

香美市

協 社 だより

10 2016 月号 42

介護予防講座・・・②・③

福祉の種をまく・・・④

あひるの親子・・・⑤

ボランティア募集情報・・・⑥・⑦

香美市でハッピーライフ・・・⑧

香美市社会福祉協議会では、介護予防について
様々な取り組みを行っています。



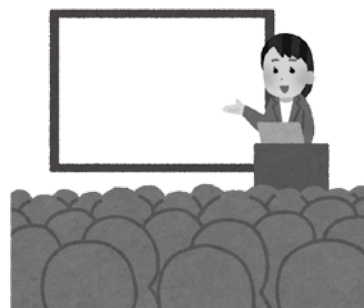
介護予防講座 2016

「何歳になっても自分らしく、いきいきと香美市で暮らしていく」ことを目指して、土佐山田圏域と香北・物部圏域それぞれで、介護予防講座2016を行っています。一緒に介護予防について勉強していきませんか？

■対象者：香美市民の方

■受講料：無料

※参加ご希望の方は各申込み先にご連絡下さい。



？ ？ 未来のはてなを学ぼう ？ ？

日 付	時 間	場 所	演 題	講 師
10月13日 (木)	10:00～11:30	プラザ八王子 3階 ホール	相続と遺言 ～あるご家庭からの相談～	弁護士 高野 亜紀さん
11月6日 (日)	13:30～15:00	香美市 中央公民館	こころを言葉に ～いきいきとしみじみと～	医療法人 関の会 大野内科 院長 小笠原 望さん

※申込先 香美市社協 介護予防係 ☎ 53-5800

※11/6(日)の会場が中央公民館に変更となりましたので、お間違えのないようお気を付け下さい。

..... かみ笑楽塾

日 付	時 間	場 所	演 題	講 師
10月19日 (水)	13:30～15:00	保健福祉 センター香北	安心して高齢期を送る ～「タメ」になる 法的知識とは～	法テラス高知法律事務所 常勤弁護士 栗田 洋亮さん
10月25日 (火)	13:30～15:00	奥物部ふれあい プラザ	～笑いは健康の常備薬～	土佐のおひねり一座 座長 間 六口さん
11月19日 (土)	開場13:00 13:30～15:00	保健福祉 センター香北	私が感謝を伝えるなら ～出会いの素晴らしさと 支え合いについて～	車椅子のアーティスト 佐野 有美さん

※申込先 香美市社協 香北支所 ☎ 59-2140 物部支所 ☎ 58-3098

「いつまでも、笑顔で暮らしたい・・・」

「大切な人たちと、いつまでも永く一緒にいたい・・・」

『介護予防』はそのような想いを実現するための一つのキーワードです。

高知県立大学健康長寿センター 体験型セミナー

高知県の健康長寿社会の実現のために、高知県立大学と香美市社会福祉協議会が共催で行います。講師による講演を行うだけでなく、高知県立大学社会福祉学部、看護学部、健康栄養学部、唾液ストレスチェックの各ブースによる体験コーナーもありますので、気軽にご参加ください。

- 開催日時：平成28年11月26日（土） 13：30～15：30
- 開催場所：香美市立中央公民館
- 講 演：「知るほど得する食のおはなし」
- 参 加 料：無料
- 講 師：高知県立大学 健康栄養学部 准教授 荒牧 礼子さん
- 申 込 先：香美市社協 介護予防係 ☎ 53-5800

陽まわりの集い

在宅介護者の会「陽まわりの集い」では、今後の介護に活かすために、介護保険サービスの勉強会を開催します。一緒に勉強してみませんか？

- 開催日時：平成28年11月2日（水） 10：00～12：00
- 開催場所：プラザ八王子 2階 ボランティア研修室
- 参 加 料：無料
- 講 師：香美市社協ケアプランセンター八王子
ケアマネージャー 溝渕 由記さん

ご 寄 付

香美市の社会福祉推進のために、心温まる善意を頂きました。ご了解を頂いた方のみご芳名を掲載し、感謝の意を表します。ありがとうございます。

（受付期間5月25日～9月5日）

● 和奏流・茜屋出雲流松京香会・マイカイ香北の方々から

福祉チャリティ「舞踊涼み会」が行われ、香北町の福祉に役立ててほしいと14万2千円が寄付されました。

● 坂田信夫商店から
社会福祉に役立ててほしいと5万円と精米50kgが寄付されました。



福祉の種をまく

片地小学校人権参観日

6月26日に片地小学校で人権参観日があり、盲導犬ユーザーの前田豊さん（安芸市）と、盲導犬のワンダーを迎え、3・4年生の児童、その保護者らがふれあいながら学習をしました。

児童が前田さん達を玄関で迎えて最初のあいさつをした後、2階教室への階段を前田さんとワンダーがどのように上がるか



前田さんをガイドするワンダー

を実際に見ました。前田さんの声掛けでワンダーは常に前を歩いてガイドし、スムーズに教室に入りました。

教室では、前田さんから視覚障害者が使う白杖や音声の出る腕時計を見せてもらい、視覚障害者ならではの生活の工夫や便利グッズについての説明がありました。また、盲導犬になることができるのは訓練を受けた後10頭に3、4頭であることや、前田さんがワンダーを迎えるまでに訓練所に行き、一緒に生活したことなどの体験談を聞きま

した。

質疑応答では児童からだけでなく保護者からも盲導犬を見かけた時はどんなことに気を付けたらよいかとの質問があり、「ハーネス（体につけている白い胴輪）をつけている時は、仕事なので盲導犬には、触ったり声をかけないでほしい」と前田さんは答えました。

最後に、ワンダーからハーネスを外し、普段話しかけたり触れたりできないワンダーと触れあうことができ、楽しそうに人権参観日を終えました。

クイズ できるかな

Q1

次の字を組み合わせたらどんな漢字ができるでしょうか？

①ノ＋土＋ヒ

②口＋へ＋土＋皿

Q2

並び替えたらどんな言葉ができるでしょうか？

①イサンプカ

②ドンウイウカ



答えは6ページの下にあります

ワンダーにタッチ！貴重な体験です



ろばろば教室

認知症の基礎知識、認知症の方との接し方などについて学んだり、相談したり、また体操や脳トレなどを交えて認知症予防を体験できる教室です!

ろばろば教室講話 13:30～15:00

日 時	場 所	演 題	講 師
11月11日(金) 13:30～14:00	プラザ八王子 3階 ホール	認知症とくすりの話	こばな薬局 小花 倫子さん
12月9日(金) 13:30～14:30		歯科から考える認知症予防	佐々木歯科診療所 佐々木 幸生さん

■参加料は無料です。

認知症カフェ ろばカフェ

お茶やお菓子を囲みながら、おしゃべりや脳トレメニューにチャレンジしたり、認知症について月に1度話したり学んだりできる場所です。

ろばカフェ イベント 13:30～15:30

日 時	場 所	演 題	講 師
11月25日(金) 14:00～14:30	プラザ八王子 3階 ホール	むかし話	紙芝居座 へんしも おかもと あつしさん
12月22日(木) 13:30～15:00		いきいき美容教室	資生堂ジャパン(株) 高知支店 中川 真弓さん

■参加料は無料です。(12月22日は用具代が540円かかります)

■申 込 先: 香美市社協 介護予防係 ☎ 53-5800

※ろばろば教室・ろばカフェのイベントは12月以降も予定しております。



あひるの親子 23

人に支えられて



土佐山田町
高木真由美さん

私達親子は20年前、長男が幼稚園に入園する時に香美市の市民になりました。アトピー性皮膚炎があり、除去食をしていた長男にとって色々な不安を抱えての初めての集団生活と給食の始まりでした。でも、園長先生、副園長先生、給食の先生担任の先生との見事なチームワークで、長男の心と食のサポートをしてくださいました。次は、小学校。ここでも、校長先生や保健の先生、担任の先生などの皆さんのご協力で、除去食を摂りながら元気に学校生活を送りました。

また、ご近所のママ友や幼稚園の保護者会活動で繋がった方々からかけて頂いた言葉は、とても心強いものでした。そして、地元の少年野球チームへも、小学校2年生から入団し、沢山の方々に温かく鍛えて頂きました。

現在、県外で一人暮らしをしている長男は、お陰様で、何を食べても大丈夫になり、自分で体調管理をしながら、大学生活を満喫しています。

私達親子にとって、恩人がいっぱいいる香美市。次は孫にも香美市で生まれ育ってほしいとの勝手な願いをどんどん膨らませている今日この頃です。



香美市ボランティア募集情報

編集発行：香美市ボランティアセンター（香美市社会福祉協議会） 香美市土佐山田町262-1
TEL 0887-53-5800 FAX 0887-53-5470 E-mail ymshakyo@blue.ocn.ne.jp

生きがいを 小さい秋と 見つけた！

香美市ボランティアセンターは、ボランティアをしたい市民とボランティアをしてほしい人や団体をつなぎ、誰もが安心して暮らせる支え合いのまちづくりを推進する機関です。ボランティアに関することはどんなことでもお気軽にご連絡下さい。

(0887-535800)



楽譜を説明する大西さん。優しく子どもに寄り添うように説明しています。

高齢者とのコミュニケーション (傾聴ボランティア・介護補助等)

“特別養護老人ホーム ウエルプラザやまだ荘”と“ケアハウス好日館”では、食事・水分補給の補助や会話相手として、高齢者の方と楽しい時間を過ごしていただけるボランティアの方を募集しています。活動する曜日や時間、内容等の相談に応じます。お気軽にお問合せください。

- 〈活動日時〉 9時～17時（毎日、募集しています。）
- 〈活動場所〉 ウエルプラザやまだ荘（土佐山田町550番2）
ケアハウス好日館（土佐山田町550番6）
- 〈問合せ先〉 ウエルプラザやまだ荘 小笠原 ☎ 52-2112
ケアハウス好日館 西村 ☎ 52-3353

話し相手や創作活動等のお手伝い

“デイサービスセンターびらぶ”では創作活動や脳トレなどを利用者さんと一緒に楽しく行っていただける方と洗濯や食器の洗い物、配膳などをお手伝いして下さる方を募集しています。利用者さんと地域の方のふれあいの時間を増やすことができると考えています。興味のある活動だけで構いませんので、ご都合のつく曜日、時間をご相談ください。

- 〈活動曜日〉 毎週月～金曜日
- 〈活動時間〉 9時30分～15時15分
（活動できる時間だけで構いません。）
- 〈活動場所〉 デイサービスセンターびらぶ
（保健福祉センター香北・香北町荊生野336-1）
- 〈問合せ先〉 岡本 ☎ 59-2140

ボランティアを訪ねて④

ピアノボランティア 大西^{せいか}花さんの巻

児童養護施設博愛園の一室からピアノの音色が聞こえてきます。大西^{せいか}花さんは、普段は仕事をしながら月に3回程度、博愛園で子どもにピアノを指導するボランティアをしています。

「子どもと関わるボランティアをしたいと思っていた。」そんな大西^{せいか}さんは前号の香美市ボランティア募集情報にあった博愛園の募集を見て7月からボランティアを行うようになりました。

ピアノを教えてもらっているAさんは「ピアノは楽しいし、大西先生が来てくれるのが楽しみ」と言います。大西^{せいか}さんも「Aさんに教えてはいるけど、私としても一緒にピアノを弾ける仲間ができたと感じている。」と言います。どちらも一緒にピアノを弾く時間を楽しみにしていました。また、「無償のボランティアだからこそ、子どものやりたいことを尊重させやすい。」と言います。基礎練習もしながら、アンパンマンのマーチなどの聞き慣れた簡単な曲を実際に弾きながら練習すること多くしているとのこと。

「Aさんにはこれからどんどんピアノを好きになってほしい」と成長を願う大西^{せいか}さんを博愛園の子ども達はお姉さんのように慕っていました。

ご連絡をお待ちしています

喫茶＆おやつ教室のお手伝い

“介護老人保健施設 とさやまだファミリア”では、喫茶コーナーとおやつ教室をお手伝いして下さる女性の方を募集しております。喫茶コーナーは月2回、おやつ教室は各フロアで月3回開催しています。興味をお持ちの方はお気軽にお問合せ下さい！

〈活動曜日〉 月～土曜日
 〈活動場所〉 とさやまだファミリア（土佐山田町548）
 〈活動時間〉 喫茶コーナー 9：30～11：00もしくは
 13：30～15：00
 おやつ教室 14：15～15：15
 〈問合せ先〉 権藤・大森 ☎ 53-2500



フリーマーケット出店者募集

“第19回ふぁみりあ祭”にフリーマーケット出店者（5～6店舗）を募ります。1ブースの広さは4m×2.6mです。出店は無料です。応募者多数のときはお断りさせていただきます。興味をお持ちの方はお気軽にお問合せ下さい！

〈日時〉 11月13日（日） 10時～15時
 〈場所〉 とさやまだファミリア（土佐山田町548）
 〈申込〆切〉 11月4日（金）
 〈申込・問合せ先〉 権藤・山中 ☎ 53-2500 / FAX 53-0222

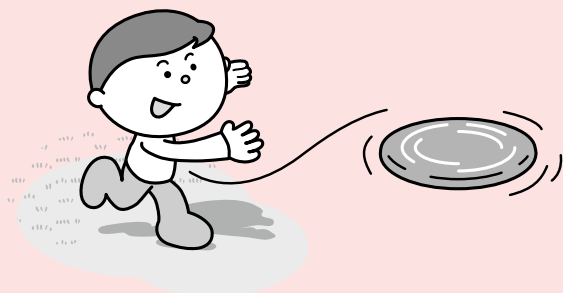


第2回香美市障害児者交流 フライングディスク大会のお手伝い

“香美市社会福祉協議会”が主催で香美市内の障害児者の交流と余暇活動の活性化を目的としてフライングディスク（一般的にフリスビーと呼ばれています。以下、FD）の大会を行います。手軽に参加できる活動ですので、気軽にご参加ください！

参加される方は、ボランティア保険をかけますので（主催者負担）10月27日（木）までに下記のお問合せ先までご連絡ください。

〈日時〉 平成28年10月30日（日） 12時～16時
 〈場所〉 宝町体育館（土佐山田町宝町2-7-15）
 〈活動内容〉 大会前のFD 教室の補助・参加、参加者へのディスク渡し、ディスク拾い など
 〈問合せ先〉 正岡 ☎ 53-5800 FAX 53-5470



発達障がい児など、子供の遊び相手

支援の必要な子どもを持つファミリーの会“びあ”は、月1回の定例会時の子どもの遊び相手（発達障がい児ほか）や体験活動（工作やお料理など）のお手伝いをして下さる方を募っています。定例会に参加されたい方もお気軽にどうぞ。

〈活動日時〉 不定期の日曜日 10時～12時30分
 〈活動場所〉 プラザ八王子（土佐山田町262-1）
 〈問合せ先〉 杉本 ☎ 090-1009-6406



一芸を披露していただけるボランティア＆水分補給やおやつ準備をして下さる方大募集！

“デイサービスときめき土佐山田店”ではレクリエーションの時間等に歌や踊り等を披露していただいて、利用者の皆さんと一緒に楽しい時間を過ごしていただけるボランティアの方を募集しています。何か一芸のある方はお気軽にお問合せ下さい。

また、利用者さんのお茶やおやつ準備、片づけのお手伝いをして下さるボランティアの方も募集していますので、こちらの方でも気軽にお問い合わせください。

〈活動日時〉 月～金曜日 14時～15時30分（一芸ボランティア）
 10時～15時30分（準備ボランティア）
 〈活動場所〉 デイサービスときめき土佐山田店（土佐山田町影山168）
 〈駐車場〉 2台分あり
 〈問合せ先〉 小島 ☎ 52-9119



高知フードドライブキャンペーン 2016

“香美市社会福祉協議会”では、企業や小売店から品質に問題はなくとも様々な理由で販売ができない食品の寄付を受け、福祉施設や生活困窮者の支援団体に提供しています。フードドライブとはアメリカで始まったチャリティイベントで食事にも困る家庭のためにみんなで少しずつ食べ物を持ち寄ってお届けする活動です。

みなさんのご家庭でも無駄にしている食品はありませんか？ご協力いただける食品がある方は香美市社協までご連絡ください。フードドライブにご協力いただける企業、店舗、学校等も募集しています。

・寄付していただきたい食品

米、麺類、缶詰、インスタント、ふりかけなど保存の効くもの

・注意事項

- ・賞味期限が1か月以上あるもの
- ・未開封のもの
- ・破損で中身の出ていないもの



〈期間〉 10月1日（土）～11月30日（水）

※期間終了後も食品のご寄付は随時受け付けております。

〈場所〉 ・香美市社協山田本所（プラザ八王子）

〈問合せ先〉 ・香美市社協生活相談センター香美 徳弘・武田 ☎ 53-2877

お知らせ

安心・安全 ネットワーク台帳 更新のための 訪問調査について

社会福祉協議会では75歳以上でひとり暮らしの方のネットワーク台帳を作成しています。

対象となる方の緊急時の連絡先や、かかりつけ医など最新のものを記録するために定期的な更新が必要です。そのため10月上旬から地区の民生委員さんが対象の皆さんのお宅へ伺いますので、ご協力をお願いいたします。



◆ 社協会員募集 ◆

地域福祉を推進するために、社協活動にご賛同いただける会員を広く募集しています。

- * 一般会員……………1口年額 100円
- * 賛助会員……………1口年額 500円
- * 特別賛助会員…1口年額 1000円

日曜日の夕方、中央公民館から管楽器のハーモニーが聞こえてきます。奏でているのは鏡野吹奏楽団。鏡野中学校の卒業生

を中心に昭和52年に結成された地域の楽団です。定期演奏会やコンクールだけでなく病院、施設等への慰問や地域のイベント

香美市で

パピューライフ



鏡野吹奏楽団



への参加もしています。

常任指揮者の弘田靖明さんによると現在、団員が約70名おり、香美市近辺の団員が多いが、西は四十市、東は馬路村からの参加者もあり、それぞれが様々な仕事に就きながら演奏活動をしているとのこと。

この日、10月30日に石川県金沢市で開催される全日本吹奏楽コンクールに向けて島田尚美作曲の「焰^{ほむら}」という曲を演奏していました。音が押し寄せてくるように



赤い羽根共同募金運動が始まる

ご協力いただいた募金は地域での福祉活動への助成にも使われています。来年4月1日より平成29年度の募集を開始しますので助成を希望される団体の方はご検討ください。

〈お問合せ先〉

高知県共同募金会香美市支会（香美市社協香北支所内）

担当：岡本 ☎ 59-2140

10月1日～12月31日

