

## 団体活動

### 香南市民生委員児童委員協議会連合会総会・研修会

6月7日（水）、一寿司会館にて香南市民生委員児童委員協議会連合会総会・研修会を開催し、リーダー研修会等の報告をしました。また、全員研修会では、高知県教育委員会から『教育と福祉の連携に向けて』と題し講演していただき、引き続き高知県中央児童相談所の川西高志氏から『民生委員・児童委員、主任児童委員に期待される役割』と題し講演していただきました。

全員  
研修  
会



リ  
ー  
ダ  
ー  
研  
修  
会  
ダ  
ー  
報  
告



## 民生委員・児童委員の紹介

香我美地区の民生委員・児童委員の一部改選がありましたので、ご紹介します。



ひわさき かおり

日和崎 薫

担当地区 山北池ノ本西・有岡・  
安弘・鎌井谷・惣田・  
山北住宅

住所 香我美町山北1213-1

電話 54-4301



いわがみ やすこ

岩神 寧子

担当地区 岸本/12区～18区・22区

住所 香我美町岸本908-2

電話 55-2314

## 地域での活動

### 夜須町 大峰(グラウンド・ゴルフ)全国大会 出場

私たちグラウンド・ゴルフ「夜須町・大峰」は、平成29年5月11日に開催されました、こうちシニアスポーツ交流大会で優勝し、本年9月9日から開催されます「ねんりんピック2017秋田2017」へ高知県代表で出場することになりました。応援よろしくお願いいたします。

私たち「夜須町 大峰」（グラウンド・ゴルフ）の会員は現在14名です。晴れの日には毎日、朝9時から12時までグラウンド・ゴルフ会員が8～12名が集い、3R・24ホールを競い合っています。

ホールインワンが出れば「おめでとう」、ミスが出ると「おしかったネ」と、声を掛け合いそして、よく笑うにぎやかな仲間です。

月例会・香南市総合体育大会・GG県協会等の大会に参加をし、県下のグラウンド・ゴルフ愛好者との交流を深めています。

現在、会員（愛好者）を募集しています。一度体験してみたいという方もおいでください。お待ちしております。



夜須町・大峰／代表者 福永 康夫／電話 55-3436

## 通所介護事業所みかんの里

### ピザ作り

ピザを作りました。トッピングを利用者の皆様にしてもらいました。「上手に焼けるのか？」等と、話されていましたが、見事にできました。「自分達で作ったピザは美味しい。」と、喜ばれました。



### アクティビティ

小鉢に、飾り付けをしました。一人ひとり、飾り付けが違い、良い作品ができました。



### 第3回 みかんの里 福祉避難所運営模擬訓練のご案内

必ず起こると言われている南海トラフ地震やいつ起こるか分からない風水害等の災害に備え、災害発生後における福祉避難所の開設・運営にあたり、開設運営が円滑に実施できるように、開設運営模擬訓練を実施します。今回の訓練では、人材が不足していることを想定し、地域住民やボランティアの方々のご協力も得ながら行いと思いますので、関心のある方はぜひご参加ください。

日 時：平成29年8月27日（日） 9：30～12：00

場 所：香我美高齢者生活福祉センターみかんの里  
（香南市香我美町下分2645-1、TEL：0887-54-2233）

内 容：福祉避難所・開設運営模擬訓練の説明・開設運営模擬訓練・訓練の振り返り

8月18日（金）までに下記連絡先へ TEL、FAX 等で事前にお申込みください。

〔申込み先〕 香我美高齢者生活福祉センターみかんの里 担当：浅野

TEL (0887) 54-2233 FAX (0887) 54-2385

## デイサービスセンターほっとやす

### といのぼり運動会



暑い時期の到来がもう少しですが、ほっとやすでは、といのぼり運動会の熱戦が繰り広げられました。

今回は、お達者教室の夜須・野市の教室の方も参加され、熱い熱い戦いが執り行われました。



輪ゴム渡し



宣誓



玉入れ

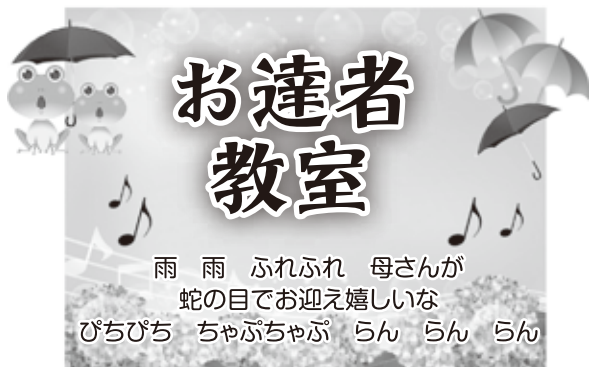


赤勝て白勝て

職員も頑張ってます！！

介護事業所をご検討中の方は、みかんの里・ほっとやすをぜひご利用ください。





国立高知大学医学部看護学科の学生さん(3名)が香我美のお達者教室に来てくれました。今から暑くなる時期。補水の大切さ・重要さを話してくれ、実際に補水液を作って飲ませてもらいました。補水液を「美味しい」と感じる時は、身体の中の水分が不足している時なので、頑張って飲みましょうネ。暑いと感じなくても、1時間に1回100ccぐらいの水分を取りましょう。クーラーや扇風機も上手に使って暑い夏を乗り切りましょう。経口補水液は、簡単に作れますので、家でも作ってみてください。

### 経口補水液の作り方

- ・容器に水1ℓを用意する。
- ・塩 1つまみ(1~2g)
- ・砂糖 大さじ2~4(20~40g)を入れて溶けるまでかき廻すと出来上がりです。作った日に飲みます。呑みにくい時は市販のポッカレモンなどを数滴入れても、いいと思います。



### こいのぼり運動会 野市初参戦



輪ゴムを渡すのは  
なかなか難しいね



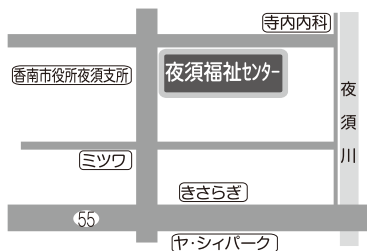
応援合戦



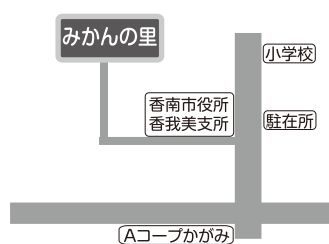
**音楽療法** 今年は繁谷先生。初めてみた楽器で演奏開始。先生の笑顔と話の上手さにみんなも笑顔で楽しさ倍増。

### 今年も秋祭りを 開催します

日時:平成29年9月9日(土)  
午前11時半~午後1時半  
場所:夜須福祉センター内  
出店:フランクフルト・アイスクリン・  
焼きそば・ジュース・駄菓子屋・  
ヨーヨーつり・ゲームなど



日時:平成29年9月10日(日)  
午前11時半~午後1時半  
場所:香我美高齢者生活福祉センター  
みかんの里  
出店:フランクフルト・アイスクリン・  
焼きそば・ジュース・駄菓子屋・  
ヨーヨーつり・ゲームなど



【登録前にお読みください。】  
※7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。  
※生き物、食べ物は取り扱いができません。

# あげます

**香南市社会福祉協議会**  
電話(代) 0887-57-7300  
専用携帯 080-6397-6884  
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  
平日・土も可：赤岡市民館  
平日・土・祝も可：みかんの里  
平日・土・日・祝も可：いちふれあいセンター・夜須福祉センター

| あげます登録リスト |                       | あげます登録リストの有効期限は2ヶ月です。  | 平成29年6月12日現在   |
|-----------|-----------------------|--|--|
| 情報No.     | 物 品 名                 | 状 態 (型式・サイズ・色・使用年数等)   |  |
| A-953     | スタットレスタイヤ             | ・2～3シーズン使用(山は十分有) ・タイヤのみ(サイズ確認中)   |  |
| A-031     | 車椅子1台                 | ・前輪タイヤに修復が必要。  |  |
| A-067     | キッズコミュニケーション<br>ピコ本体  | ・テレビにつなげて遊ぶおもちゃ(本体のみ)  |  |
| A-069     | はちまき                  | ・青、黄、白(少し長め)   |  |
| A-123     | 袖なしチャンチャンコ<br>(男性用)   | ・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<br>地 ポリエステル) ・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<br>(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-134     | 袖なしチャンチャンコ<br>(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-151     | ランドセル                 | ・メーカー:セイバン 色:チェリーピンク H22～H27使用 使用感はあるが、型くずれなし  |  |
| A-159     | 犬小屋                   | ・プラスチック製 底板:50cm×60cm 高さ:50cm 中古   |  |
| A-186     | ぬいぐるみ                 | ・ウサビッチ他  |  |
| A-191     | 男性用ズボン                | ・コール天ズボン ウエスト76cm、丈67cm、色:黒  |  |
| A-192     | 女性服セット                | ・9号 細身、色:黒 3～4回着用(クリーニング済)<br>・7号 色:紺 襟なし、ボタン部分が花ボタン、2～3回着用  |  |
| A-194     | 通学鞆、体操服セット            | 土佐女子高校 通学鞆、手提げバッグ2個(青色)、体操服 11号(黄色)  |  |
| A-196     | スウェット上下(女性用)          | ・グレー Sサイズ  |  |
| A-202     | 傘④～⑤                  | ④折りたたみ(黒) ⑤折りたたみ(グリーン系チェック)  |  |
| A-214     | 女性靴セット                | ・運動靴、らくりん、サンダル等 計5足 23.5cm   |  |
| A-218     | 制服ブラウス、コートセット         | 高知商業高校(女性用) ・ブラウス(春用)2着、ブラウス(夏用)2着、冬コート2着 全てLサイズ   |  |
| A-219     | 本                     | ・風と共に去りぬ 続編  |  |
| A-220     | 女性靴セット                | ・パンプス、靴 22.5cm   |  |
| A-223     | ゴルフセット                | ・ゴルフクラブ12本、ゴルフバッグセット   |  |
| A-224     | ぬいぐるみ                 | ・大、小あわせて15個程度 美品   |  |
| A-228     | 食器棚                   | ・木目調、W1510cm×D450cm×H1940cm、3年使用   |  |
| A-229     | ボード                   | ・茶色、W1200cm×D370cm×H900cm  |  |
| A-231     | ランドセル                 | ・紺色、プーマ、4年間使用  |  |
| A-231     | 飼育セット                 | ・ハムスター用、小  |  |
| A-232     | ベビーチェア                | ・茶色、綺麗   |  |
| A-234     | スーツケース                | ・幅46cm×縦65cm×奥行25cm、鍵有、色:グレー、水色のバンド付き、16年前に購入し、1度使用  |  |
| A-235     | 学習机セット                | ・椅子付き、木製   |  |
| A-236     | 鍵盤ハーモニカ               | ・使用年数6年 2台   |  |
| A-237     | 座椅子                   | ・座椅子 2脚  |  |
| A-238     | 子ども服セット<br>(70～95cm)  | ・夏物(上下90～95cm、10着)、冬物(上下90～95cm、18着)、肌着:腹巻・レギンス(95cm)、<br>靴下(12～14cm) 水着(70、80、95cm、各1着)、スタイ 等                         |  |
| A-239     | 子ども用品セット              | ・ストロー付きコップ(マグマグ、ほぼ新品)、アンパンマンリトドレミファリトミックマット  |  |
| A-240     | 丸テーブル・椅子セット           | ・テーブル:赤、幅75cm×高さ70cm・椅子:赤、2脚   |  |
| A-241     | 室内用フィットネスバイク          | ・品番号:IW-1818、メーカー名:PANMARINE   |  |
| A-242     | 山田高校 女子制服             | ・9号 3年   |  |
| A-243     | 浴衣セット                 | ・浴衣:黄・薄紫(150～160cm位)、帯(黄)、下駄(23～24cm)  |  |
| A-244     | 食器セット                 | ・皿、茶碗、ガラスコップ、湯呑  |  |
| A-245     | たこ焼き器                 |  |  |

# ください

## ください登録リスト

ください登録リストの有効期限は6ヶ月です。

| 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または卓上電動ミシン ○レコードプレイヤー(レコード針が古くない物) ○冷蔵庫<br>○VHF/UHF受信機(アマチュア受信機、故障可) ○ブルーレイレコーダー ○蛍光灯(32型または40型)<br>○録音機(ICレコーダー) ○電気ストーブ ○小型ステレオ(LP・EP対応機) ○サーモヒーター(熱帯魚用)<br>○ポータブルブルーレイまたはDVDレコーダー ○MDラジオカセット ○レジスタ ○一眼レフデジタルカメラ<br>○一眼レフデジタルカメラ用望遠レンズ ○ホームベーカリー ○テレビ ○短波受信機 ○電気釜(三合炊)<br>○ジューサー(ミキサー)またはブレンダー ○パソコン(OS:XP以上) ○パソコン(故障可) ○扇風機 |
| 運動具       | ○健康ぶら下がり機 ○ルームウォーカー  |
| 楽器・文具     | ○ガットギター(ナイロン弦 コンディションの良い物) ○キーボード ○アップライトピアノ ○クラリネット<br>○フルート又はサクソ ○書道の紙や筆(半切や全紙) ○地球儀   |
| 生活用品      | ○タンス(縦横1m程度のもの) ○本棚(90cm×150~180cm位) ○高枝切ばさみ(伸縮できる物)<br>○包装紙(和紙、千代紙) ○紙袋 ○ベッドガード ○天体望遠鏡 ○ライフジャケット(大人用) ○睡蓮鉢<br>○さおり織、手織り機 ○カセットコンロ ○五月人形(兜やケースに入っていない物) ○ポロシャツ(白、半袖、M)<br>○スチール柵(幅80以上~2m、高さ150以上) ○夜学ケース(幅39cm位、高さ30cm、奥行74cm位)<br>○カセットコンロ ○湯沸しポット ○傘立て(高さ1m位) ○コーヒーマシン ○コンポスター(小さなもの可)  |
| 自転車等      | ○26型自転車 ○三輪自転車(大人用) ○自転車(荷台つき) ○シルバーカー   |
| ベビー・子ども用品 | ○マタニティ服(冬用)サイズ:S又はM ○抱っこひも ○ベビーゲート ○ジュニアシート<br>○男児服(100~110)   |
| 学生服・体操服 等 | ○土佐塾中学校男子制服(冬服上着サイズ:S) ○雨具(男子用)M~L ○高知農業高校女子制服 M<br>○野市中学校男子制服(約150cm) ○野市中学校ジャージ、体操服(約150cm) ○城山高校女子制服(160cm)<br>○高知農業高校女子制服(M、L、LL) ○野市中学校女子制服(160cm、合服・冬服上下) ○女子学生式典用袴  |

前回6月16日の集配では22品36件の市民の皆様のお宅に訪問させていただきました。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



小松光廣様よりお米を寄付していただきました。

いやしの里ジャガイモ堀り&さつまいも植付けのうちに、ボン菓子にして参加してくれた子供たちに提供させていただきました。

香南歌謡クラブ様・とさを商店様より、地域福祉のために役立ててくださいとご寄付をいただきました。

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。



キリトリ





## かぼちゃのお手軽ピザ

かぼちゃには、抗酸化物質であるβ-カロテン、ビタミンC、ビタミンEが豊富に含まれています。

βカロテン、ビタミンEは脂溶性なので、オリーブオイルやサラダ油等を使った調理法がおすすめです。

今月のテーマ

季節の野菜で  
簡単おつまみ

### 材 料 (4人分)

かぼちゃ……………300g  
玉ネギ……………60g  
ピーマン……………40g  
プチトマト……………4ヶ  
アスパラガス……………10g  
ベーコン……………40g  
ピザソース……………大さじ3  
ピザ用チーズ……………80g  
オリーブオイル……………大さじ1  
塩・こしょう……………少々  
水……………大さじ2

### 作 り 方

1人分：194Kcal 栄養士 足達 真奈美

- ① かぼちゃは1cmの厚さの5～6cmの長さに切る。
- ② 玉ネギはうす切り、ピーマンは斜めにせん切り、プチトマトは輪切り、アスパラガスは斜めにうす切り、ベーコンは短冊切りにする。
- ③ フライパンにオリーブオイルを入れ、かぼちゃを広げ塩こしょうをし、水大さじ2を入れて、ふたをして弱火で5～6分蒸し焼きにする。
- ④ 火を止めてピザソースをぬり、②の野菜とベーコンとチーズをのせてふたをして2～3分蒸し焼きにする。

## 7月8月9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

7月 14日 吉川総合センター  
28日 香我美保健福祉センター  
8月 25日 夜須福祉センター  
9月 8日 吉川総合センター  
22日 のいちふれあいセンター

※8月11日は祝日のためお休みです。

### 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

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。)

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<br>50～60代 ・ 60～70代 ・ 70代以上 |
| 社協情報をご観覧頂く<br>頻度 | 毎回 ・ ときどき ・ 今月初めて                                   |