

## 第2回 エコパこうなん in アクトランド

♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪ 開催しました ♪

昨年4月に開催された「エコパこうなん in アクトランド」を3月31日に開催し、今回は20のお店が出店しました。

開会式では、「香南ジョイフルオーケストラ」さんのファンファーレや、お子さん向けの演奏をしてもらったり…。

のいち座談会メンバーの「輪投げコーナー」もあり大盛況でした。

出店していただいた方々や、香南ジョイフルオーケストラの皆さん、快く場所を提供していただいたアクトランドさん、本当にありがとうございました。

今回残念ながら出店できなかった皆さんも次回は参加していただけるように工夫していきたいと思っております♪



## じゃがいも掘い & さつまいも苗植え付けに参加しませんか

ご参加待ってまーす



香南市社会福祉協議会では、地域の皆様を対象に高齢者や障がいのある方との福祉交流を目的とした農業体験を毎年この時期に、みかんの里にある「いやしの里農園」にて開催しています。

昼食もご用意しております。ふるってご参加ください。

日 時 ..... 令和元年 6 月 8 日 (土)

10:00 ~ 受付

10:30 ~ 開始

場 所 ..... いやしの里農園

(香我美町高齢者生活福祉センター内) 香南市香我美町下分 2645-1

持 ち 物 ..... 軍手, スコップ, 農作業のできる服装(着替え), 水筒

申込み締切 ..... 令和元年 5 月 27 日 (月)

問合せ・申込み ..... 香南市社会福祉協議会 ☎57-7300 担当: 松崎

※小雨決行  
※雨天の場合は  
令和元年6月9日(日)  
に順延

## ひとり暮らし高齢者遠足会のご案内

ひとり暮らし高齢者の心の健康と寝たきり予防やひきこもり防止の一環として、交流を通じて心身のリフレッシュを図るため、ひとり暮らし高齢者遠足会を開催します。

- 開催日** 令和元年6月5日（水）（赤岡地区・野市地区）  
 令和元年6月7日（金）（香我美地区・夜須地区・吉川地区）
- 行き先** 有限会社 戸田商行、高知県立 牧野植物園
- 参加費** 2,000 円（当日の取消は参加費をいただきますので、ご了承ください。）
- 申込締切** 5月24日（金）



- 日程** 香南市 → ★戸田商行（県内唯一！もくめん製造工程見学）→  
 9:30 10:30～11:15
- ★昼食（けんかま工場土佐魚菜市場）→ ☆とさのさと →  
 11:45～12:45 13:30～14:30
- ★高知県立 牧野植物園 → 香南市  
 14:45～15:50 16:30



- 参加資格** 4月1日に70歳になっているひとり暮らしの方
- 問合せ・申込み** 共同募金配分金事業 担当：上田 TEL57-7300

## 若者の居場所CASA活動中

3月号でお知らせしました若者の居場所を、今年度から活動曜日を毎週木曜日（10:00～15:00）に変え、夜須福祉センターで開設しています。若者を中心に地域の誰もが集うことができる地域食堂を目指し、午前中は調理実習、午後からは一人ひとりがやりたい活動をしたり、ボランティアで頼まれたことを共同作業で取り組んでいます。（表紙写真）

毎月第1土曜（9:30～10:30）の、子ども農園（いやしの里：香我美町下分 2645-1）では、来た子どもたちの興味に合わせ、虫探し・土いじりから耕運・畝立といった活動を行います。4月は香我美幼稚園の子どもたちが植えたジャガイモの管理（病気葉の除去・水やり・3本仕立て）をしました。



### 若者の居場所CASAの目標

- ・居場所の一つとして外出し、自分ができること、したいことを見つけ、自己肯定感を高める。
- ・食事作り等の活動を通して、仲間や関係者と関わり、生活力・協調性を高める。
- ・ボランティア活動を通して、社会や人に関わっていかうとする。

連絡先

桃田 智美  
 〒781-5234 香南市野市町上岡 2542  
 Tel 080-4998-0303  
 e-mail: ttmm@kis39.com

# 福祉サービス困りごと解決制度

ホームヘルプサービスやデイサービス、各種社会福祉施設（老人ホーム、保育所、障害者施設等）の福祉サービスを利用してみると、あらかじめ説明された内容と異なるサービスであったり、思ってもみない扱いを受けて不快になったり、苦痛を感じている方もいらっしゃるかもしれません。

そのような「苦痛（困りごと）」は、まずサービスを提供している事業者との話し合いで解決していくことが望めます。

しかし、なかには話し合いだけでは解決しなかったり、苦情を言いたくても言えない環境や雰囲気であったり、苦情を言うことによって苦痛を感じるような扱いを受けるのではないかと心配されている場合もあるのではないかと考えます。

そのような時には「福祉サービス困りごと解決委員会」にご相談ください。「困りごと」の解決に向けてお手伝いします。また、秘密は厳守します。

相談は無料で、受付は年末年始を除いた平日の午前9時から午後4時までです。

所在地 〒780-8567 高知市朝倉戊 375-1 高知県ふくし交流プラザ

高知県運営適正化委員会（福祉サービス困りごと解決委員会）

TEL 088-802-2611 FAX 088-844-9443 メール [kaiketsu@pippikochi.or.jp](mailto:kaiketsu@pippikochi.or.jp)

（FAXとメールは24時間受付）

をご存知ですか？

## 日常生活自立支援事業 生活支援員募集！

興味のある方は、  
ぜひご連絡ください。



日常生活自立支援事業とは、認知症高齢者、知的障害者、精神障害者など、日常生活において判断能力に不安のある方々との契約により、日常生活における福祉サービス利用援助や日常的な金銭管理等の支援・大事な書類等の預かりなどを通じて、利用者の方々が地域で安心した生活を送れるようお手伝いをする事業です。

香南市社会福祉協議会では、支援計画に基づいて、定期的に自宅等を訪問し、必要に応じた預貯金の出し入れ、支払い代行などをおこなう「生活支援員」を募集しています。

- 支援は平日の日中1～2時間程度です。
- 1時間につき1,000円の謝金をお支払します。

【連絡先】 香南市社会福祉協議会  
TEL: 57-7300 担当：太田



## 一緒にお弁当づくりをしませんか？

香南市社会福祉協議会では、香南市内の75歳以上の一人暮らしの高齢者の方にお弁当を作り、見守りをかねて配達をしています。

- 内容 給食作り、片づけ ※約40食分のお弁当を作っています。
- 日時 毎月火曜日（3回）8:30～11:30  
※班にわかれて作るので、月1回程度
- 場所 赤岡保健センター

【問合せ先】 香南市社会福祉協議会  
TEL: 57-7300 担当：松井

年齢・性別は問いません！  
活動に関心のある方ならどなたでも☆  
気軽にお問合せください。

# お達者教室

今年の花見は、桜の開花の予想がつかず、日程を決めるのに難しく大変でした。皆さんには、満開の桜を見てほしいとの思いが桜に届いたのか、西川の花公園、佐古のからす川の堤、父養寺の堤、八王子、岡豊山、南国のしだれ桜。夜須教室は芸西、手結方面の新しい桜の名所を探して行きました。月曜日の6分咲きから金曜日の満開まで、さくらさくら三昧でした。「きれいなねえ、楽しかった」との声が沢山聴かれました。



## 2019年度より、新しい体制に変わりました!!

本年度より、通所介護事業所みかんの里、ほっとやすを一元化し、主たる事業所（みかんの里）サテライト事業所（ほっとやす）の体制で運営を開始します。

サテライト事業所の設置により、一つの事業所の体制となり、一体的な運営を行います。両事業所間の距離についても、一体的に運営することにおいて支障のない距離であり、毎月の利用者及び運営に関する情報共有、技術指導や技術共有により主たる事業所とサテライト事業所の間で相互支援を行い、よりよいサービスが実施できるようにします。

では、1か月のサービス利用料及び利用者負担を見てみましょう



### ● 通所介護事業所

介護保険からの給付サービスを利用する場合の利用者負担金は、介護保険負担割合証に基づきます。但し、介護保険の給付の範囲を超えたサービス利用は全額自己負担となります。要介護別利用者自己負担金は、右記に記載しております。

#### 【利用者自己負担金（1割分）】

	大規模型（Ⅱ）通所介護 所要時間 5 時間以上 6 時間未満	入浴加算	サービス提供体制 強化加算Ⅱ
要介護 1	514 円	50 円	6 円
要介護 2	608 円		
要介護 3	702 円		
要介護 4	796 円		
要介護 5	890 円		

### ● 第1号 通所介護事業所

右記の料金表によって、ご利用者の要支援度に応じたサービス利用料金から介護保険給付費額を除いた金額（自己負担額）をお支払いください。

#### 【利用者自己負担金（1割分）】

支給区分	Ⅰ 事業対象者 要支援 1（おおむね週 1 回）	Ⅱ 事業対象者 要支援 2（おおむね週 2 回）
1. 利用料金	16,470 円	33,770 円
2. うち、介護保険 から給付される額	14,823 円	30,393 円
3. サービス利用に 係る自己負担額	1,647 円	3,377 円
4. サービス提供 体制強化加算	24 円	48 円

※ なお、所得に応じて自己負担額が2割負担・3割負担の方は、利用料金が変わってきますのでお問い合わせください。

## 消火訓練

## 通所介護事業所 みかんの里 (本体事業所)



2月14日(火)に消火訓練を行いました。消防士の方に消火器等の使い方を再度説明して頂きました。今後も、防災に対しての意識を高めていきたいと思います。

## レクリエーション



力を合わせて、パズルを完成させよう♪

仲良して、談笑中!!



ちぎり絵で、このほりを作成しています。



## 【避難訓練】

2/26(火)地震発生時に津波が来ることを想定して避難タワーまで歩いて避難しました。途中歩き疲れる利用者さんもありましたが、声をかけあったり、手をつないだり無事避難することができました。

## 通所介護事業所 ほっとやす (サテライト事業所)



【おやつ週間】2月はバレンタインデーにちなんでチョコレート&チーズフォンデュをしました。どちらとも美味しいね〜♡と食べました!

## 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  
（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。

登録カード・ポスト設置場所

（平日のみ）香我美支所・吉川庁舎 2F・夜須福祉センター

（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

4月5日現在

【登録前にお読みください。】

※5月29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・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。

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-397	矢車及び吹き流し	こいのぼり用矢車・吹き流し 10年前購入、3回程使用
A-399	素焼鉢	直径20cm - 10個 10cm - 10個
A-400	7段雛人形	状態良し 29年前に購入 3回使用
A-404	保存瓶	4個(中位の大きさ)
A-431	ストレッチボード	ふくらはぎのストレッチ用ボード(少し汚れあり)
A-436	車載用サイクルロック	イノーサイクルアタッチメント INA382
A-438	ズック	サイズ:19cm 色:グレー 数回使用 底が黒くなっている
A-439	つつかけ(子供用)	サイズ:17cm 色:ピンク(黒いねずみが風船を持ったデザイン) 底が黒くなっている
A-440	V型ゲルマスリムローラー	軽量、小型のコロコロローラー 持ち手部分約10cm V字部分直径約6cm
A-444	プルタブ	たくさんあり
A-445	スイミングスクール (ZEYO)女子水着	サイズJ-9 身長130 バスト65 ヒップ70 1年使用 スクール水着の様には伸びません。
A-446	チャイルドシート	色:グレー 5年位使用
A-447	くつ(24cm)	・運動靴 4足 ・長靴 1足 ・他 4足

あげます登録リスト

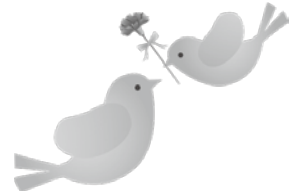
※有効期間2ヶ月程度となります。



A-440



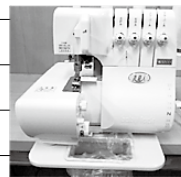
A-447



物 品 名	具 体 的 に（型式・サイズ・色・使用目的等）
掃除機	・家庭用 ・業務用
ノートパソコン	
高枝切りばさみ	伸ばした祭に3m程度、折りたたみまたは伸縮できるもの
自転車	27インチ以上古くても可(サビあり可)すぐ乗れる状態のもの 26インチ スポーツタイプでないもの 幼児用
体操服	野市中学校 ジャージMサイズ
ロックミシン	
プラレール	子どものおもちゃ
こたつ	長方形
ブリキアグズ	ふたりはブリキア から HUGっと！ブリキア までどんなグッズでも可
スニーカー靴	27cm
加湿器	
電気カーペット	2～4帖用(100V用)

ください登録リスト

※有効期間6ヶ月程度となります。



※イラストはイメージです。実際の品物とは異なります。



# 今月の料理

## 今月のテーマ

## 「旬の果物でサラダを作ろう」

栄養士 足達 真奈美

### 小夏のサラダ



☆小夏には、カルシウムやビタミンCが多く含まれています。黄色い外の皮をむいた白い皮の部分には食物繊維が多く含まれ、整腸作用やコレステロールを排出する作用があります。

高知県では「小夏」と呼ばれていますが、「日向夏・ニューサマーオレンジ」とも呼ばれます。

材料(4人分) 1人分 123kcal

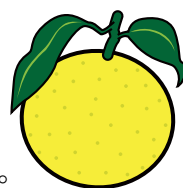
小夏……………2ケ  
生ハム……………60g  
赤ピーマン……………1/2ケ  
黄ピーマン……………1/2ケ  
緑ピーマン……………1/2ケ  
スナップえんどう……………50g  
トマト……………100g

#### ドレッシング

酢……………大さじ2  
塩……………小さじ1/2  
砂糖……………大さじ2  
オリーブオイル……………大さじ1

#### 作り方

- ① 小夏は皮をむき、一口大に切っておく。
- ② 生ハムは食べやすい大きさに切っておく。
- ③ ピーマン(各色)は千切りにしておく。
- ④ スナップえんどうは茹でて、2~3等分に切っておく。
- ⑤ トマトは一口大に切っておく。
- ⑥ 調味料とオリーブオイルを混ぜ、①~⑤を和える。



5月

6月

7月

の法律相談日

予約が必要です  
電話 0887-57-7300

- 【相談時間】
- ① 吉川庁舎 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

5月10日 吉川庁舎  
24日 夜須福祉センター  
6月14日 吉川庁舎  
28日 のいちふれあいセンター  
7月12日 吉川庁舎  
26日 赤岡市民館

### 皆様のご意見ご感想を お聞かせ下さい

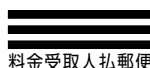
- ※この紙面のハガキを切り取り、郵送していただくか、FAXで送信して下さい。
- ※個人情報、この事業に関する事のみ使用し、他に使用することはありません。
- ※問合せ先：香南市社会福祉協議会

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



高知東支店  
承認

2484

差出有効期間  
2019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