きい物・重い物・生き物・植物は取り扱いができません。  
 ※物品の状態によっては、リストに掲載できない場合がありますのでご了承ください。

## 香南市社会福祉協議会（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・ポスト設置場所

(平日のみ) 香我美庁舎・吉川市民館・夜須公民館  
 (平日・土も可) 赤岡市民館  
 (平日・土・日・祝も可) のいちふれあいセンター

8月1日現在

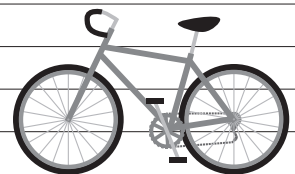
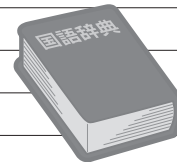
情報No.	物 品 名	状 態 (型式・サイズ {横、奥行、高さcm}・色・使用年数 等)
A-800	乗馬フィットネス機器	EU7800 白色 ナショナル製
A-804	花器	大きさ・色 さまざま
A-805	新生児服	ロンパース・肌着・スパッツ等 4年ほど前に購入
A-809	カーワックス	つや出し固形コーティング剤(ノーコンパウンド)SOFT99激防水、パールマイカ塗装&うすいメタリック用 車用スポンジなし、三分の一位使用
A-823	ズボン	L サイズ 7本
A-824	椅子	2脚あり。回転式で木枠でクッション部分がグリーン。ひじ掛けあり
A-826	ヨネックステニスガット (ポリツアーエア)	2020年10月購入。新品ガットロール。およそ20本張れる長さで12本分使用。残りがラケット約8本分の長さです。色 スカイブルー
A-827	藤のタンス	
A-830	ワークテーブル	高さ70cm 巾120cm 奥行45cm 天板白色 天板の厚み4.5cm
A-831	ローリング運動器	40～50cm 正方形の箱に入る位 寝て使います
A-832	ユラッコ	15分使用した時の運動量は1万歩歩いた時に相当しますと書いています
A-833	レッグマジックX	7～8年前に購入 あまり使用していません
A-834	そろばん アクリルカーター	名前の所は削りましたがあまりきれいではありません
A-835	藤の敷物 裏地なし	210×170
A-838	レッグマジックサークル式	DVD付き 健康器具
A-839	辞書	国語 英和 漢語林
A-841	サンマッサーホット22BL	家庭用
A-842	トレーニングマシン器具	ほぼ未使用
A-843	素焼鉢	直径21cm深さ10cmのもの5個 直径15cm深さ12cmのもの5個
A-844	ミニオンキャンディバケツ	高さ22cm 1年使用
A-845	女兒用リュック	ピンク色 1年使用
A-846	壁掛けハンガー	フック4つ付 木製 1年使用
A-847	壁掛け小物入れ	透明 ポケット10cm×10cmが6つのものとポケット10cm×10cmが3つのもの 1年使用
A-848	無印良品 ランドリーバスケット	30cm×30cm×高さ60cm 洗濯物かご折りたたみ式 1年使用
A-849	シャンプースタンド	2段タイプ高さ30cm×横30cm程 白色 3年使用
A-850	キッチンラック 調味料置き	横30cm×奥10cm×高さ30cm 2段タイプ 茶色 1年使用
A-851	大人用布製筆箱	デニム製生地 1年使用
A-852	男児用服	80～100cm 5年ほど使用
A-853	ハンガーラック	アルミ製 巾75cm×奥44cm×高さ90cm
A-854	自転車	10年ほど使用 外観よし ドロップハンドル 荷台無し サドルが固定できないので直す必要あり
A-855	城山高校男子制服	学ラン170A・ズボン(サイズ73)1枚 ズボン(サイズ73)1枚
A-856	冷風機	津田商事 TSE-03 白色 10年ほど前に購入

あげます登録リスト

※有効期間2ヶ月程度となります。

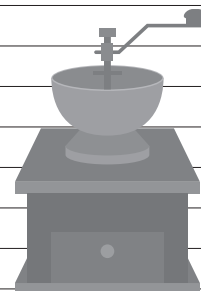
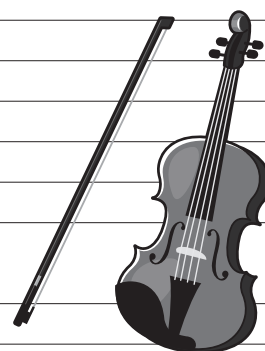
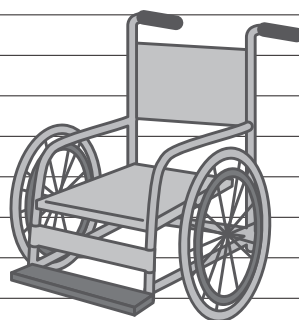


A-827



※イラストはイメージです。実際の品物とは異なります。

物 品 名	具 体 的 に (型式・サイズ・色・使用目的等)
自転車	24インチ以上の大人用自転車 比較的新しいものを希望
茶道具	茶道で使う用具
扇風機	
洗濯機	出来れば小型(4.5kgまで)
ミシン	ポータブルミシン・足踏み
鳥用おもちゃ	どのようなものでも可能 状態の良いもの
鉄棒	付属品付きでも可能
野市中学校制服	165cm以上 女性用
歩行器	大人用
シューズボックス	
車椅子	
プレイマット	
ベビージム	
液晶TV	
カーテン	
座椅子	木製でクッションの無いタイプ希望
女兒用スーツ	小学校卒業式用スーツ 165cm以上
炊飯器	
NHKテキスト	すてきにハンドメイド2020年2月号
野市中学校制服 ワイシャツ	160～165cmのもの どんなに古くても可
バイオリン	大人用 古くても良いです
トライポッド	焚き火三脚
焚き火台	キャンプ等で使用する物
ベース	
掃除機	コードレス
野市中学校男子制服	
野市中学校体操服	ジャージの長ズボン・半袖シャツ Lサイズ以上のもの
知育おもちゃ	子供が遊べる物
炊飯器(ガス釜)	二升炊き(一升炊きでも可)
ままごとキッチン	セットでほしいです
湯沸しポット	
電話機	液晶で履歴の見れる物
ヘッドホン	
パソコン	
ランドセル	
ハンモック	スタンド付きで自立できるもの
トランポリン	
ファンヒーター	出来るだけ新しい物が良いが、動けば良い
コーヒーマル	手動・自動・コーヒーマーカー付 いずれか
本棚	3段BOX可
折りたたみベッド	高さ(マット含む)25cmの物希望
はがま	できるだけきれいな物
かまど	ホームかまどがほしいです
LPコンロ	一口でもOK
ベビー柵	階段の所に降りない為に必要
炊飯器	3合以上炊けるもので古くてもかまいません
冷蔵庫	1人用 140リットル前後 ツードア、霜取りがない物



前回8月19日の集配では17品27件のご利用がありました。ご協力ありがとうございました。



## 今月の料理

### なすが入った油淋鶏(クーリンチー)



★なすには、肌トラブルや老化を防ぐポリフェノールの一種で抗酸化作用があるナスニンが多く含まれています。

また、疲労感やむくみを効果的にとってくれるカリウムも多く含まれています。

栄養士 足達 真奈美

材料(4人分 1人分281kcal)

鶏ムネ肉	360g(1枚)
なす	240g
レタス	120g
オクラ	40g(4本)
ミョウガ	30g(2コ)
長ネギ	50g
A ショウガ(すりおろし)	大さじ1/2
ニンニク(すりおろし)	小さじ1
砂糖	25g
うす口しょうゆ	20cc
濃口しょうゆ	20cc
酢	40cc
ごま油	小さじ1
小麦粉	適宜
炒め用油	適宜

### 作り方

- ① 鶏ムネ肉を12枚にスライスし、塩こしょうで下味をつけ、小麦粉をつけてフライパンに大さじ1の油をひいて両面を焼く。
- ② なすは、へたを除き、たて半分に切り、1切れを3枚にスライスし、フライパンに大さじ1の油と水大さじ1を入れて蒸し焼きにする。
- ③ レタスは1cm幅のせん切り、オクラは輪切り、ミョウガはせん切り、長ネギはみじん切りにしておく。
- ④ ボウルにAのたれの材料を入れて混ぜる。
- ⑤ 器にレタスをしき、①の焼いた鶏をならべてAのたれをかける。

### こもれび日記～愛らしいカブトムシの成長～

愛らしく変態したカブトムシたち、今のところすくすく育ってくれているようです。

カブトムシの寿命は3か月程度。なので、できるだけいろんなところでみなさんにお披露目したいと思っています。

次の目標はたまご！メスのカブトムシもいたので期待しているところです！



### 今月の表紙

ことしの夏も暑かったですね。まだまだ暑さが続きそうです。コロナ禍の夏、なにか夏らしいことしましたか？

今月の表紙は、こども福祉会議「友だちつくろう」の一コマ。

コロナウイルスの影響でお出かけしたり友だちと気軽に会えない中、夏休みのたのしい思い出として心に残るといいな。



### ご寄附のお礼

小松邦宏様と3名の匿名の方からお米のご寄附をいただきました。大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

