

香南市障害者遠足会のご案内

みなさまの交流を深めるため、下記のとおり遠足会を計画しました。お誘い合わせのうえ、ぜひご参加くださいますようお願いいたします。

開催日：令和5年9月27日(水)
※各地区集合場所出発時間が異なります。申込の際にお問い合わせください。

行き先：NEWレオマワールド
対象：香南市在住の療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
ひきこもりや社会生活がしんどい子

参加費：無料(バス代・フリーパス代込)※昼食は含まれていません。
各自での昼食

申込締切：9月15日(金)

日程：香南市 → 南国IC → 善通寺IC → ★NEWレオマワールド
11:15～14:15
→ 善通寺IC → 立川SA(休憩) → 南国IC → 香南市
16:30 頃

問合せ・申込み：香南市社会福祉協議会 担当：永野・山中 ☎57-7300



この事業は
赤い羽根
共同募金の
配分金事業です。

こども食堂ほかほかより日程変更のお知らせ

会場の都合により、下記のとおり変更いたします。
ご理解、ご協力よろしくお願いします。

9月16日(土) → 9月23日(土)

※開催日等に変更のある場合は、
ホームページでお知らせさせていただきます。



令和5年度 明日葉会

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10月13日(金) 13:30～15:00	ふれあいセンター 2階第1、2研修室	『笑顔いっぱい！ みんなで楽しくレクリエーション』(仮) インストラクター 岩崎 ひで子 氏	一般
令和5年11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 医療法人南江会 一陽病院 諸隈 陽子 氏	一般

“ちょこっと手伝い隊”情報交換会(おいで夜須の会)

7月31日(月)に夜須公民館で情報交換会を開催しました。

夜須町にお住まいの高齢者、障がい者の方の、日常生活の困りごとのお手伝い活動開始から1年を迎え、初めて情報交換会を行いました。

参加者から利用方法、周知等の質問や意見があり、活発に意見交換が行われました。

参加者2人の方が、新たに“ちょこっと手伝い隊”隊員に加わってくれました。

ちょこっと手伝い隊では『困ったときはお互いさまで地域の助け合い活動』に協力していただける方を募集しています。まずは、下記までお問い合わせください。

電話 0887-57-7300 (平日 8:30~17:15)

担当 : 山下、前田



ごみ分別・収集見直しについて要望書提出(のいち座談会)

8月3日(木)に香南市役所環境対策課で要望書の提出を行いました。

昨年11月の『香南ふれあい祭り』でごみ分別クイズ、ごみ分別見本説明、粗大ごみアンケートを行いました。

アンケート回答やいただいた声を座談会で検討して、要望事項3点にまとめ届けました。

要望項目

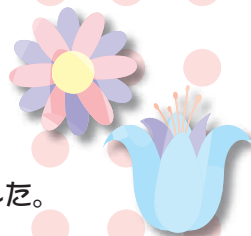
- ・ごみ集積所で、新たに小物硬質プラスチック等の収集をしていただきたい。
- ・資源ごみ袋を今ある(小)よりも小さい袋を作製していただきたい。
- ・粗大ごみの無料受入を、年1回から年2回受入れに見直していただきたい。



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」です。現在香南市では、野市町：のいち座談会、香我美町：みかんの会、夜須町：おいで夜須の会の3地区の協議体が活動しています！

お達者教室



▽アコーディオン演奏

7/13(水)ボランティアの十万さんがアコーディオンの演奏に来てくれました。

みなさん、アコーディオンに興味津々。

「こんな近くで見たの何十年ぶりやろう」「いっぱいボタンがあるね」

アコーディオンの重さが8kgと聞いて「重たい!」と驚かれていました。

曲に合わせて歌をくちずさみ和やかな時間を過ごしました。

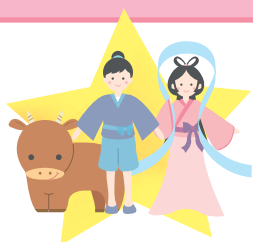


▽栄養教室 & おやつ作り

健康対策課の保健師さんより"フレイルを予防する食事"について栄養指導をしていただきました。

毎日暑く、食欲不振になりがちなこの時期に熱中症予防のために今回簡単に作れるプリンアラモードを作りました。果物をカットしたり、ホイップクリームを飾りつけて見た目も美味しくできました。

さっそくいただいて「簡単で美味しいき家でも作ってみよう!」と言われていました。



通所介護事業所 みかんの里



7月4～7日に七夕の飾りつけを行いました。笹は、朝比奈 功さんよりいただき、職員・利用者全員で短冊に願い事を書き、笹に結びました。

7月7日当日は午後から雨となりましたが、織姫と彦星は会えたのでしょうか…

あげます⇔ください

9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

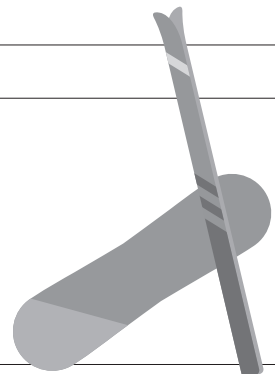
8月3日現在


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-144	子ども用玩具	①ぐるーんぐるーん さかなつり 対象年齢:3歳以上 ②PENGUIN SLIDE (HANHUの物) 対象年齢:6歳以上
A-145	電子レンジ(ターンテーブル)	幅44cm×奥行30cm×高さ26cm
A-147	ふとん乾燥機	型名 AD-U50-W 三菱ふとん乾燥機 2013年製 使用頻度は少なくきれいです。
A-148	ラングスジャパンプラズマカー	ゴム製ウィール標準装備 色:オレンジ 使用年数:3年 対象年齢:3歳以上
A-149	踏み台(子供用)	2段 滑り止め 青色 使用年数:3年
A-150	アンパンマン遊んで体幹 トレーニングポップンボール	3才以上 使用年数3年 落書き有
A-151	ブラレールエレベーター& 24hourPARKING付	3段 使用年数1年
A-152	農業用収穫カゴ	黒色 10個 巾約58cm 奥行約40cm 高さ約20cm
A-153	絵皿セット	未使用 ・大皿(約26cm) 1枚 ・小皿(約12cm) 2枚 ・マグカップ 2個
A-154	長ぐつ	新品 白色 サイズ:24.5cm
A-155	はじめてのブロックパケツル	対象1.5歳～ 2年程使用 BANDAI
A-156	数字盤30	対象1.5歳～ 1年程使用 KUMON TOY
A-157	寒冷紗	黒 幅約5m 長さ約15m 7～8年使用
A-158	自転車(ママチャリ)	26型 紫色 4年前に購入し幼児用イスを1年半前に取付け。 外に置きっぱなしのため、サビがあります。
A-159	グラスコップ	宴会等で使っていた昔ながらの物。 20個弱あります。



※イラストはイメージです。実際の品物とは異なります。

物 品 名	具 体 的 に (型式・サイズ・色・使用目的等)
家電製品	扇風機・炊飯器・体重計・掃除機・洗濯機(小型)
本棚	3段BOXの高さまでの物で奥行きのある物
箱メガネ	
スキー/ スノーボード用品	スキー板・ストック・スノボ板・スノボ靴・スノーシューズ・手袋等 ①子供用 靴サイズ22～23cm 身長130～140cmくらい ②女性用 靴サイズ23～24cm 身長155～165cm ③男性用 靴サイズ25.5～26.5cm 身長160～170cm スキーウェア 男性M～L 160cmくらい
長靴	男性用26～26.5cm



物 品 名	具 体 的 に (型式・サイズ・色・使用目的等)
ギター	
学校制服	標準学生服(黒) 大き目サイズ(学ラン170サイズ以上 ズボンウエスト70cm以上)
赤岡中学校女子制服	大き目サイズ(セーラー服170サイズ以上 スカートウエスト70cm以上)
小津高校男子制服	上衣:180~185cm(学ラン・カッターシャツ)ズボン:ウエスト76cm股下80cm
Tシャツ	男性用 LLサイズ
春用ジャンパー	男性用 LLサイズ 色のこだわりはありません。
夏の布団・シーツ	夏布団1枚 シーツ シングル2枚~3枚
LPガス用コンロ	
カセットコンロ	
オクラの支柱	
オクラの支柱	長さ180cmくらい 太さ(直径)2cmくらい パイプ素材の物であればなお良いです
チャイルドシート	0ヵ月~11才頃まで使用できるもの
木工道具一式	トリマー 電動糸のこ 電動のこぎり 竹用のこぎり等
はさみ	剪定ばさみ・高枝切りばさみ・キッチンばさみ・洋裁用糸切りばさみ
家庭用鉄棒	
夜須小学校制服/体操服	制服140cm(ジャケットのみ) 体操服140cm(上下)
夜須中学校女子制服/体操服	両方150cmのものを希望
浮き輪	60~90cm
女子服	140cmのもの
絵の具・ふで 絵画	
脚立	180cm位のアルミ製のものを希望
紳士用Mサイズ洋服	半パン、ジャージ(ロングも可)靴下 26cm前後(くるぶし丈のもの)等 20代が着用できるものを希望。
トートバッグ	丈夫な素材のものでほしい(大)縦37cm×横36cm×幅11cm(小)縦22cm×横33cm×幅11cmのものが欲しいです。
ガラスのコップ	ガラス製 日本製 丈夫で軽くかわいらしいものを希望。 約150~200ml入る使いやすいもの。
ティーカップ	日本製の丈夫で軽いもの。ピンク色を基調としたものを希望。
折り畳みベッド	古くても良いですが、状態の良いものを希望。
自転車	大人用。カゴや荷物置きがついてると嬉しい。
ホームベーカリー	ご飯を入れて作れる物希望
パーティーション (写真のようなもの)	和風なもの(布不可)2~3欲しいです。
ミシン系洋裁道具	
布地	
コーヒーミル	
ニワトリ用水飲み器	陶器2~3個 片手で持ち運びしやすいもの
お皿	直径約18cmくらいの平皿 軽くて扱いやすいものを5~6枚希望
火鉢	直径30cmくらいの少し大きめのもの(割れ、ヒビのない物を希望)
車イス	

前回8月21日の集配では12品22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。

寄附のお礼

香南市商工会青年部より、おあげ800枚をご寄付いただきました。また、香我美中学校よりもち米、そして長崎 健二様を始め、市内・市外の地域の方々よりたくさんのお米のご寄付をいただきました。地域福祉のために活用させていただきます。ありがとうございました。



今日の料理

冬瓜（トウガン）のスープ



★ 冬瓜は冬の瓜と書きますが、夏野菜です。冬まで保存できるので冬瓜と呼ばれています。

冬瓜にはカリウム、ビタミンCが多く含まれ高血圧の予防や利尿作用を促進しむくみを改善する効果があります。

栄養士 足達真奈美

材料 4人分

1人分90kcal

冬瓜 200g（皮・種を除いたもの）
枝豆 20g（実のみ）
カラーピーマン 100g
ズッキーニ 80g
むきえび 80g
コンソメ 2ヶ（5gの固形）
水 600cc
こしょう 少々

作り方

- ① 冬瓜は皮と種と除いて大きめの乱切りにする。
- ② カラーピーマンは種を除いて1cm幅のせん切りにする。
- ③ ズッキーニは5mmくらいの厚さの輪切りか半月切りにする。
- ④ なべに定量の水と冬瓜を入れ火にかける。冬瓜がやわらかくなったら他の材料とコンソメを加え材料が煮えたらこしょうを少々加える。

9月

10月

11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分まで
第4金曜日 午後2時から4時まで

予約が必要です

電話
0887-57-7300

9月 8日 香我美保健福祉センター

22日 のいちふれあいセンター

10月 13日 香我美保健福祉センター

27日 赤岡市民館

11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