

「ふ」だんの「く」らしを「し」あわせに

# 社協だより

## 土佐 第80号

発行

土佐市社会福祉協議会  
(高知県土佐市)

2022年秋号



撮影者：由井 邦男 氏

撮影場所：土佐市出間

### 目次

- 1・・・ 特集】あったか通信！  
～土佐市内の全センター紹介！～
- 3・・・ 土佐市の良いところ見つけたよ！
- 4・・・ 住民座談会開催します / ムックン食堂ボランティア募集中
- 5・・・ 令和3年度決算
- 6・・・ 赤い羽根共同募金について



ムックン

(土佐市社協公式マスコット)



## あったかふれあいセンターとボランティアの活躍

あったかふれあいセンターでは、既存の福祉制度の枠組みを超えて、子どもから高齢者まで、年齢や障害の有無にかかわらず誰もが気軽に集える場所を提供しています。介護予防体操や余暇、創作活動を通じて、心と体の健康維持に努めているほか、訪問や学び、相談対応などにも取り組んでいます。

そんな、あったかふれあいセンターの活動は、多くのボランティアさんの力に支えられています。今回は、ボランティアの活動とともに、市内3ヶ所のあったかふれあいセンターをご紹介します。

土佐市には、  
3箇所あったかふれあいセンターがあります！

あったか  
ふれあいセンターとさ  
(担当：波介・北原・戸波地区)

あったか  
ふれあいセンター高岡  
(担当：高石・高岡・蓮池地区)

あったか  
ふれあいセンターさくら貝  
(担当：宇佐・新居地区)

デイサービスではありません！

あったかふれあいセンターは、見守り訪問や生活課題に対応した生活支援サービス、地域福祉活動のバックアップや充実に向けた取り組みを高知県や土佐市と連携しながら行っています。

多様なサービス提供や身体や心の健康維持活動、生きがいづくりを促進していく、心温まる居場所の提供を行っています。

利用は無料ですのでお気軽にご参加いただけます！！

### ・ あったか 高岡

開所日時 月曜日～金曜日（土曜日・日曜日・祝日，年末年始はお休み）

9時00分～16時00分

場 所 土佐市高岡町甲1771（旧 土佐市老人憩いの家）

電話番号 ☎ 088 - 881 - 5472 ☒ 090 - 7783 - 7814



社会福祉法人 土佐市社会福祉協議会が、土佐市より受託して運営を行っております。

高岡の中心部に拠点を置き、住み慣れた地域で世代を超えて、誰もが集える居場所づくりを目指しています。

拠点の「集い」の場では、健康麻雀や囲碁、脳トレ、折り紙での制作など皆さん自由に過ごされています。拠点のほかに、小学校区に1ヶ所サテライトを設置して地域の集いの場を開設していますので、お気軽にご参加ください。

### ボランティアさんはこんな場所で活躍中



季節ごとの手料理で「共食」を



仕上がりを楽しみなハーバリウムづくり



ボランティアさんによる読み聞かせ

「できることをできる時に、みんなで楽しく」をモットーに活動中！ヤングからシニアまで、あなたの「やりたい！」をお待ちしております。ご興味のある方はあったかふれあいセンター高岡までご連絡ください。

## ・ あったか と さ

開所日時 月曜日～金曜日（拠点のみ祝日開設）

10時00分～16時00分

場 所 土佐市家俊 1081-1（デイサービスセンター純信の里 併設）

電話番号 ☎ 088 - 855 - 1385



有限会社 四国総合介護システムが、土佐市より受託して運営を行っております。

あったかふれあいセンターとさは、開所して今年で12年目を迎えます。初めは地域のサロンとして居場所から始めましたが、地域ごとにサテライトが増え、ボランティアさんもおかげさまで約50名の方に登録をいただいております。

集いのお手伝いや得意分野での参加、地域で気になる方への声かけ等ご尽力をいただき、あったかとの原動力となっております。利用者の方は、主に60代から90代と幅広い年齢層の方が楽しく集いに来て過ごされています。運動ルームや地域カフェ、健康講座、クラフトバック制作など内容盛りだくさんです。他にもあったかとはでは、高齢者や独居の方の見守り訪問や日常生活での困りごと相談をお聞きし、必要であれば関係機関につなぐ支援も行っています。各支所にチラシを置いてありますのでお気軽に遊びに来てください！職員一同お待ち申し上げます。

### ボランティアさんはこんな場所で活躍中



「よりやカフェ」やってるよ！



クラフト手芸のボランティアさんと



運動ルームも！

### 健康パスポート事業

## ・ あったか さくら貝

開所日時 月曜日～金曜日（拠点のみ祝日開設）

10時00分～16時00分

場 所 土佐市宇佐町宇佐 2841（いこいの里さくら貝 併設）

電話番号 ☎ 088 - 856 - 0322

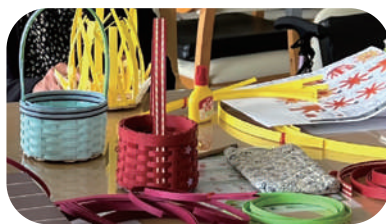


株式会社 いこいの里が、土佐市より受託して運営を行っております。

あったかふれあいセンターさくら貝では、介護予防を目的とした、広い庭を利用したの散歩やかごづくりのほか、手芸、懐メロ等をベースにした体操や認知症予防を目的とした脳トレなどを行っています。また、土佐警察署やプラス薬局の方をお招きし毎月講習会も行っています。

ボランティアさんには、利用者さんが楽しく気軽に参加出来る場所となるためのサポートとして、脳トレや手芸の準備・指導などの活動をしていただいております。今後も、宇佐・新居、地域ぐるみで活動するのを目標に、活動していきたいと考えております。

### ボランティアさんはこんな場所で活躍中



ボランティアさんと利用者さんが一緒になって、クラフトテープで素敵な作品づくり！





## 土佐市の良いところ見つけたよ！

誰もが住み慣れたまちで安心して暮らし続けられるように、関係機関や行政、企業、そして地域の皆さんが協力しあって行なうまちづくりを目指してスタートしたのが「生活支援体制整備事業」です。

その事業の中で、関係している皆さんをつなげて活動しやすくサポートするのが「生活支援コーディネーター」です。

### 船戸ひまわり会 『NEW いわおガーデン』

平成21年よりスタートした「いわおガーデン」は、広大な土地の管理が難しくなり、規模を縮小することになりましたが、「規模を縮小しても継続したい」という思いから『NEW いわおガーデン』として再スタートしました。

#### ～ 代表 立野さんの思い ～

私は、お花が大好きで見ただけでも癒されます。地域の人たちにガーデンの四季折々のお花を楽しみながら、この憩いの場を通してコロナ禍で疲れた心を癒してもらいたいです。

担い手の高齢化で思うように参加できなくなっても、その人の「できること」に目を向けて、「鑑賞」、「水やり」、「お花のポッドを集める」など、それぞれの形で楽しんでもらっています。また、私自身も健康のために頑張っています！道路沿いの見やすい場所に移転し、自分たちができる範囲で楽しめ、くつろげる場所になれば、という思いで活動を続けています。是非通りがかった際は見て行ってください。



「以前のいわおガーデン」



「NEW いわおガーデン」

### そばマルシェ 『そば打ち体験』

そばマルシェ店主渋谷さん講師のもと、あったかふれあいセンター高岡の利用者さんとボランティアと一緒に『そば打ち体験』をしました。講師の渋谷さんは、若い頃より蕎麦職人として修行を積み、ドラゴン広場で『そばマルシェ』を営まれています。

「自分で食べに来られない高齢者に、自分の蕎麦を食べてもらいたい。」という思いがきっかけとなり、今回のそば打ち体験が実施されました。体験当日、みんなで作ったできたての蕎麦は格別で、「美味しい！」「だしが格別」「今度お店に食べにいきたい」など、喜びの声が飛び交いました。参加者一人一人に優しい物腰で声をかけ蕎麦の話や談話をされる姿は、渋谷さんの温かい人柄が伺える場面でした。

今後も渋谷さんは、市内のデイサービスや施設などで、お店に食べに来られない高齢者に蕎麦を食べてもらう活動を広めていきたいと思われています。食べて美味しかったと笑顔になってくれることが自分の幸せだとおっしゃっていました。場所があれば出張講師も可能だそうです。ご興味がある方は、是非ご連絡ください！

※お問い合わせは、土佐市社会福祉協議会まで（TEL：852-2145）



令和4年度

## 住民座談会開催のご案内

地域住民や関係者が集い、地域の福祉課題について話し合う「住民座談会」は、地域の福祉力を高めていくために効果的な取り組みです。話し合いを通して、自分たちの住む地域の課題（生活課題）に気づいたり、それをより多くの人との間で共有したり、同じ思いを持つ人との出会いを通じて、協力する関係が地域の中に生まれ、支え合う力や課題を解決する力が高まることが期待できます。是非、地域住民の方々の参加をお待ちしております。

<b>宇佐</b>	11月25日(金) 18時30分～20時00分 USAくろしおセンター 2F 多目的ホール	<b>蓮池</b>	11月8日(火) 18時30分～20時00分 蓮池コミュニティセンター 2F 大会議室
<b>新居</b>	10月26日(水) 18時30分～20時00分 新居コミュニティセンター 1F 多目的ホール	<b>波介</b>	10月19日(水) 18時30分～20時00分 波介コミュニティセンター 2F 集会室
<b>高石</b>	10月12日(水) 18時30分～20時00分 高石小学校	<b>北原</b>	11月2日(水) 18時30分～20時00分 北原公民館
<b>高岡第一</b>	11月30日(水) 18時30分～20時00分 土佐市複合文化施設つな一で 3F 大会議室1・2	<b>戸波</b>	11月16日(水) 18時30分～20時00分 戸波総合市民センター 2F 大ホール
<b>高岡第二</b>	10月5日(水) 18時30分～20時00分 高岡第二小学校		

※コロナの感染拡大に伴い、土佐市内のコロナ感染状況によっては、中止もありますので、ご理解とご了承をお願い申し上げます。

## ムックン食堂ボランティア募集中！

土佐市高岡町にて開催している、子ども食堂『ムックン食堂』では、ボランティアさんを募集しています！気軽に集まる居場所として、子どもたちや地域を笑顔にしたいと、皆で和気あいあいと活動しています！調理好きな方、地域のためにボランティアをしてみたい方など、少しでもご興味のある方は土佐市社協までご連絡ください。学生さんも大歓迎です！現在は、お弁当で提供しています。

### ムックン食堂

開催日：毎月第3土曜日 12時00分～  
会場：土佐市複合文化施設つな一で 3F

活動内容：調理、受付や設営などのお手伝い など

※弘化台などに食材の受け取りに行っていただける方も大歓迎です！



### 子ども食堂への温かいご支援・ご協力をお願いします！

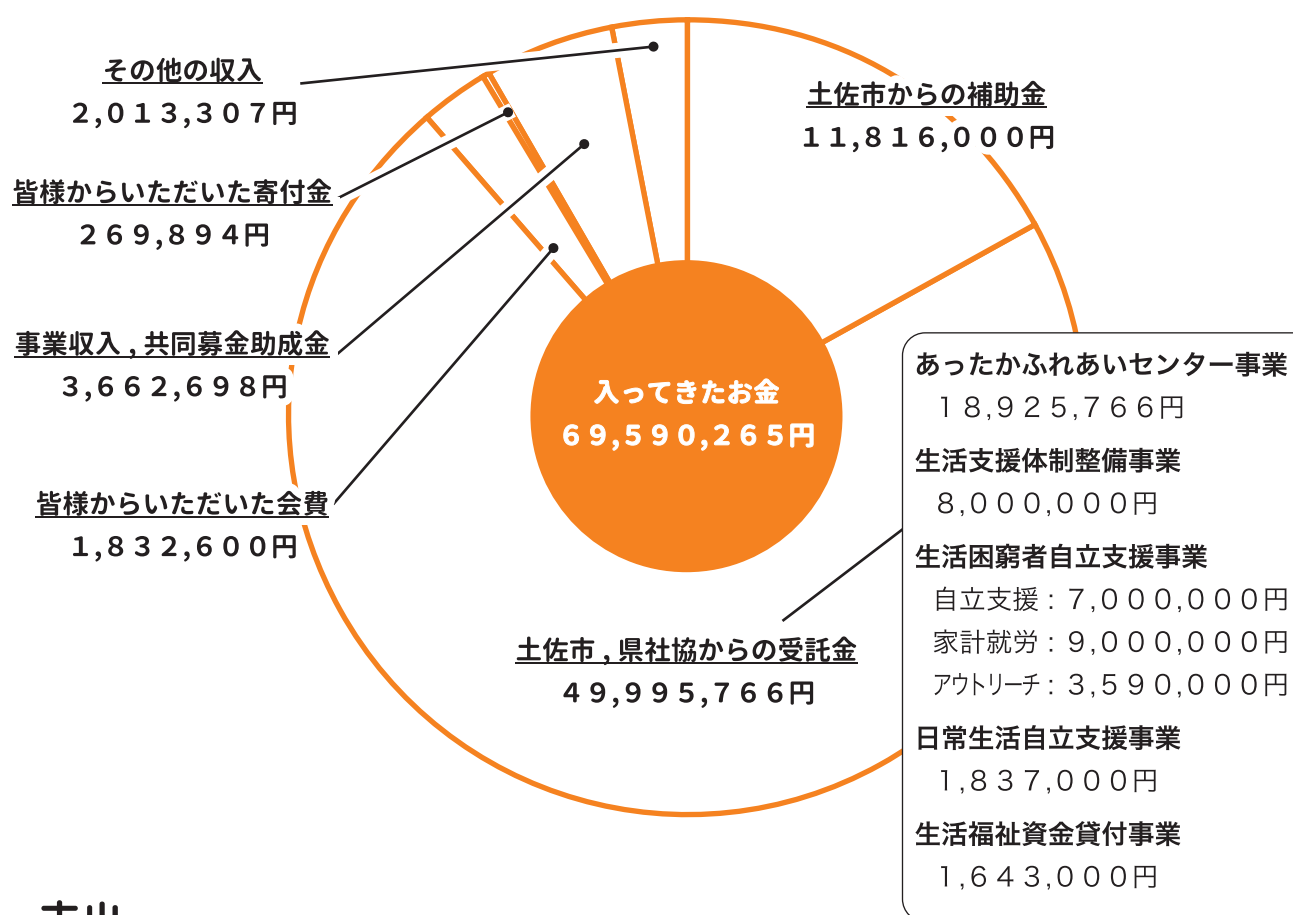
子ども食堂は多くの皆さまの温かいご支援を受けて運営しております。子ども食堂で使用する野菜や果物といった食材の提供、継続的な運営をしていくための運営資金の寄付などご支援お待ちしております。詳しくは、下記の連絡先までお問合せください。

#### 【お問い合わせ先】

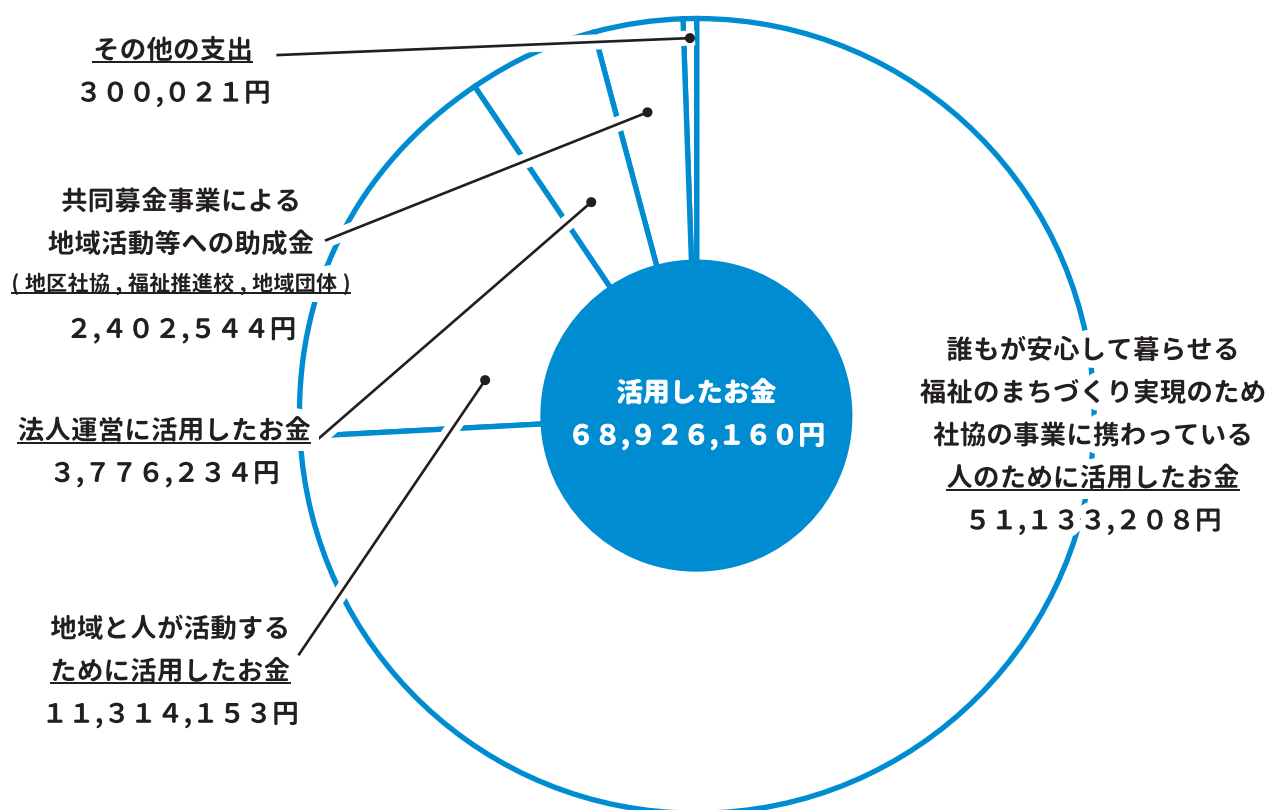
ムックン食堂事務局  
(土佐市複合文化施設 つな一で 3階 土佐市社会福祉協議会 内)  
TEL：088 - 852 - 2145

# 令和3年度決算報告

## 収入



## 支出







# 赤い羽根共同募金

令和4年 10月1日 ▶ 令和5年 3月31日



一般募金：令和4年10月1日～12月31日 / テーマ型募金：令和5年1月1日～3月31日

## じぶんの町を良くするしくみ。

誰かのためにと募金をしたら、じぶんたちの町のための募金でもあります。町のみんで集めた募金は、じぶんの町を良くする活動に活用されています。土佐市で集まった募金の約70%は、土佐市で活用されています。残りの約30%は、広域的な課題を解決するための活動として高知県の範囲内で活用されています。

赤い羽根共同募金は、市民自らの行動を応援する「じぶんの町を良くするしくみ。」です。

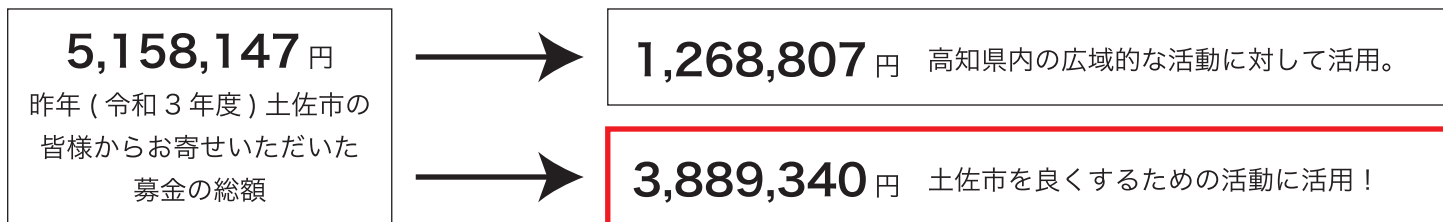
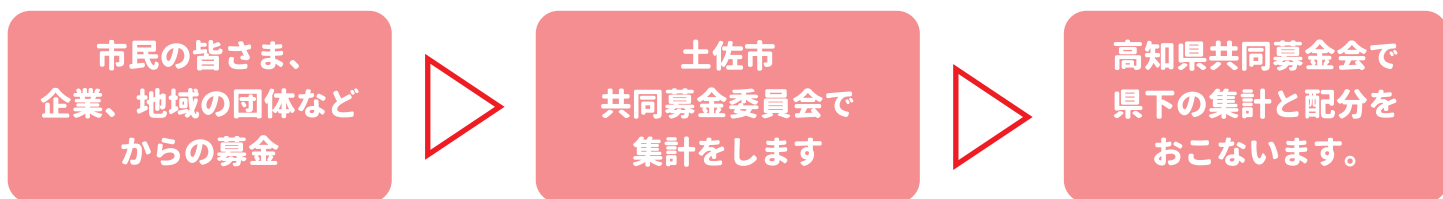
また、共同募金は地域の福祉団体等からの助成の申請を基に助成計画を立案し、その計画に基づき、助成事業に必要なとされる目標額を毎年定めています。

つまり、地域ごとに課題解決に必要な使いみちの額を事前に定めてから、寄付を募る「計画募金」です。

なので、今年（令和4年度）皆様からいただく募金は、来年（令和5年度）実施するさまざまな地域福祉活動の計画に基づき目標額が設定されております。



## 皆様からいただいた募金は、今年このように使われます！



### 3,889,340 円の使い途（令和4年度当初計画）

#### 地域福祉のために（1,619,340 円）

- ・ 独居高齢者への配食サービス事業
- ・ 『土佐市社会福祉大会』の開催
- ・ 『ふれあい運動会』の開催
- ・ 『社協だより土佐』の発行
- ・ 福祉活動推進校への助成
- ・ 子ども食堂の運営 など



住民座談会の開催

#### 地区社会福祉協議会の活動へ（2,100,000 円）

- ・ 子ども会などの地域団体への助成
- ・ 地域行事、敬老会への助成

#### 地域活動団体・学校等へ（170,000 円）

- ・ 土佐市身体障害者協議会
- ・ 土佐市老人クラブ連合会
- ・ 土佐市心身障害児（者）親の会
- ・ 土佐市青年団
- ・ 高岡中学校  
※学校募金・街頭募金の開催協力へのお礼
- ・ 戸波中学校  
※学校募金の開催協力へのお礼
- ・ 波介小学校  
※学校募金の開催協力へのお礼
- ・ 高岡高等学校  
※学校募金の開催協力へのお礼



街頭募金の様子

今年もご協力をよろしくお願いいたします。

## 相談 10月以降の相談対応

### ■ 総合相談

日常生活に関するさまざまな不安やお悩み、課題、問題について相談されたい方はこちら。

事前にご連絡いただければ、待ち時間なく対応できます。

### ■ ふれあい相談

人権や相続、家族に関することで不安やお悩みを抱えている方はこちら。

事前にご連絡いただければ、待ち時間なく対応できます。

毎週月・水・金曜日 10:00～12:00 / 13:00～15:00

※コロナ対策として電話での対応となることがあります。

### ■ 無料法律相談(弁護士相談)

奇数月の第3水曜日に弁護士に来ていただいております。

ふれあい相談での面談後の予約受付となります。

相談日：11月16日(水) / 1月18日(水) / 3月15日(水)

## 会員 社協会員の募集

土佐市社会福祉協議会では、誰もが安心して暮らしていけるように、地域福祉の推進を行っております。

制度の狭間で取り残されてしまっている方々を救うため、ボランティア活動の促進を図るため、災害時に備えた災害ボランティアセンターの設置運営訓練やその準備のために、皆様からいただいた社協会費を活用させていただいております。

社協会員とは、**地域福祉の応援団**です。

是非、皆様のご理解、ご協力をいただきまして、土佐市社会福祉協議会を支えてください！

会費へのご協力を  
よろしく願います。

自治会会員	： 300円 × 世帯数
特別会員(個人)	： 1,000円～
法人会員(団体)	： 2,000円～

## 貸出 福祉用具の無料貸出サービス

### ■ 車椅子・チャイルドシート

土佐市在住の方なら、どなたにでもお貸しすることができますので、必要な方は本所(852-2145)までお問い合わせください。

貸出期間は原則として**2週間**です。

必要と認められた場合や予約が少ない時期などは、必要な範囲での延長も可能です。台数に限りはありますが、ぜひご利用ください。

福祉用具のご寄付もお待ちしております。

### ■ 高齢者体験セット

市内の小・中学校や高等学校、NPO、地域活動団体、企業などを対象にお貸ししております。

貸出期間については、随時相談させていただく形となっておりますので、本所までお問い合わせください。

## 感謝 ご支援ありがとうございます

### ■ 土佐市の子ども食堂への寄付

匿名様 40,000円

土佐ライオンズクラブ様 50,000円

### ■ 子ども食堂・フードバンクへの寄付

匿名で子ども食堂とフードバンクにも品物のご寄付をいただきました。温かいご支援ありがとうございます。

常日頃から、皆様には土佐市社協並びに福祉活動へご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

皆様からいただいた会費や寄付金、物資などのご寄付は土佐市の地域福祉のために大切に使用させていただきます。

今年度も引き続き、土佐市社協へのご協力をよろしくお願いいたします。

寄付や寄贈に関するお問い合わせは、下記の本所までお願いいたします。

## 【編集・発行】 社会福祉法人 土佐市社会福祉協議会

本所(総務課 / 相談支援課 / 地域福祉課)

開所時間「月～金曜日 8:30 - 17:15」 休日「土日・祝日 / 年末年始」

〒781-1102 土佐市高岡町乙 3451-1 土佐市複合文化施設つな一で 3F

TEL.(088) 852 - 2145 FAX.(088) 852 - 3194

### あったかふれあいセンター高岡

開所時間「月～金曜日 9:00 - 16:00」 休日「土日・祝日 / 年末年始」

〒781-1101 土佐市高岡町甲 1771 (旧 土佐市老人憩いの家)

TEL / FAX.(088) 881 - 5472 携帯 .090 - 7783 - 7814



ホームページも  
見てね！

