

令和1年9月

社協だより土佐

第68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68号



# ムックン食堂

6月・7月のムックン食堂の様子です。この夏もたくさんの方がムックン食堂に来てくれました。

地域食堂として開催しているこの食堂には高齢者から赤ちゃんまでたくさんの方がボランティアさんの作った美味しい料理を食べて楽しくおしゃべりしています。参加の保護者の方からは、「ムックンに来たら子どもが野菜をたくさん食べてくれるんです。」と、嬉しい意見もいただきました。みなさん毎月第4土曜日はぜひご参加ください。

ムックン食堂よりお知らせ・・・10月26日(土)のムックン食堂はふれあい運動会開催のためお休みさせていただきます。



地域の子ども達の居場所となれるように、ボランティアさんのご協力のもと活動をしています。

只今、サンプラザさん・ボランティアの方々・地域住民の方々からの食材提供を頂き「ムックン食堂」は運営しています。

この活動に対し、今年も地域住民の方々やライオンズクラブ様よりご寄付をいただきました。

貴重なこの財源は地域の子ども食堂のために利用させていただきます。ありがとうございました。



## うちんくの食堂(朝食堂)開催中

第3月曜日(祝日の場合は第2月曜日)

午前7:00~8:00

場所 喫茶モーニング 参加費 高校生以下:無料  
(土佐市役所北庁舎 向い) 大人:100円

日赤特殊奉仕団の方々が朝食を開催してくれています。

5月にプレオープン6月から本格スタートしました。8月は、学校が夏休みのためお休みしましたが、「9月から再開します。」

私たちが生活を営む上で、大切な役割を果たしているのが「朝ごはん」です。

寝起きの身体にエネルギーを送りこみ、目覚めさせてくれる朝ごはん。その朝ごはんを食べないと体温と血糖値が上がらず、疲れやすくなってしまいます。

みなさん、朝ごはんを食べましょう!



# 子ども食堂 まんぷく

戸波地域で行われている「子ども食堂 まんぷく」7月・8月のようすをご紹介します。

7月は、カレーライスがメイン、他にも、マカロニサラダや魚のフライなどがぼちゃやウインナーのトッピングもあり、子どもたちも大喜び! 8月は筑前煮、ピーマンの炒め物、サラダ、魚のあら炊き、ネギの味噌知え、フルーツ盛り!! オレンジやグレープフルーツ、メロン、キュウイなど寄付していただいたことです。フルーツを見た子どもたちは嬉しそうにお代わりをしていました。温かいご支援本当にありがたい限りです!!!



# ぬますぎ食堂

8月25日(日)にぬますぎ食堂開催しました。今回は高石小学校の愛好作業の後に子ども会と合同でそうめん流しをしていました。

保育園児から小中高生、保護者の方も参加して、総勢70名ほどで賑やかに行われました。

ゼリーや、トマトなども流して子どもたちは次は何が流れてくるかと、とても楽しんだようです。

みんなお腹いっぱい食べ、楽しい笑い声が響いていました。

小学校の卒業生も参加していて交流の場、集いの場としてこうした場があることの大切さを感じました。



## 土佐市内各地区座談会を開催

令和元年7月1日から8月8日にかけて土佐市内の全地区にて座談会を開催しました。多くの皆さんの参加をいただき、社協についての説明と地域のお宝や困りごとについて話をしました。

このように地域の声を聞き、今後の福祉活動に生かしていく方法を模索し、少しでも地域へ返していく予定です。

今後もこのような座談会を継続的に続けていく予定です。皆さんぜひ参加してください。



ふれあい運動会  
"手話通訳あります"  
第27回  
ともに生きるまちづくり

大人から子どもまで...  
市民のみなさん  
多数参加  
ください

令和元年10月26日(土) 午前10時~  
場 所 土佐市立市民体育館  
※当日上履きをご持参ください。  
主 催 土佐市社会福祉協議会

第27回ふれあい運動会を10月26日(土)に土佐市民体育館にて開催します。  
体を動かしながら地域のみなさんが交流していただける場として行なっています。  
今年も少しですが出店の予定してます。  
みなさんぜひご参加ください。

へ土佐市社協よりお知らせく

# あったかふれあいセンター (高岡)

## 健康麻雀開催中!!

頭も使うし、同時に手を動かすことから「最強の脳トレ」とも言われる「健康麻雀」をあったかふれあいセンター高岡でも始めました。認知症予防や地域参加促進を目的としています。健康づくり・仲間づくり・生きがいに初心者の方も経験者も楽しく「健康麻雀」を一緒に始めてみませんか？仲間とおしゃべりしながら、「健康麻雀」楽しんで健康寿命を延ばしましょう!! あったかふれあいセンター高岡ではたくさんの参加をお待ちしております。お気軽にお問い合わせください。



### 塚地サテライト 新規オープンします

蓮池サテライト・船越サテライト「おしゃべり家」に続いて3ヶ所目のサテライトが塚地にオープンします。その名も「塚地みんなこいこい会」。地域のボランティアさんのご協力で希望者には昼食もご用意しております。サテライトに来て楽しくおしゃべりや脳トレしたり、みんなで楽しい時間を過ごしましょう。



あったかふれあいセンター高岡  
サテライト新規オープンのお知らせ

### 塚地みんなこいこい会

日時：毎月 第4木曜日  
9:30~13:00

好きな時間においでください。

初回は9月26日(木)オープンです!!

場所：塚地集会所

利用料：無料

※昼食代(200円)・創作活動(かご作りや牛乳パックで創作)などの材料費は実費負担となります。



サテライトに来て楽しくおしゃべりや、脳トレしたり、みんなで楽しい時間を過ごしませんか？希望者には地域のボランティアさんが手作りで昼食(200円)を用意してくれます。



お問い合わせ先  
・ボランティア代表  
中平 陽子 852-2385  
・土佐市社会福祉協議会  
あったかふれあいセンター高岡  
TEL 090-7783-7814

あったかふれあいセンター高岡は、市の委託を受け 子供から高齢者まで 誰もが安心・安全に暮らすことのできる地域の拠点として、支え合いの仕組みづくりやサービスの提供を行っています。

### あったかふれあいセンター高岡 移転のお知らせ

土佐市複合文化施設「つな一で」完成に伴い、集いの場は土佐市民病院南側にあります「あったかふれあいセンター高岡(旧 土佐市南部老人憩の家)」土佐市高岡町甲1771番地へ移転いたします。移転後、新規オープンは令和元年10月1日(火)となります。

開所日 月～金(土日・祝日・年末年始はお休みです)

開所時間 9:00~16:00

電話番号 090-7783-7814

利用料 無料

(飲食代や創作活動にかかる材料費等は実費負担となり)

他にも「あったかふれあいセンター」として

- あったかふれあいセンターとさ (戸波)  
(有) 四国総合介護システム 電話：855-1385
- あったかふれあいセンターさくら貝 (宇佐)  
(株) いこいの里 さくら貝 電話：856-0322  
が活動しています。

## 七夕祭り

7月2日(火)に新居地区コミュニティセンターにて七夕祭りのお話の読み聞かせを行なっていました。

前日から地域の方々が七夕の飾り付けをし、2日に新居小学校の1・2年生と地域の皆さんを招待して読み聞かせや、七夕の歌をみんなで歌ったりと楽しい時間を過ごしていました。

地域の方の手づくりにより作られた七夕飾り、とても素敵でした。



## 新居ミニデイ

7月13日(土)新居地区コミュニティセンターにてミニデイが行われていました。

新居地域の子ども達がたくさん参加して、昔話のお話をみんなで見たり、ボウリングをしたりと楽しい時間を過ごしていました。

ボウリングでは、なかなかまっすぐボールが転がらず、苦戦していましたが、みんな楽しんでいました。



## 陶芸教室

7月20日(土)戸波市民センターにてもりたうつつわ製作所 所長森田浩路さんを講師に迎え、陶芸教室が行われていました。

小学校が夏休みに入ったこともあり、多くの方が参加し、講師の先生に質問しながら楽しく作業をしていました。

自分の手で世界に一つしかないうつわを創るのはとても貴重な体験ですよ。



## 竈戸神社

7月16日(火)高石地域にある竈戸神社かまじの奉納祭で、日本赤十字社のスタッフの方が来てくれ、ビデオを使つての防災学習を行いました。



## 土佐市から始まる

### MUSIC STEP

7月18日(木)に蓮池保育園で『KYキヤスAS』さんにウクレレ演奏を開催しました。

となりのトトロ、アンパンマン、パプリカなど他にもたくさん曲を演奏してくれていました。



## 波介納涼祭

7月27日(土)に波介地区納涼祭が行われていました。

とても暑い日になりましたが、波介地区部落町協議会の方々と波介小学校支援地域協働本部のみなさんを中心に準備をし、18時から和太鼓の演奏とともに開催。

保育園時の踊り、高知中高等学校ダンス部、打ち上げ花火など他にも盛りだくさんイベントがあり、多くの人が集まって楽しいお祭りでした。

参加のみなさんお疲れ様でした。



## 北原祭り

8月3日(土)に北原祭りが行われました。北原太鼓やよさこい踊り、北原にわか、ステイルパン演奏、カラオケ、ビンゴゲームと楽しいイベントづくしのお祭りでした。

カラオケではまるでライブのような盛り上がりで、子どもから大人までみんなで楽しんでました。

実行委員のみなさん、準備や片付けなどお疲れ様でした。



## 土佐市身体障害者協議会よりお知らせ

みなさん「ヘルプマーク」って知っていますか？

ヘルプマークは、外見ではわかりにくい障害を持った方が身につけるものです。ヘルプマークを身につけることで、街中や、交通機関など様々な場所で周囲の援助や、配慮を必要としていることをわかってほしい、気付いてほしい時のヘルプサインとなります。

### ヘルプマーク

を見かけたら思いやりのある行動をお願いします。



## 高知県共同募金会 土佐市共同募金委員会 令和元年度 募金協力のお願い

『自分の町を良くするしくみ』をスローガンに10月から全国一斉におこなわれます「赤い羽根共同募金運動」は、土佐市で集まった募金は、土佐市の子どもたち、高齢者、障害者などを支援するさまざまな福祉活動に役立てられます。また、災害時には災害ボランティアセンターの設置や運営など、被災地支援にも役立てられます。



本年度も皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

**令和元年度目標額：5,500,000円** (平成30年度実績額 5,395,959円)

