



氏名 中内 富美代  
受持区域 羽尾

住所 夜須町羽尾  
電話番号 0887-55-1931



氏名 山口 紀美子  
受持区域 西山  
(中筋・馬場・宮崎組・学校前  
大西山・明見山・西峯・成相  
千本田団地)

住所 夜須町坪井  
電話番号 090-7627-6129



氏名 城武 清香  
受持区域 町の中  
(中の町表・中の町裏・  
西町・西裏町・上ノ町)

住所 夜須町坪井  
電話番号 090-9775-3263



氏名 福永 康夫  
受持区域 町の西  
(坪井・辰ノ口・馬越  
馬越住宅・コヤト住宅)

住所 夜須町坪井  
電話番号 0887-55-3436



氏名 鎌倉 昭夫  
受持区域 行間団地  
菖蒲谷団地

住所 夜須町坪井  
電話番号 0887-57-8509

福祉事務所の電話番号です。  
連絡されたい場合は、お手数  
ですが、まずは福祉事務所に  
ご連絡ください。



氏名 山崎 章雄  
受持区域 駅前  
千切

住所 夜須町千切  
電話番号 0887-54-2457



氏名 大石 佐枝子  
受持区域 手結北  
埋立

住所 夜須町手結  
電話番号 0887-54-5391



氏名 宗円 智加子  
受持区域 添地

住所 夜須町夜須川  
電話番号 0887-55-2950



氏名 松山 由美子  
受持区域 上夜須

住所 夜須町上夜須  
電話番号 090-5910-8407



氏名 山本 美津子  
受持区域 手結南東  
手結南西  
福島

住所 夜須町手結  
電話番号 0887-55-0505



主任児童委員  
氏名 矢野 由美子  
受持区域 夜須町全域

住所 夜須町西山  
電話番号 0887-57-8509

福祉事務所の電話番号です。  
連絡されたい場合は、お手数  
ですが、まずは福祉事務所に  
ご連絡ください。



主任児童委員  
氏名 山下 一  
受持区域 夜須町全域

住所 夜須町手結山  
電話番号 080-9341-5347

※町の東（新町、新裏町、横町）地区については、現在欠員となっています。

## 吉川地区では、

9名の民生委員・児童委員と  
2人の主任児童委員が活動します。



氏名 南陽一  
受持区域 錦  
清水  
養鰻西  
住所 吉川町吉原  
電話番号 0887-55-1807



氏名 門田緑  
受持区域 浜口上  
浜口下  
八反(東)  
住所 吉川町吉原  
電話番号 090-7144-9717



氏名 西田とみ子  
受持区域 西北  
住所 吉川町吉原  
電話番号 0887-54-5051



氏名 中元二三四  
受持区域 中北  
中央  
住所 吉川町吉原  
電話番号 0887-54-3403



氏名 福井清仁  
受持区域 東北  
瀬戸  
住所 吉川町吉原  
電話番号 0887-54-3310



氏名 栗林直子  
受持区域 中南  
宝永  
住所 吉川町吉原  
電話番号 090-6284-4040



氏名 北村幸子  
受持区域 砲場  
津野畠  
住所 吉川町吉原  
電話番号 0887-55-0097



氏名 村井康利  
受持区域 松ヶ瀬  
東亜  
東南  
住所 吉川町古川  
電話番号 0887-55-1347



氏名 山本淳一  
受持区域 古川  
養鰻東  
住所 吉川町古川  
電話番号 0887-55-3794



主任児童委員  
氏名 竹見千鳥  
受持区域 吉川町全域  
住所 吉川町吉原  
電話番号 0887-54-5217



主任児童委員  
氏名 野村京子  
受持区域 吉川町全域  
住所 吉川町吉原  
電話番号 0887-54-2848

# ブラボー！坂本勝輝くん！！

## “全国障害者スポーツ大会”金メダル・銀メダル獲得☆

2022年10月29～31日、全国障害者スポーツ大会が栃木県にて開催され、高知県団の旗手をつとめた野市町の坂本勝輝さん(18歳)が陸上競技に出場し輝かしい成績を残されました。

【記録】 陸上競技 種目 800メートル:第1位 記録2分14秒24  
種目 1500メートル:第2位 記録4分30秒46

陸上競技を始めて日は浅いですが次なる目標は“高知龍馬マラソン”での自己記録更新です。  
夢はパラリンピック出場！！これからもがんばります(\*^\*)v



## 「明日葉会 講義のお知らせ」

 **明日葉(あしたば)会**  
香南市の認知症高齢者を考える会

開催日時	場 所	内 容	対象者
令和5年1月12日(木) 13:30～15:00	香南市役所 6階604・605	講義『「本人と家族 そして地域が 共に認知症を生きる」ために』 NPO法人しいの理事長 永野 縁氏	一般
令和5年2月10日(金) 13:30～15:00	ふれあいセンター 2階第1、2研修室	講義 『成年後見制度と日常生活自立支援事業』 香南市地域包括支援センター、香南市社協	一般

問い合わせ先 明日葉会 担当:谷脇 ☎57-7300



## 赤い羽根共同募金街頭募金活動

11月20日(日)ヤ・シの秋祭りにて夜須小学校児童の皆さんと、12月1日(木) フジグラン野市店前にて野市中学校生徒会の皆さんの協力のもと、街頭募金をおこないました。

多くの方にご協力いただき、ありがとうございました。集まったお金は、高知県共同募金会で取りまとめられ、香南市の福祉活動のために使われています。



## スマートフォン教室を開催します!!

スマートフォンの普及やコロナ禍でデジタル化が進んでいる、いま!

「どんな機能があるのかちゃんと知りたい!」「もっと便利に使いたい!」そう感じている方も多いのではないのでしょうか。

デジタル弱者なんて呼ばせない!みんなで一緒に学んでみませんか?

そろそろスマホに買い替える予定の方、すでにお使いの方、どなたでも大丈夫!ご参加お待ちしております。

**と き** 2月15日(水)、16日(木)

**と ころ** 香我美総合保健福祉センター2階 研修室

**日 程**

2月15日(水) 10:00~11:00	基本動作を学ぶ
2月15日(水) 11:15~12:15	インターネットを楽しむ
2月16日(木) 10:00~11:00	アプリを楽しむ
2月16日(木) 11:15~12:15	災害対策と安全安心



※全内容の受講をお願いします。 ※お持ちの携帯電話をご持参ください。

**定 員** 7名

**申込み** 参加を希望される方は、1月31日(火)までに香南市社会福祉協議会(☎57-7300担当:永野)へお申込みください。

## ひとり暮らし高齢者遠足会を開催しました！

11月16日(水)、11月17日(木)、総勢82名の参加者で、四国霊場第88番札所大窪寺と阿波の土柱、道の駅みまの里へ遠足に行きました。「紅葉が見られてよかった」「階段も運動になるねえ～がんばろう！」と、お互いに声をかけあいながら楽しみました！

ひとり暮らし高齢者遠足会は、閉じこもり防止や交流を目的として年2回開催しています。



## 香南市ボランティア隊(KKV)活動報告

11月26・27日、香南市内の小中学校から香南市ボランティア隊(KKV)12名が合宿を行い、北淡震災記念公園野島断層見学や徳島県立防災センターでの体験から防災、減災について理解を深めました。また、「自分たちのまちをよくしていこう」と、それぞれの隊員が取り組んでいる活動を報告し合い、合宿を通してお互いの絆も深まりました。これからも自分たちができることを実践していきます。



## 冬の家庭交流会 (野菜収穫体験とランチ会)



支援を必要とするお子さんのいる家庭を対象として12月3日(土)いやしの里農園で交流会を行いました。

5家庭16名の方の参加があり、芋ほりと各家庭でBBQをしました。  
こどもたちが協力して準備片付けまでしてくれました。



## いやしの里 サツマイモ掘り

11月15日(火)におれんじ保育所、11月21日(月)に香我美幼稚園、香我美小学校のこどもたちが、いやしの里農園にてサツマイモの収穫をしました。

大きなサツマイモ、小さなサツマイモ、ツルと根っこしかないサツマイモなどさまざまで、一喜一憂しながら掘り起こしていました。芋掘り以外にもカマキリやバッタ、ダンゴムシ、ドングリなどいろんなものに興味津々で、何かを見つけるたびに歓声が上がっていました。

当日は数名の民生委員の方にもお手伝いいただき、ありがとうございました。



### 生活支援体制整備事業

## 各地区協議体メンバー“香南ふれあい祭り”への参加

香南市内にある3つの地域の協議体(地域のことを話し合う場)が香南ふれあい祭りに参加しました。

### ごみの分別について



のいち座談会

### シトラスリボンを作ろう



みかんの会

### 移動に関するアンケート



おいで夜須の会

※協議体とは・・・地域で高齢者を支援する関係者間のネットワークづくりを目的とした定期的な情報共有・連携強化の場であり、様々な取り組みをおこなっています。

## こうなんファミリーサポートセンター スキルアツク講座のお知らせ

### ～ 心の話し方、気持ちの聞き方 ～

講 師:井戸端わもん 川窪 財氏

日 時:令和5年2月6日(月)10:00～12:00

場 所:のいちふれあいセンター 2階

参加費:無料

対象者:ファミサポに興味のある方、会員さん

託 児:有り(無料・要事前予約)

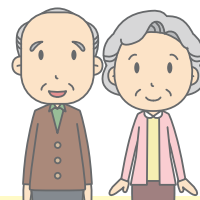
申込み:1月27日(金)までに香南市社会福祉協議会(☎57-7300 担当:永野・松崎)へお申し込み下さい。



どなたでもご参加  
いただけます!



## 通所介護事業所 みかんの里



### ～香我美中学校・職場体験～

10月18日～20日の3日間 香我美中学校3年生の光明院ユメ乃さんが、みかんの里へ職場体験学習に来ました。利用者さんとの交流を通じて学校生活では経験できないデイサービスでの仕事の楽しさや大変さを体験をし、福祉職へのやりがいなどを感じたそうです。これからも、みかんの里での体験を活かして頑張ってくださいね！！



### ～香我美小学校・6年生訪問～



香我美小学校6年生の総合学習で訪問して頂きました。今回は、自分達で創作ダンス“人間っていいな”を撮影しプレゼントして下さいました。残念ながら直接ダンスを見る事は出来ませんでしたが、後日、利用者の皆さんとDVD観賞。はじけるような元気な踊りをみて利用者さんも笑顔になり「元気をわけてもらえたねえ！！」と喜んでいました。

6年生のみなさん、ありがとうございました。



## 介護予防事業・お達者教室

利用者さんと一緒に花の植え替えをしました。

「可愛いねえ。」「この色の隣はこの色の花を植えようかねえ。」と位置も確認しながら、額に汗をかきき一生懸命に植えてくれました。指先を使い、足腰の運動にもなり介護予防に一役買っています(\*^-^\*)



問い合わせ先

☎57-7300 担当: 谷脇



## あげます⇔ください

1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。】

※1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、集配は翌月の中旬を予定しています。

※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。

12月1日現在

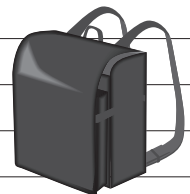
情報No.	物 品 名	状 態 (型式・サイズ {横、奥行、高さcm}・色・使用年数 等)
A-003	女児長袖ジャージ上下	150cm 黒×ミントグリーン×白 ポイントでミッキーの刺繍入り
A-007	柔道着(帯なし)	女子(160cm)が高校の体育で使用していたもの
A-009	女児スクール水着	サイズ150 セパレート 紺色
A-013	幼児服用ハンガー	赤色 約50本
A-020	野市小学校黄帽子	サイズ55 女児用 新品
A-021	野市小学校体操服 半袖	140センチ 新品
A-040	アイリスオーヤマ「上から猫トイレ」	固まる砂用・スコップ有り・41cm×53cm×37cm(普通サイズ) オレンジ色 約2ヶ月くらい使用。
A-045	婦人服	主にM～L キャミソール、ブラウス、チュニック、フォーマル黒ワンピース(11号等) 着用回数少ない ホームクリーニング済み
A-046	キッズかばん	女の子ピンク色 ボアの手提げカバン 新品未使用
A-048	ストック社 トリップ・トラップチェア	ベビーガード・説明書あり 17年程前に購入し10年程使用(シールはがし痕あり)
A-049	リズム時計社 電波掛け時計	デイリーMY18 305×44mm 少し文字盤が浮いています。秒針がたまに止まります。
A-054	ツータックチノパンツ	ウエスト79cm 黒・紺 各1本 アイボリー2本(新品) ウエスト79cm 紺・薄ネズ色
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	女児用 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	ウエスト76股下64 ウエスト70股下69 使用感があります。
A-059	ランドセル	女児用 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-060	農業高校男子制服	170cm▶175cm一式あり
A-061	ヘルメット	小・中学生 通学用 白色 中古
A-062	電話器	一般家庭用 親子電話 中古
A-063	野市中セーラー服のリボン	3年使用。6cm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-067	農作業用 頭巾	黄土色 無地 濃紺 無地 紅色 柄有 ピンク柄有 うす紫柄有 各1枚 未使用 10年位前の物です。
A-068	芋焼器	直径23cm 高さ13cm 円筒形 蓋付き 金物 ガスコンロ▶ストーブ▶アウトドアでの使用可 未使用ですが、10年位前の物です。
A-069	籐椅子	一人掛け 茶色
A-070	えびら	大 54×84 1枚 小45×60cm 手作りなのでしっかりしているが古い。使用感あり。
A-071	重箱	コンパクトサイズ(1人用) 黒地に絵がある 四角いタイプ2つ 丸いタイプ1つ 未使用
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-074	TERZOルーフキャリア	長さ120cm高さ30cm 黒 スキー・サーフボード等に。
A-075	ぬいぐるみ	コリラックマ 1mぐらい 2点
A-076	B型ベビーカー	カトージ 生後7か月～ 黒 2年前に購入しましたがほとんど使用してません。箱無し 2台あり
A-077	男の子用 服	100cm 5年使用
A-078	座椅子	紺色 コンパクトで小さめサイズ

あげます登録リスト

※有効期間2ヶ月程度となります。



A-003



※イラストはイメージです。実際の品物とは異なります。



おきき 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-079	火鉢・竈 2ヶ(小)	メダカを飼育していた物

くだ さい 登 録 リ ス ト ※有効期間6ヶ月程度となります。	物 品 名	具 体 的 に (型式・サイズ・色・使用目的等)	
	家電製品	ミシン・ポータブルミシン・電子レンジ・オーブンレンジ・洗濯機(4.5kg位の物)・小型冷蔵庫(二層式)・扇風機・炊飯器(3～6合用位の物)	
	本棚	3段BOXの高さまでの物	
	フェイスタオル	未使用品希望	
	テーブル	大きくなくて良いが、670mm～720mmくらいの高さがある物	
	電気毛布		
	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	
	野市中学校男子制服	170サイズ以上の物 夏・冬用両方・170Aサイズのもの 160cm カッターシャツ・学ラン スボン サイズ73cm	
	香我美中体操服	LL以上 夏・冬用両方	
	香我美中学校制服	170サイズ以上の物 夏・冬用両方 男子用希望	
	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。	
	一輪車	小学生用で程度の良い物	
	DIY木工道具一式	クギ等、DIYで使用する道具	
	脚立		
	ベビーベッド		
	バーチェア (カウンターチェア)	2～4脚くらいほしいです	
	噴霧器	草等を消毒する為に欲しいです。	
	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	
	チャイルドシート	ISOFIX取付できる物	
	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。	
	佐古小学校体操服・ズボン	体操服・ズボンともに120～150cm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	
	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 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	
	シルバーカー	手押し車で荷物が入るタイプ希望	
	ガスコンロ		
	自転車		

前回12月22日の集配では12品15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。

## 1月 2月 3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

1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  
2月10日 香我美保健福祉センター  
24日 赤岡市民館  
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

## 今日の料理

### 小松菜のパウンドケーキ



★ 冬場が旬の小松菜には抗酸化作用のあるβカロテン、骨や歯の構成成分のカルシウム、肌に良いビタミンC、他にも鉄や食物繊維などが多く含まれています。これらの栄養素を効率よく摂取するためにはビタミンDを多く含む食品と一緒に油脂を使った料理で摂取するといでしょう。

栄養士 足達真奈美

材料(20cmの型1ヶ分)10枚切り1枚分167kcal

小松菜	50 g
ホットケーキミックス	200 g
砂糖	50 g
牛乳	50 cc
バター	80 g
卵	2 ヶ

#### 作り方

- ① 小松菜1cmの長さに切ってやわらかめに茹で、水に取りしぼっておく。
- ② ミキサー(またはフードプロセッサー等)に①の小松菜と牛乳を入れ、ペースト状になるまでかける。
- ③ ボウルにバターを入れ、砂糖を加え、泡立て器でクリーム状になるまですり混ぜる。溶き卵を少しずつ加えて混ぜ、②の牛乳と小松菜を加えて混ぜる。
- ④ ③にホットケーキミックスを加えてゴムベラで、さっくりと混ぜる。
- ⑤ 型にクッキングシートを敷き④を流し入れ180℃に予熱したオーブンで35分～40分焼く。

## ご寄附のお礼

松本工業(安田町)の松本行正さまより、高知銀行の取組の一つである私募債の手数料の活用先にこども食堂「やすまるちょっこりくん」をご指定いただき、オープンレンジをご寄附いただきました。ありがとうございました。



「吟剣詩舞道愛好会」さまより、第12回チャリティ吟剣詩舞の活動費の一部として車椅子のご寄附をいただきました。大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

(株)フジさまがフードロスの削減、地域共生を目的として実施されました「フードドライブリレー」の取組により、地域の皆さまがご寄附された食品等は必要とする方にお渡しいたします。ありがとうございました。

