共同募金配分金事業

令和3年度
香南市こどもボランティア（KKV）隊活動報告

3月25日（金）いやしの里にて、今年度の香南市こどもボランティア隊（KKV）の報告会がありました。7小中学校18名が自分のまちをよくするために、それぞれの地域で活動したことを報告しました。全体でした活動や合宿の振り返りも行いました。

【みんなでしたこと】
・いやしの里ファーム看板作り
・こども食堂ボランティア
・高齢者施設でのお手伝い
・ジップライン　・森林整備について
・チョロQ分解　・赤い羽根共同募金
・アメゴ釣り　・高齢者買い物支援

【自分たちでしたこと】
・ドライブスルーで夏祭り
・物部川をきれいにしよう!
・SDGsの活動　・浜辺のそうじ
・ゴミ拾い大作戦1&2
・コロナ禍における香南市の問題点

給食ボランティアを募集しています

香南市社会福祉協議会では、地域で支え合い安心して暮らしていけるまちづくりのため、ボランティアの協力を得て、ひとり暮らし高齢者等に『給食サービス事業』を実施しています。

赤岡町では、毎月3回給食サービスを実施していますが、この給食づくりに参加していただける地域のボランティアさんを募集しています。

内容は下記のとおりです。

○ **給食実施日** … 毎月第1・第2・第3火曜日の中で月1回程度の参加
○ **作業時間** … 午前8時 ～ 11時頃まで
○ **作業場所** … 赤岡町
○ **持参する物** … エプロン（キャップ等は用意します）
○ **その他** … 年齢性別等の制限はありません（男性の方も歓迎）

※地域で給食ボランティアをしたいという方はもちろん、料理が得意でないという方も給食づくりに参加して、この機会に料理をおぼえてみませんか。連絡をお待ちしていますので、お気軽にお問合せください。

【お問合せ・連絡先】香南市社会福祉協議会　電話57−7300　担当：十市

通所介護事業所
みかんの里

4月、みかんの里の桜も満開です。暖かくなってきたので、外の散歩も気分がよくできるようになりました。

これからの季節は花もたくさん種類が咲いてきて、利用者の皆さんの目を楽しませてくれると思います。

お達者教室

来所され、「元気やったかね～」と、お互いに声をかけあいながら水分補給でホッとひといき…♪

『もしもしカメよ』を歌いながら準備体操で身体をほぐしたら、『お達者教室きまり五か条』を皆んなで読み上げ、今日も一日がんばるゾ！！と気合いを入れています(*^-^*)ノ

お達者教室五か条
1. お達者教室やくそくごと
2. できることは自分でしましょう
3. 皆なと一緒に行動しましょう
4. なんでも支援員に相談してください
5. みんな仲良く元気よく

令和４年度　明日葉会

明日葉(あしたば)会
香南市の認知症高齢者を考える会

開催日時	場　所	内　容	対象者
令和4年6月10日(金) 13:30～15:00	ふれあいセンター 2階第1、2研修室	講義 『アルコール･薬物等と認知症の関係』 いずみの病院理事長　楠木　司氏	一般
令和4年7月8日(金) 13:30～15:00	ふれあいセンター 2階第1、2研修室	講義 『長年認知症患者に関わって思うこと』 高知大学医学部保健管理センター　上村　直人氏	一般
令和4年8月12日(金) 13:30～15:00	ふれあいセンター 2階第1、2学習室	講義 『認知症家族のための施設の選び方』 香南市地域包括支援センター	一般

ご寄附のお礼

○国際ソロプチミストさまより、地域福祉のために役立ててくださいとご寄附をいただきました。ありがとうございました。

香我美中学校よりもち米をご寄附いただきました！

2月7日に香我美中学校の生徒さんが育てたもち米をご寄附いただきました。

今年はコロナウイルスの感染拡大を受け、先生が届けてくれました。高齢者の給食サービスなど、いろいろな事業に活用させていただきます。毎年ありがとうございます。

第176号

あげます⇔ください 5月情報

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

【登録前にお読みください。】
※**5月31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・食品・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。

4月1日現在

あげます登録リスト
※有効期間2ヶ月程度となります。

情報No.	物品名	状態（型式・サイズ｛横、奥行、高さ㎝｝・色・使用年数 等）
A-874	額（写真）	縦36×横36　色　茶色　1枚　縦40×横30　色　銀色　1枚　縦43.×横33　色　黒　2枚
A-875	写真立て	縦29×横48
A-883	ビールジョッキ・コップ	縦12cm×横6.5cm　飲み口7.5の物6個 縦14cm×横7cmの物1個　縦10.5cm×横6cmの物14個
A-890	岡豊高校カッターシャツ	半袖2枚　サイズLL
A-894	小皿	直径12cm　同柄（ブルー系）10枚　柄違い2組　箱なし未使用
A-897	テニス用スコート2点	①白（YONEX）W70　H94〜96　②ブルー（ellesse）サイズ46
A-926	ワンダーコア	10年ぐらい前に購入
A-927	スタイルアップレッグ	10年ぐらい前に購入　下半身強化器具（開脚等）　あまり使用していません。
A-931	文庫本ケース	3ヶ　幅145×奥行45×高さ17　プラスチック製 一部破損あり。
A-936	ハイローチェア	ベージュ乳児期のみ３人使用 足掛け　シートは洗濯済み 少々しみあり　8年前に購入、状態良
A-942	座卓	90×150cm　重い
A-943	ぬいぐるみ	チャーミーキティーやプーさん等15cm前後の小型なぬいぐるみオラフ（アナ雪のキャラクター）約50cmくらい
A-947	おひなさま	七段飾り 大型の物
A-948	折たたみベッド	パイプベッド　新しくはないがあまり使っていない
A-949	EPSONインク	新品　ブラック・ライトマゼンダ・シアン　型番 IC6CL70
A-951	山田高校制服	冬用の上着のみ　ボタンが別の物のためボタンが別途必要　普通サイズ
A-952	家庭用生ごみ処理機	MS-N56（national現Panasonic）　色:パールゴールド　寸法: 45×35×25cm　重量:5kg 使用年数:15年程使用　クリーニング済み　取扱説明書なし
A-953	ハンドブレンダー（ミキサー）	未使用　HeroGreen製　HBL-200　65×65×360mm
A-954	ワンハンドルIH対応鍋6点	未使用　Marble製　ND-4809
A-955	パンプス（春用）	黒色　ヒールなし　23.5cm　未使用
A-956	自然通気形開放式石油ストーブ	RX-2211Y　（株）コロナ製　4L　10年使用
A-957	半袖ポロシャツ	1年程使用　LLサイズ
A-958	高知農業高校制服	男（上衣）170・175・185cm　ズボンW76cm　女（上衣）Lサイズ　（ベスト）Lサイズ　各1着
A-959	シュレッダー	サイズ　横32cm×縦27cm×奥行16cm　色　ブルー
A-960	学習机（木製）	椅子あり　５〜６年程使用していますがきれいです。
A-961	衣装ケース	２ケ　プラスチック　透明　数年使用したが状態はきれいです。
A-962	額ぶち	55cm×45cm　１個　48.5cm×36cm　5個
A-963	トレーニングパンツ	Big32枚　12〜20kgの男児用　未開封
A-964	ZEYOスイミング女子用水着	大人用Sサイズ　ハーフスパッツタイプ
A-965	オイルヒーター	ナショナル製　タイマー付き　3段階調節可能
A-966	ベビーバス	プラスチック製　水色
A-967	布地	色 いろいろあるが白は折り目に汚れあり　服のできる広さ〜パッチワーク、袋を作った残り 裏地の残り
A-968	霧吹ミストファン	MEF-03WH　2013年制　加湿器としてもオールシーズンOK　タイマー9時間　リモコン無
A-969	レゴ基本セット（ブロック）	型番4267　対象年齢5〜10歳　紛失したパーツあり　日焼けあり
A-970	ピーコックジュニアジャグ	IGC-200　色　レッド　保冷専用　容量2ℓ　操子にて保管していたので底に日焼けあり
A-971	野市中学校体操服・ジャージ	半袖2L・3L・4L　各1枚　半ズボン４L　２枚　上下4L　各1枚
A-972	自転車	アサヒ18インチ　FN18-11-A-4　2019年６月頃購入
A-973	アンクルウェイト	足首にする重り（1kg）　黒色

A-936

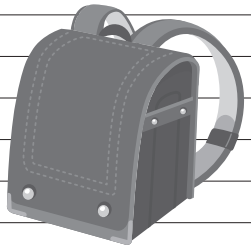
A-952

※イラストはイメージです。実際の品物とは異なります。

あげます登録リスト	情報№	物　品　名	状　　態　（型式・サイズ〔横、奥行、高さ㎝〕・色・使用年数 等）
	A-974	鉄アレイ	3kg　色　グリーン
	A-975	ホットマット	1人用　新品
	A-976	高知東工業学ラン/ズボン	学ラン→165A　ズボン→W73cm　3年間使用　ズボンの裾は汚れやほつれがあるかもしれません
	A-977	野市小学校体操服	シャツ→140cm・Mサイズ　各1枚　ズボン→150cm　3年使用

ください登録リスト　※有効期間6ヶ月程度となります。

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～26インチの大人用自転車。・ママチャリ　・比較的新しいものを希望。・電動自転車
家電製品	ミシン（ポータブル・足踏み）・湯沸かしポット・電気ケトル・電話機（液晶で履歴見れるもの）・パソコン・食器乾燥機・掃除機・電子レンジ・ドライヤー・洗濯機（4.5kgくらいの物）
カーテン	履き出し窓用　レースカーテンと厚手のカーテンが欲しいです。
のいち幼稚園制服・体操服	特に男の子用ズボンとジャケットが欲しいです。
野市中学校体操服	ジャージ上下Mサイズ　半ズボンMサイズ　長ズボン　Ｌサイズ以上のもの
野市中学校制服	冬服ズボン カッターシャツ　サイズ160～170cm以上の物 スカート　ウェスト66cm丈63以上　スラックス175cm以上　夏冬どちらでもかまいません
知育おもちゃ	子供が遊べる物　ジェンガ・黒髭危機一髪　等
ままごとセット	キッチンもあれば欲しいです
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	
本棚	3段BOXの高さまでの物
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・かまど鍋	ホームかまど・もち米を蒸したり大鍋で炊けるかまど台
ＩＨコンロ	
ベビーカー	安全性の観点から、新規購入より5年内の物でお願いします
車椅子	安全性の観点から、新規購入より5年内の物でお願いします
色鉛筆	
一輪車	農業用　運搬用
釣道具	鮎つり用品（竿・針・網・箱めがね）等
ラグマット	1～2帖用
くわ・またぐわ・とぐわ（つるはし）	古くてもかまいません。
文化鍋・無水鍋	
カッパ	中学生用の紺色でLサイズのものを希望
リアカー	20インチ程度のタイヤ　耐荷重80kg程で希望
VHS ビデオデッキ	
VHSカセットアダプターアタッチメント	VHS-Cのビデオテープを入れる専用のカセットアダプター
一輪車	高学年用でできれば女の子用のタイヤ劣化の少ないもの希望
ベビーベッド	ベビーサークルでも可
おんぶひも	子供の体が全部おさまるタイプで出来れば前・後ろ両使いができるものがいいです
働くおもちゃ	パトカー・工事車両・救急車等
ぶら下がり健康器具	
DVD	邦画・洋画・アニメ等
フェイスタオル	できれば新しい物希望
水筒	保冷＆保温コップ式ではなくダイレクトに口を付けて飲むタイプの物　500ml～1000ml程度（保冷のみも可）
石うす	昔ながらの粉に挽くための物
譜面台	
鉢	



前回4月21日の集配では 16品31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

★　春野菜の特徴は寒い冬に成長し春に収穫されるためビタミン、ミネラル、食物繊維などの栄養をたっぷり蓄えています。春野菜は疲労回復に効果的で便秘予防にも役立ちます。

栄養士　足達真奈美

春野菜のパスタ

材料　　4人分　　1ヶ分　534kcal

スパゲティー	400g（乾）
春キャベツ	120g
茹で筍	120g
新玉ネギ（紫）	120g
スナップえんどう	20本
アスパラガス	2本
あさり（カラつき）	1パック分
にんにく	1かけ
唐辛子	2本
コンソメ顆粒	15g
塩コショウ	少々
オリーブオイル	大さじ1

作り方

① スパゲティーをゆがいておく。
② 春キャベツ、茹で筍、新玉ねぎ、アスパラガスは食べやすい大きさにきっておく。ニンニクは薄くスライスし唐辛子は小さく切っておく。
③ スナップえんどうはスジを取り、湯がいておく。
④ オリーブオイル大さじ1をフライパンに入れ、あさりを炒め、一度プライパンから出しておく。あさりを炒めたフライパンにオリーブオイル大さじ1とにんにく、唐辛子を加え②の野菜と③のスナップえんどうを炒め、塩こしょう、コンソメで味付けしスパゲティーを加えて炒める。
スパゲティーと具が混ざったら皿に盛り先に炒めたあさりを飾る。

5月 6月 7月 の法律相談日

※香南市在住の方に限ります。

予約が必要です
電話
0887-57-7300

【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

相談日時

5月13日　香我美保健福祉センター
　　27日　赤岡市民館
6月10日　香我美保健福祉センター
　　24日　吉川防災コミュニティセンター
7月　8日　香我美保健福祉センター
　　22日　夜須福祉センター