

民生委員・

児童委員の紹介



氏名 竹内 佐代子  
受持区域 岸本12～18区・22区

住所 香我美町岸本  
電話番号 54-2987



氏名 清水 すみ子  
受持区域 岸本1区～4区

住所 香我美町岸本  
電話番号 090-9778-2333



氏名 豊永 憲一  
受持区域 下分

住所 野市町東佐古  
電話番号 090-3783-2524

## 香美市香南市合同 ファミリーサポートセンター・スキルアップ講座

### 「気持ちの聞き方・こころの話し方」を開催しました!!

2月6日(月)にのいちふれあいセンターにて「聞く力をアップしよう」というコンセプトで、井戸端わもん代表の川窪財氏に講義いただきました。

香美市から8名、香南市から4名の参加があり、全員で車座になったりグループになったり、メンバーを組み替えながら順番に聞き役・話し役に取り組みました。



#### 【話の聞き方のコツ】

- ①話を最後まで聞く
- ②信じ切る 自分も相手も

この2つを念頭に置き、音を意識して聞くと話に集中しやすいと教わり、始まる頃は気になっていた室外の工事の音も、最後にはあまり気にならないくらい集中していました。

今後のファミサポ活動だけでなく、日常生活にも役立ちそうとみなさんおっしゃってくれました。



## ちょこっと手伝い隊”活動情報

～ 12月11日(日)夜須町埋立地区で、粗大ごみの自主回収 ～

ひとり暮らし高齢者の方が、自宅から地区収集所までの粗大ごみ出しに困っていました。(＞\_＜)  
そんな困りごとを聞きつけた“ちょこっと手伝い隊” 隊員。「わたし達の出番や!!」と早速、地区の方と一緒に作業しながら世間話にも花を咲かせました。

うれしいことに一緒に作業をおこなった地区の方が、“ちょこっと手伝い隊” 隊員として加わってくれました。

ちょこっと手伝い隊では 『困ったときはお互いさまで地域の助け合い活動』に協力していただける方を募集しています。まずは、下記までお問い合わせください。

電話 0887-57-7300 (平日 8:30～17:15) 担当：山中、山下



今回収集所に出した粗大ごみ



モータ付き自転車



鉢・プランター等



地区収集所に移動中



## “みかんの会”(香我美町)の活動

みかんの会では、「自分たちの活動をもっと知ってもらいたい!」「香我美町で、仲間をもっと増やしたい!!」との熱いオモいで、2月6日にメンバーが集まって案を出し合いました。

香我美町内の公民館や集会所等に紹介ポスターを作成し、貼り出す予定ですので、どうぞ期待!! (\*^^)v

連絡先：横山

電話：0887-57-7300







## 通所介護事業所 みかんの里



1月18日(水) 香我美小学校6年生の児童5名が総合学習の一環で、みかんの里へ花植えに来てくれました。50名の生徒で植えていただく予定となっておりましたが、コロナ禍のため少人数5名での花植えとなり、大変な中チカラを合わせて植えていただきました。利用者の皆さんも色とりどりの花壇をみて「華やいだね～」と喜ばれていました。(\*^\_^\*)



問い合わせ先 54-2233 近藤

## 介護予防事業・お達者教室

まだまだ寒い日も続きますが、お達者教室の利用者さんは元気に教室へ通ってくれています。

節分のオニ退治👹で豆まき！「鬼は～外！福は～内！」「今年もいい一年になるといいね～」

ひな祭りの置物づくりにも挑戦し、「キレイに切れるろうか？」と不安顔でしたが、可愛くできました♪

問い合わせ先  
57-7300 谷脇



## あげます⇔ください

3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。】

※3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。

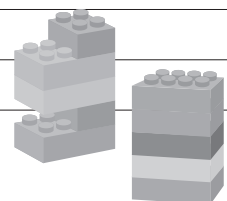
※電化製品は、動作の確認をお願いします。

※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。

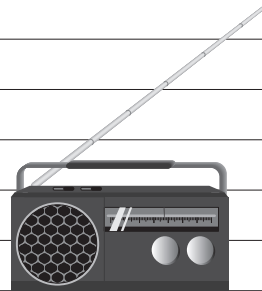
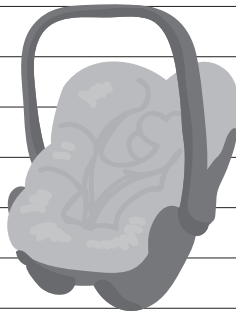
2月1日現在

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-056	上履き	Moon Star24.0cm EE(BID Tef)ライン▶ベース白色 やや汚れあり
A-057	子供用運動靴	女兒用 瞬足 23.0cm 紺色(中敷や内側はピンク)
A-058	野市中学校男子制服ズボン	①ウエスト76股下約64cm ②ウエスト70股下約69cm ①②ともに使用感あり。
A-059	ランドセル	女兒用 6年間使用 水色でピンクの縁取り、花の飾りがサイドにあり。比較的きれい。 横長ですが、小学校のロッカーには入りました。
A-061	ヘルメット	小・中学生 通学用 白色 中古
A-063	野市中セーラー服のリボン	3年使用。6cm巾に折って一部縫ってます。
A-064	野市中体操服半ズボン	M→1枚 L→1枚 どちらも6年位使用 ウエストゴムは伸びてますがヒモは付いています。
A-071	重箱	①3段の小型のぬり(未使用)②2段の小型ぬり(ほとんど使っていない)
A-072	おしゃもじごまいり器	木製 22cm 3個 ステンレス製(持手は木) 1個 未使用
A-073	せいろの下へ敷く竹す	直径29cm 2枚 未使用
A-075	ぬいぐるみ	コリラックマ 1mぐらい 2点
A-077	男の子用服	100cm 5年使用
A-080	高知東高校女子制服	・ブレザー、合服ベスト9号・ブラウス11号・スカート(注:キュロットではない)W66 ・リボン 十数年前に3年間使用
A-081	こいのぼり(鯉のみ)	セット→黒3m 赤2m 青1.5m ・黒2m位 7年位使用
A-082	野市中学校体操服の長ズボン	SSサイズ 6年前に購入し1年位使用 名前の刺繍が入ってます。ほつれの様な物が2ヶ所あります。
A-083	女子スクール水着	・150サイズ 紺色 セパレートタイプ 1シーズン使用 ・Sサイズ 紺色 セパレートタイプ(パッド有) 1シーズン使用
A-084	半袖Tシャツ	こーにゃんのプリント 黒色 Sサイズ 1～2年位使用
A-085	バスケットボール	
A-086	フロアシート	①45cm×45cm こげ茶 12枚 ②32cm×32cm 灰色 18枚 日常通いしていませんので汚れもなくキレイです
A-090	素焼鉢	小(径10cm×高8cm) 多少の汚れ有
A-093	スパッツ	1度使用。婦人用の薄い布のスパッツM～Lサイズ 黒にワンポイント有 洗濯後保管
A-099	置時計	CITIZEN4RG230-A 幅約25cm×高さ約20cm 厚さ約6cm 単三電池1本必要 未使用
A-100	着付用ボディー	着付稽古用 5年程使用
A-101	ブロックのおもちゃ	1～2才用
A-102	本	1～2才用
A-103	パーソナルファックス用インクフィルム	Panasonic KX-FAN200 A4サイズ用 新品 適応機種⇒KX-PW505シリーズ KX-PW513シリーズ KX-PW603シリーズ KX-PW605シリーズ



※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)
家電製品	電子レンジ・オーブンレンジ・小型冷蔵庫(二層式)・扇風機・炊飯器(3～6合用位の物)・ 電話器(子機無し之物)・電気ケトル
本棚	3段BOXの高さまでの物
ハンガーラック	ビニールケースの有・無どちらでもOK ワンルームマンションで使用する為小さめ～普通サイズまで
脚立	
DIY木工道具一式	クギ等、DIYで使用する道具
まき	
くわ	農業用
ベビーベッド	
ベビーカー	安全性の観点から、新規購入より5年内の物をお願いします
黒マルチ	灰色でも可 使いかけの巻き物でもかまいません。
香我美中学校の物	男子制服(150～160cmくらい)体操服(M～Lくらい)▶ヘルメット・カバン等何でもお願いしたいです。
佐古小学校体操服	120cm～150cmのものの希望
男子スーツ	120cm～130cmのものの希望
ベース・ギター	
もみどおし(ふるい)	古くてもかまいません
チャイルドシート	ISOFIX取付できる物
室内用洗濯物干し	布団干しのように頑丈なモノ
高齢者用婦人服	長袖(冬服)Lサイズ希望
男性用ズボン	LLくらい ゴムの入ったズボン希望
自転車	大人用の物と4歳児が乗れる大きさの物
シルバーカー	手押し車 荷物が入ればなお良い
座卓	サイズ1.5m×1mくらいの物
オクラの支柱	長さ180cmくらい 太さ2cmくらい
布地・ハギレ	
夜須小学校制服	140cm～150cm(ジャケット、スカート)
IHコンロ	1口が希望ですが2口でも構わないです。
ラジオ	畑で聞くのに欲しいです
鍋	35cm以上で直火にかけられる物
そうた(袖なし)	毛糸でも綿入でも構いません



前回2月17日の集配では22品25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。

## 3月 4月 5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  
第4金曜日  
午後2時から午後4時まで

予約が必要です  
電話  
0887-57-7300

3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  
4月 14日 香我美保健福祉センター  
28日 夜須福祉センター  
5月 12日 香我美保健福祉センター  
26日 のいちふれあいセンター



## 菜ばなのかき揚げ



★ 菜ばなはアブラナの花芽で、花や葉茎を食べる2～3月が旬の春野菜です。  
抗発ガン作用があるβカロテンや骨を生成する上で欠かせないカルシウム、マグネシウム、カリウム、リン、鉄、また、ビタミンB群、ビタミンCも含んでいます。

栄養士 足達真奈美

材料	8ヶ分	1ヶ分	152cal
菜ばな	100g		
カニカマボコ	40g		
薄力粉	100g		
水	150cc		
卵	2分の1ヶ		
塩	少々		
和風だし	少々		
揚げ油	適量		

### 作り方

- ① 菜ばなは洗って3cmくらいに切る
- ② カニカマボコは2cm～3cmくらいに切りほぐしておく
- ③ ボウルに水と卵を入れ混ぜる
- ④ ③に薄力粉、塩、和風だしを加え、ざっくりと混ぜる
- ⑤ ④に①のなばなと②のカニカマボコを入れ混ぜる
- ⑥ 天ぷら鍋にかけた油が170℃～180℃になったら⑤のなばなと衣を混ぜたものを8等分し、一度に多く入れないように鍋にあった個数を入れて揚げる

## 令和5年度 香南市社会福祉協議会 職員採用試験案内

### 1 業務内容及び採用人数

社会福祉協議会の業務全般 若干名

### 2 受験資格

昭和58年4月2日以降に生まれた者で次の要件をすべて満たすこと(学歴不問)

- (1) 普通自動車運転免許を有している者
- (2) 令和5年6月1日から就労可能な者 ※6月1日からの就労が難しい場合には相談に応じます。
- (3) 社会福祉士資格、精神保健福祉士資格若しくは保健師免許を有している者、又は社会福祉事業に熱意がある者

### 3 試験方法及び日時等

試験区分	日 時	場 所	発 表
第1次試験 (教養試験)(特性検査) (適応検査)(作文試験)	令和5年4月23日(日) 9時から14時30分	香南市香我美庁舎	4月28日発送予定文書により合格者に通知
第2次試験 (口述試験)	令和5年5月14日(日) 午前9時から	香南市香我美庁舎	5月15日発送予定文書により全員に通知

※応募者多数の場合は、第1次試験・第2次試験の場所を変更することがあります。  
※第2次試験は第1次試験合格者のみ実施します。  
※申し込み方法は、当会ホームページの「採用試験案内」にてご確認ください。