

## 香南市の認知症高齢者を考える会 明日葉会



5月14日(金)、岡村民さんを講師としてお招きし、音楽療法を実施しました。待ちに待った音楽療法！昨年12月に予定していた音楽療法ですがコロナウイルスの影響により実施できず、みなさんこの日をとてもたのしみにしていました。

大きな声で歌ったりおしゃべりしたり、手を取り合ったり…とはできませんが、鈴やスカーフ、高知ならではの鳴子を使って、みんなでわいわい過ごし、マスクの下には笑顔いっぱい！

ソーシャルディスタンスに配慮、コロナ禍でできることを考えてくださった岡村民さん、ありがとうございました。



7月の講座はどなたでもご参加いただけます。

関心のある方はぜひお越しください！

●日時 7月30日(金) 13:30～15:00

●内容 「コロナ禍における認知症問題」講師：高知大学精神科 講師 上村直人氏

●場所 のいちふれあいセンター 2階第1・2研修室

問合せ 57-7300 前田



## 烏川こいのぼり/ 野市町高齢者クラブ連合会

5月5日のこどもの日にあわせ、野市町高齢者クラブ連合会が野市町の烏川でこいのぼりの川渡し作業をおこないました。

昨年は新型コロナウイルスの影響で実施することができませんでしたが、今年はいつものメンバーが集まり作業しました。

こしは4月20日から5月9日までの期間、こいのぼりがげんきに泳いでいました。こいのぼりがロープに絡まることもあり、地域の方からご連絡をいただくこともありましたが、5月10日に無事撤去作業を終えました。



# 香南市こどもボランティア隊(KKV)活動中！

5月9日（日）、新たな隊員を迎え「KKV 春の活動」をおこないました。  
前回提案されたさまざまな福祉活動の実現に向けての話し合いを終えると、おなじ会場で開催していた「こども食堂やすまるちょっこりくん」でさっそくボランティアに参加。  
たのしい隊員たち、次回7月22日（木）の活動がたのしみです！



## 【KKV で今年度やりたいこと（前回の話し合いで出た意見）】

やりたいこと	今後の予定
① 赤い羽根共同募金街頭募金活動	10月実施のため、改めて協議する
② モノを作って売り、寄附する	作るもの（プラバンやマスク等）など詳細を考える
③ まちの清掃活動	7月22日、夜須福祉センターで活動予定 近隣は各自おこなう
④ 高齢者施設のお手伝い	予定等が合えばみかんの里で実施する
⑤ ジップライン	未定（実現できるといいですね！津野町がすごいらしいね！）
⑥ 森林の整備	7月22日、活動予定。中3チームが調整する

## 【今回新たに出てきたやりたいこと】

- ① 高齢者施設で利用者さんと体操
- ② 地域のまつり（田園祭など）のお手伝い
- ③ 高齢者のおたすけ（代わりに買物にいくなど）
- ④ バリアフリーでない場所をリストアップし、できれば議会に提出する
- ⑤ マスクづくり
- ⑥ 浜辺の清掃
- ⑦ ベルマークを集める





## 地震避難訓練を実施しました！

## 通所介護事業所 みかんの里



きたる南海トラフ大地震では、最大震度6以上、体を感じる揺れ（震度3以上）は3分以上つづき、10mを超える津波も発生するといわれています。

このような地震が発生した場合に日頃からの訓練が大切です。各職員の役割を確認しながら今回の避難訓練をおこない、利用者、職員の安全に配慮できるようにしていきたいと考えています。



## お達者教室

高齢者介護課の方が、新型コロナウイルスのワクチン接種の説明に来てくれました。

なかなか予約が取れない状況であったこと、予約は取れたけれどワクチン接種への不安など、心配していることや疑問に感じていることを直接質問することができて、みなさん安心されたようでした。

教室は、高知県に特別警戒が発令されたことにより、5月26日から昼食の提供を中止しおひるまでの開催となりましたが、創作活動など楽しんでいます！



## あげます⇔ください

7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・日・祝可) 赤岡市民館

(平日・土・日・祝可) のいちふれあいセンター

6月1日現在

【登録前にお読みください。】

※6月30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・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。

あげます登録リスト

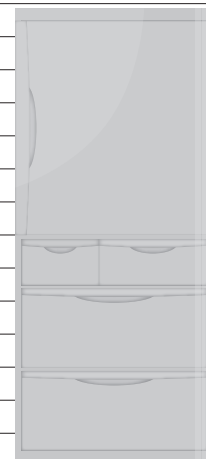
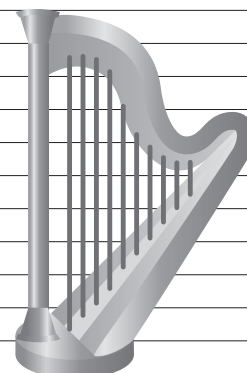
※有効期間2ヶ月程度となります。

情報No.	物 品 名	状 態 (型式・サイズ {横、奥行、高さcm}・色・使用年数 等)
A-560	花びん(陶器)	高さ12cm口巾3.5cm(紺色)
A-596	卓上灰皿セット	
A-607	インクカートリッジ	エプソン用 1C4CL46互換 イエロー・シアン・マゼンタ・ブラック
A-613	ハムスターゲージ	箱型 26cm×32cm×高さ34cm
A-644	ベビーシート	9kg～18kg用 (株)日本育児
A-649	子供用歩行器	薄い黄色 1ヶ月程度使用
A-672	七五三セット	花柄の入った赤色 化粧箱あり 6点セット
A-679	茶碗	有田焼の茶碗
A-689	ハムスター回し箱・えさ箱	回し車(ピンク色)・えさ箱(木製)2年程使用
A-690	ウサギ・えさ皿	えさ皿(ピンク)陶器 数年前購入 ほとんど使用していない製品
A-693	トヨタオイルフィルター	形名T-28 未使用
A-696	犬小屋	横85cm×高さ55cm×奥行57cm 屋根なし・柵あり 鉄製底面プラスチック白色・サビ有
A-727	ボート漕ぎ器	10年以上前の製品 黒色
A-732	学習机	10年ほど前の製品 上下外れるタイプ
A-740	オイルヒーター	山善製 移動ローラー付き 高さ80cm程度 10年ほど前の製品
A-746	タッピングマッサージャー	ATEX製 形名AX-HL159
A-753	犬用カゴ	茶色 横44cm×縦34cm
A-759	キャノンインクカートリッジ	形名BCI-10 黒色3個あり
A-762	プリントゴッコ	未使用のインク多数あり
A-764	子供用自転車	22インチ・ピンク色・女の子用・6年前に購入・サビ有
A-773	お皿	種類多数あり
A-775	PTCセラミックヒーター	2013年制 白色 1200w、600w切替風向き調整 高37cm横29cm奥12cm 2年程使用
A-776	学童用書道セット	バッグ(青色)ハードケース 筆(大小)・すずり・文鎮・水差し・下敷き・済・筆巻き・すずりケース 3～4年使用(汚れ少々)
A-777	学童用書道セット	バッグ(黒地に水色で女子向の柄あり)ソフトケース 筆(大小)・すずり・文鎮・水差し・下敷き・墨・筆巻き・すずりケース 3～4年使用(汚れ少々)
A-778	学童用水彩セット	男の子向き バッグ(青色)・パレット・筆2本・筆洗バケツ 5～6年使用 色落ち、汚れあり
A-788	鳥かご	
A-789	酒器セット	お銚子5本 杯10個
A-790	急須と湯呑み	急須1個 湯呑みいろいろ20個
A-792	犬・ねこ用ゲージ(囲い)	87cm×65cm ピンクっぽい白 5年ほど家で保管していた物
A-795	五月人形	ガラスケース高42cm 巾32cm 奥28.5cm
A-796	ひなかざり	ガラスケース高40cm 巾32cm 奥28.5cm
A-799	ヒーター	
A-800	乗馬フィットネス機器	EU7800 白色 ナショナル製
A-804	花器	大きさ・色 さまざま
A-805	新生児服	ロンパース・肌着・スパッツ等 4年ほど前に購入
A-807	多機能回転モップ	開封はしているが未使用 脱水・洗浄・排水機能バケツ・各アタッチメント付
A-808	ランドセル	紺色 6年間使用 多少キズあり
A-809	カーワックス	つや出し固形コーティング材(ノーコンパウンド)SOFT99激防水、パールマイカ塗装&うすいメタリック用 車用スポンジなし、3分の1位使用
A-811	ゆかた 帯げた	小学5～6年から 新品
A-812	ベビーバス	少し小さめ
A-813	バウンサー	丈夫です
A-814	カラオケ演歌DVD	2012年4月～2020年6月発売(男性編) 歌詞カード付6～7曲入り105枚飾り棚付
A-815	シルバーカー	女性用 1年未満使用
A-816	シャワーチェアー	オレンジ
A-817	抱っこひも	エルゴベビー 紺色 1年半使用
A-818	プリンターインクカートリッジ	エプソン用 1CBK50(ブラック)互換品 2個セット 未開封
A-819	市松人形	ガラスケース入り サイズ 高45cm巾38cm奥行32cm
A-820	2段キャットゲージ(コンパクト)	アイリス 幅70×奥行42×高さ134 白色 2020年購入 数回使用

※イラストはイメージです。実際の品物とは異なります。

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-821	電動自転車	26インチ 13年程使用
A-822	カセットコンロ	ちょっとした汚れあり

物 品 名	具 体 的 に (型式・サイズ・色・使用目的等)
子ども用自転車	20インチ 男の子用 マウンテンバイクタイプ
茶道具	茶道で使う用具
扇風機	
色えんぴつ	たくさんほしいです
洗濯機	出来れば小型(4.5kgまで)
ミシン	ポータブルミシン・足ふみ
藤カウチ	150cm前後でも可
鳥用おもちゃ	どのようなものでも可能 状態の良いもの
鉄棒	付属品付きでも可能
アイリッシュハープ	
野市中学校制服	165cm以上 女性用
歩行器	大人用
シューズボックス	
車椅子	
プレイマット	
ベビージム	
液晶TV	
カーテン	
座椅子	木製でクッションの無いタイプ希望
女児用スーツ	小学校卒業式用スーツ 165cm以上
炊飯器	
NHKテキスト	すてきにハンドメイド2020年2月号
野市中学校制服ワイシャツ	160～165cmのもの どんなに古くても可
またぐわ	5本またの家庭菜園で使用できるもの
バイオリン	大人用 古くても良いです
トライポッド	焚き火三脚
焚き火台	キャンプ等で使用する物
ベース	
掃除機	コードレス
男の子用服	90cm～110cm
洋服タンス	プラスチックの3段くらいの物
DVDプレイヤー	再生機能のみで可
野市中学校男子制服	夏用のズボン・半袖シャツ 165cm以上のもの
野市中学校体操服	ジャージの長ズボン・半袖シャツ Lサイズ以上のもの
男児服	140～150cm 夏服・冬服どちらでも
知育おもちゃ	子どもが遊べる物
チェス・将棋セット	子どもが遊べる物
炊飯器(ガス釜)	二升炊き(一升炊きでも可)
シルバニアファミリー	セットで欲しいです
ままごとキッチン	セットでほしいです
湯沸しポット	
電話機	液晶で履歴の見れるもの
ヘッドホン	
パソコン	
冷蔵庫	1人用 140ℓ前後 ツードア、霜取りがない物



ください登録リスト

※有効期間6ヶ月程度となります。

前回6月21日の集配では12品19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。

**7月 8月 9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

7月 9日 香我美保健福祉センター  
8月 13日 香我美保健福祉センター  
27日 のいちふれあいセンター  
9月 10日 香我美保健福祉センター  
24日 赤岡市民館



## 夏野菜のチーズグリル



★今年は梅雨入り早く、暑さも増してきたのでストレスを感じる人も多いと思います。かぼちゃ、ピーマン、トマト、等の緑黄色野菜にはβカロテンやビタミンCが豊富に含まれビタミンEを多く含むオリーブオイルといっしょに摂取すると、ストレスに対応するための抗酸化ビタミンをしっかりと補給することができます。

また、チーズからは不快感や興奮を鎮める、トリプトファンも補えます。

栄養士 足達 真奈美

材料（4人分 1人分161kcal）

ズッキーニ	160 g（緑 黄）
かぼちゃ	80 g
トマト	200g
ピーマン	120 g（緑 赤）
ベーコン	40 g
とろけるチーズ（ピザ用でも OK）	4 枚（60g）
オリーブオイル	大さじ 1
塩こしょう	少々
パセリ	少々



### 作り方

- ① ズッキーニは薄い輪切り、かぼちゃ、ピーマンは種を除き、食べやすい大きさに薄く切る。トマトも食べやすい大きさの薄切り、ベーコンは1cm幅のたんざく切りにしておく。
- ② グリル皿、または、グラタン皿にオリーブオイル（小さじ1）をひき、①の野菜を色どり良く敷き詰め（重なっても可）塩こしょうをふる
- ③ ②の上にベーコンをのせ、その上にとろけるチーズをのせ、オリーブオイル（小さじ2）をふり、200℃に熱したオーブンで20分焼く、きざんだパセリをふる。

## こもれび日記～愛らしいカブトムシの成長～

カブトムシの幼虫がとうとう変態の時期にはいりました！  
色も白から赤っぽくなり、まるまっていた背中もだんだんとまっすぐになっています。

土の中が暑いのか、少し顔を出して「こんにちわ！」無事に成長した暁には、こども食堂などでみなさんにお披露目したいと考えています。



## 今月の表紙

今月の表紙は、ファミリーサポートセンター交流会の一コマ。

こどもと向き合い一生懸命になかを伝えているのか、問いかけているのか。この男性、実は香南市社会福祉協議会の職員なんです。いやしの里ファームの野菜や花を毎日手入れしている山中さん。

この写真の頃、6月、いやしの里ファームには立派なジャガイモがたくさん実りました。

コロナウイルス感染者が日々増える中、年に2回の交流会をなんとか開催したいと担当職員がしっかりコロナ対策をして開催した甲斐あって、こどもたちだけでなく職員も楽しんだ様子が写真から伺えました。

