

平成30年7月

社協だより土佐

第63号



# 社協だより 土佐

【編集・発行】

社会福祉  
法人

**土佐市社会福祉協議会**

土佐市高岡町乙3519-1 TEL:852-2145 FAX852-3194

第63号



(ムックん)



# 『ムックン食堂』

—今後の開催—

今年の5月で10回目となる『ムックン食堂』みなさんに気軽に集っていただける場所を目指して頑張っています。30年度も毎月第4土曜日に開催しています。みなさん、ぜひ参加してください。



3月はバーベキュー！  
参加者のパパさんたちにも  
手伝っていただきましたー。



ボランティアさんと一緒に集合写真！



英語で話し聞かせ中。

## 〈ムックン食堂よりお礼〉

平成29年度に行いました。ムックン食堂に個人・企業問わず、沢山の方にご寄付（募金）をいただきました。

皆様のご支援により、目標額 240,000 円に対し、237,633 円の募金を集める事ができました。

この募金は、今後のムックン食堂運営に利用させていただきます。

ご協力ありがとうございました。



# お気軽カフェ プレオープン

5月30日(水)にサンプラザ&土佐市社会福祉協議会が共同で『お気軽カフェ』をプレオープンしました。みんなで一緒にコーヒーを飲みながら、楽しい時間を過ごしていただき、普段の生活の中でのアドバイスをもらったり、地域情報を共有する場所を目指しています。

初回は『元気クラブ』の小松さんに認知症についてのお話と、体験してもらいました。『土佐市青年部』の皆さんも参加してくれ、参加者の方と手遊びをしていただきました。『つくし作業所』の皆さんの協力により、笑い声の絶えない楽しい時間を過ごすことが出来ました。



**2018年 高石清掃大作戦**  
高石小 環境・文化委員会児童が中心となり、『自分たちの校区をきれいにしたい』という願いのもとに行われました。  
学校・保護者・地域の方々の参加もあり、地域一体となって大人も子供も一緒に校区内(中島・用石・塚地)の清掃をしました。

# 新居小学校 運動会



## 仲間と一緒にみんなが主役!!

5月19日に行われた新居小学校の運動会をご紹介します。  
今年の新一年生は1名、全校生徒35名の児童が全力で  
校庭を駆け回っていました。すばらしい結束力で、日頃の  
子供達の仲の良さがうかがえました。

児童の元気な声が響き、全校でダンスを披露する姿は圧  
巻!とてもかっこよく踊っていました。

保護者だけでなく、地域の方も多く来場し、参加型の競技  
もあり、地域ぐるみで楽しめる運動会でした。

地域の方も沢山参加した『えじま踊り』も皆さん楽しそ  
うで笑顔の絶えない運動会でした。



新居小学校一年生に運動会で一番楽しかった  
事を聞いてみました。



いちばんは、まずどの  
（ぼり）がたのしかったです。  
いっしょにいちぎそっすけ



## 蓮池保育園 交通安全教室

土佐市交通安全指導員さんにより交通安全についての  
お話を聞いている、蓮池保育園の園児さん達。

お話の後は横断歩道の渡り方を習っていました。みん  
なきちんと手を上げて元気に練習していました。



# 集いの場いろいろ!

## 東灘地区

ホウ酸団子作り



100歳体操



## 波介地区

100歳体操



ゆったりティータイム



各地域で行われている百歳体操。体操後ゆっくりお茶を飲んで茶話会を行う地域もあるとのこと。お邪魔してきました。みなさん、体操をしたり、ゆったりとお茶を飲んだりと楽しく過ごしていました。

みんなで楽しく百歳体操



ニヶ月に一度行われているミュージックステップ今回5月15日で50回目となるコンサートを開催されました。福祉施設の方々に生の音楽を届ける為に行なっている昼の部と地域の方々には夜の部として、『ベーカーリーカフェイワゴ』で、19時から行われました。素敵な歌声と、生の演奏にみなさん聞き惚れていました。  
(次回は7月12日開催の予定)

土佐市から始まる

MUSIC STEP



今回地域の子どもさんにあったかふれあいセンターを知ってもらおうきっかけとして、体験会を開催しました。カレーを食べて、ゲームをして、参加した子どもたちは楽しい時間を過ごしていました。

あったかふれあいセンター土佐(戸波)

# ふれあい食堂 草ひばり

新しく出来た集いの場、「草ひばり」。笑いヨガをしたり、みなさん楽しい時間を過ごしていました。毎月最後の水曜日に開催予定とのこと。(5週目がある場合は第5週目の水曜日です。)



(3B体操・100歳体操)

3B体操は、「遊びの要素」「気軽に」「体に無理なく」をキーワードに、老若男女問わず、誰でも楽しめるように考案された健康体操です。



(フラダンス)

とても素敵な音楽とダンスで心地よい時間を過ごしていました。



(蓮池サテライト)

蓮池コミュニティセンターにて、月1回行われるサテライト、今回は、皆さんで、ペン立てを作成中・・・それぞれに素敵な柄のペンたてが出来上がっていました。

あつたかふれあいセンター(高岡)

# みなさん 支援員さんって知ってますか？

地域の中でちょっとしたお手伝を  
していただける方を探しています。  
少しでも、多くの支援者の方に安心  
して生活していただけるために  
ご協力お願いします。

困ってる人の手伝いは  
してあげたいけれど...  
生活支援員ってよく分から  
ないしなんだか大変そう  
だよなあ...

何かしたいとは思うけど  
私に出来ることって、何かないの  
かしら？簡単なお手伝い程度な  
ら出来ると思うんだけど...  
私に出来るようなことってあるの  
かしら？



## 生活支援員

- 契約後、支援計画に基づき定期的に訪問します。
- 福祉サービスの利用手続きや預貯金の出し入れをサポートします。

## <支援員さんの支援の流れ>



今、土佐市社協でお願いしている  
支援員さんのお仕事は、困っている  
方の預金の出し入れのサポートが  
中心です。



土佐市社協へ  
来ていただく



支援する方の  
通帳を持って  
銀行へ



支援者宅へ訪問  
して引き出し金  
と通帳額の確認  
してもらおう



土佐市社協に  
戻って頂き、  
支援者さんの  
状況を報告し  
て頂いて、終了

詳しくは、土佐市社会福祉協議会  
電話：088-852-2145

事務局：土佐市高岡町乙3519-1  
までお問い合わせ下さい。

# ボランティアセンターよりお知らせ！！



## [ボランティアセンターとは]

ボランティアセンターは、ボランティア活動を応援する拠点です。そのために、活動場所の紹介、情報の発信、ボランティアコーディネートを行います。

### ボランティア活動とは

もともと「志願者」「有志者」という意味を持つ言葉です。誰もが、自分でできることを自分の意志で周囲と協力しながら無償で行う活動のことをいいます。

ボランティアをしようと思う時、自分が出来ること、やりやすいことを身の回りから見つけてみましょう。今持っている趣味や仕事、好きなことを活かせる活動があると思います。ボランティアには興味があるけれど・・・という方は、ボランティアセンターにお問い合わせください。



ボランティアって、なんだか大変そうだし。自分に出来る事って、なんだろう？  
特技といっても・・・  
そんなに出来ることもないんだけど・・・



## ボランティアセンターでは、登録ボランティアを募集しています。

★特技や趣味を活かして、人に伝えたり、披露したりする「技能ボランティア」  
★イベントスタッフ、施設や団体の運営のお手伝いをする「一般ボランティア」  
あなたのキモチをカタチにして、地域の活動に活かしてみませんか？  
登録いただいた方には、不定期でボランティア情報をお届けします。

### 現在募集中の活動

- ・毎月1回のお弁当調理
- ・見守り、配達ボランティア
- ・子ども食堂運営補助スタッフ
- ・子供食堂調理ボランティア
- ・災害ボランティアセンター運営補助スタッフ **NEW**
- ・印刷物の仕分け作業

**NEW** ・高齢者施設での創作活動などのお手伝い

など