

お達者教室



1月9日 獅子舞がきたああああ

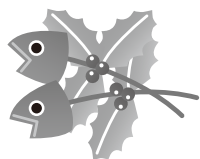
「無病息災・家内安全」と言いながら皆さんの頭をがぶつがぶつと噛んじったよ。

今年も、元気でお達者教室に来て下さいね。皆さんが楽しく、喜んでくれるように各教室の支援員も頑張ります。よろしくお願いします。 お達者教室

香我美・野市・夜須・吉川支援員一同

デイと合同もちつき。

昔はよう丸めたき。今でもやっぱり上手にまるまるねえ。



野市に鬼がきたー！
がおおー



鬼は外
福は内



記念すべき

ボランティア視察記録 ～ボランティア団体のご紹介 第10弾～

香南市ボランティアセンターに登録している団体を紹介するコーナーです☆

今回は、赤岡民踊クラブと吟剣詩舞道愛好会つくしの会の皆さんをご紹介します。

赤岡民踊クラブ

◆ 「昔のものを 昔のままで」

○設立年月日 昭和58年4月1日

(活動内容)

日本全国に埋もれている各地の唄や踊りを伝承することを目的に活動しており、どろめ祭りや高齢者施設などにボランティア活動に行っています。

「しばてん」や「よさこい」、「手結の盆踊り」、「土佐のはしけん音頭」など高知のものや、他にも全国の踊りを練習、披露し、普及に努めています。



●会員募集中！！

毎週火曜日19：30～21：30に弁天座で練習を行っています。関心のある方はぜひ足をお運びください。

吟剣詩舞道愛好会つくしの会

◆ 「皆一緒に歌いましょう 踊りましょう 笑いましょう！」

○設立年月日 平成19年9月3日

(活動内容) 吟詠、吟詠歌謡、詩舞、カラオケ、小話、余興など



見ごたえあり、
笑いあり間違いなし！！



ボランティアセンター便り



◆ お知らせ

現在、NPO法人みかんネット香南、城山高校ふくしデザイン部の皆さんにご協力いただき、ボランティアセンターに登録してくださっている団体の冊子を作成しています!!

あともう少し!!ぜひ楽しみにお待ちください☆

◆ 認知症サポーター養成講座を開催しました☆

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の方やそのご家族を地域で温かく見守り支援するために、1月21日(水)のいちふれあいセンターにて、認知症サポーター養成講座を実施しました。

この日のキャラバンメイトは、なんとこの日がデビューの新人二人・社会福祉協議会の吉本と前田!!対象者は香南市民12名!!最初に紙芝居を使って認知症について説明し、次に認知症よりそいかるたを使用し、認知症の症状や本人、家族の気持ち等への理解を深めていただきました。

慣れない説明に不安がありましたが、参加者の皆さまのおかげで無事終えることができました☆

介護者の気持ちが、
絵にも匂いにもあらわれちゃうね!



◆ ご寄附をいただきました



毎年、土佐香南ライオンズクラブから災害ボランティアセンターの備品をご寄附いただいています。

今回はヘルメット14個のご寄附をいただきました。災害ボランティアセンターの運営に役立たせて頂きます。ありがとうございました。

感想やご意見はもちろん、先進的な取り組み、ユニークな活動などの情報がありましたら、ぜひご連絡ください。また『ボランティアしてほしい』、『ボランティアしたい』という方もお待ちしております。

香南市ボランティアセンター ☎57-7300 担当：前田

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。

一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 (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

※3月10日午後1時まで各ポストにて受け付けています。
※掲載情報への申込みが多数の場合は抽選となります。
※当選された方のみ11日前後に電話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
ができません場合があります。

第89号
平成27年2月10日発行

3月情報

あげます ⇄ ください

あげます登録リスト



平成27年2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-710	フレンド幼稚園	・120cm 男児 ・制服、体操服、バッグ等
A-714	ファンヒーターガード	・73×74×71cm ・10年位前購入
A-718	オイルヒーター	・52×67×26cm ・PHILIPS社製 ・93年購入、1～2年使用、程度良好 ・17kg ・説明書有
A-719	小鳥用塩土	・26個
A-723	こども用蒲団	・男の子用 ・掛け蒲団、敷き蒲団 ・約10年前購入 ・半年程使用 ・状態良し
A-726	衣紋掛け	・約150×80cm ・木製 ・折りたたみ、開度調整可 ・長期間使用
A-728	鏡台	・約100×40cm ・鏡約70×30cm(角度調整可) ・引き出し付き ・置に座るタイプ ・長期間使用
A-733	香我美中学校制服	・女子半袖ブラウス ・150～160cm ・4着
A-734	マスク	・SMTB TIE TYPE ・ブルー ・5箱(1箱50枚入り) ・調理場には適(街中では不適)
A-735	手芸用 中綿	・未使用 ・1㎡位 ・クッション、座布団、ぬいぐるみ等に利用できます
A-736	野市中学校 ヘルメット	・5年位使用
A-737	野市中学校 男子学生服	・冬用 ・上(165)下(74)・上着の襟の校章が薄くなっています
A-738	野市中学校 男子シャツ	・長袖カッターシャツ ・寸1枚 ・襟の校章が一部欠けています
A-739	習字セット	・ケース黒 ・6年位使用 ・筆、墨等新品を補充しています
A-740	小津高校 シューズ	・体育館用(白×赤)、運動場用(紺×赤)各1 ・25cm ・袋有 ・3年使用 ・きれいです
A-741	小津高校 体操服	・半ズボン(LLサイズ) ・上着長袖ジャージ(Lサイズ、ネーム入れ直し必要)
A-742	小津高校 男子冬服	・上(170A) 下(W80) ・ネームの入れ直し必要 ・長袖カッター(3枚、袖口少し汚れ有)
A-743	小津高校 男子夏服	・ズボン(W80) ・カッターシャツ(L寸、3枚)
A-744	西高校 長ジャージ	・上下(M) ・3年使用 ・ネームの入れ直し必要
A-745	男子冬用学生服	・上(170A) 下(W80) ・校章、ネームは入っていません
A-746	ポータブルトイレ	・水洗(10L) ・ブルー ・新品
A-747	シングルベッド	・黒 ・折りたたみ式 ・高さ約40cm ・半年程使用 ・きれいです

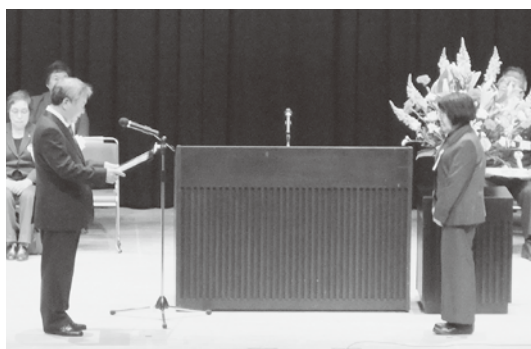
こんな物ください登録リスト

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	○ゴパン ○ミシン・ロックミシン ○冷凍庫 ○電子レンジ ○炊飯器 ○オーブントースター
	○トースター ○デジタルテレビチューナー ○デジタルテレビアンテナ ○室内アンテナ
	○ビデオデッキ(録画・地デジチューナー付) ○デジタルテレビ(小型・中型、何でも故障可)
	○ブルーレイレコーダー ○扇風機 ○掃除機(小型、他) ○電気ストーブ ○ハンディクリーナー
	○1ドア小型冷蔵庫 ○テープレコーダ(小) ○CDコンボ(外部入力付き) ○CDラジカセ
	○CDプレーヤー、レコードプレーヤー(古くても可) ○加湿器 ○電気ポット ○モニター
	○電話機 ○エアーコンプレッサー ○電気式餅つき機(1升用) ○全自動洗濯機(製造6年以内、他)
運動器具	○ぶら下がり健康機 ○腹筋トレーニング器具 ○エアーウォーカー(大きくない物)
楽器・文具	○ギター(6弦の物) ○キーボード(88鍵盤) ○本(「パッチワーク倶楽部」、「キルトジャパン」)
	○ナイロン弦ギター ○譜面台(壊れてなければ可) ○電子ピアノ ○エレクトーン(新しい物)
棚	○スチール棚(45～150×～150)
リクルート男女	○スーツ、シャツ、スカート、ズボン、ジャケット、靴、カバン等(各サイズ、就職支援に使用)
生活用品	○スチール製かまど(野外で利用できる物) ○イス(背もたれ付き) ○補聴器 ○ケーキケース
	○下駄箱(幅60cm程度) ○綾竹台(組みひも用:あれば附属品も) ○ホットカーペット(3畳)
	○3段ボックス ○1人用テーブル
農作業用品	○草刈り機 ○リヤカー(町内会で使用) ○一輪車
自転車	○三輪自転車 ○自転車 ○原付バイク ○シルバーカー(すわれるタイプ)
ベビー・子ども用品	○ブランコ ○幼児用自転車 ○幼児用車 ○ベビーカー ○男ベビー服
	○女児服(110冬服・パジャマ、100～120cm、120cm～、160cm～) ○男児用服(140cm～)
学生服・体操服 等	○山田高校女子スカート夏・冬(W75) ○山田高校男子用関連品なんでも(163cm50 ⁺ 、26cm)
	○野市中女子制服各種…160cm
	○小学校体操服…サイズ150cm位 ○香我美小学校体操服 ○岡豊高校男子制服…170～180cm
	○土佐中・高等学校男子制服…160～170cm夏・冬一式(一部でも可)
	○香我美幼稚園体操服上下(120～130cm位)

- 前回2月19日を中心とした配送では18物品、28件の市民の皆様のお宅に伺いました。ご協力ありがとうございました。
- 情報有効期間は6カ月です。延長される場合は再度登録をお願いします。
- 電気製品に関しましては、動作の確認をお願いします。
- 各ポスト設置場所に登録カードを用意しておりますのでご利用ください。移動手段がない場合は柔軟に対応させていただきます。
- 生もの・生き物・危険物・大型物品等取扱できないものがあります。

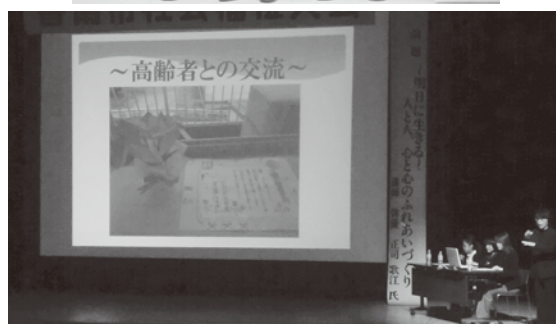
第9回香南市社会福祉大会



1月29日(木)、のいちふれあいセンターで第9回香南市社会福祉大会を開催し、民生児童委員や地域のボランティア団体等13名、1団体、1校が表彰されました。

俳優の正司歌江さんをお招きしての講演「～明日に生きる～人と人、心と心のふれあいづくり」では、歌を交えてのお話に会場が盛り上がりました。

事例発表では、佐古小学校の児童会が中心となっておこなっている赤い羽根共同募金運動や高齢者との交流等について発表していただきました。赤い羽根共同募金運動では、協力をお願いするお便りの発行や協力した児童へ感謝状を贈る等、さまざまな工夫がされていました。



キリトリ

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



ひなまつりに食べる 簡単おやつ

桃の節句（ひなまつり）にはひしもちを食べますが、今回はお子さんから高齢者まで食べやすいかん風の蒸し菓子の紹介です。緑は大地、白は雪、赤は桃を表し、春のナガイモのネバネバ成分はムチンです。ムチンの効用は粘膜の保護、血糖値の上昇を抑える、コレステロール値を低下させる。今回は蒸して利用しましたが、効果を十分に得るには生食がおすすめです。



10等分した1個分：80Kcal 栄養士 足達 真奈美

材 料 (20cm×8cmのパウンドケーキの型 1本分)

作 り 方

むしパンミックス…………… 100g
ナガイモ …………… 150g
さとう …………… 50g
抹茶 …………… 少々
食紅 …………… //

- ① ナガイモは皮をむいてすりおろし、さとうを加えてしっかり混ぜる。
- ② むしパンミックスをふるい入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
生地を3等分し、1つの生地に少量の水で溶いた食紅を加え、混ぜる。もう1つの生地に少量の湯で溶いた抹茶を加え、混ぜ、3色の生地を作る。
- ③ 型にクッキングシートを敷いて②の生地を緑、白、ピンクの順に流し入れ甘納豆を散らす。
- ④ 蒸気のあがった蒸し器に入れ、強火で20分蒸す。

3月

4月

5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。

3月 13日 吉川総合センター
27日 夜須福祉センター
4月 10日 吉川総合センター
24日 のいちふれあいセンター
5月 8日 吉川総合センター
22日 赤岡市民館

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
TEL：0887-57-7300
FAX：0887-57-7305

キリトリ

郵便はがき

7 8 1 5 2 9 0



高知東支店
承認

2063

差出有効期間
平成27年9月
30日まで
(切手を貼らずに
ご投函下さい。)

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