

# 2024 しあわせ 9月号

権現



浦尻



越



津呂



鳥淵



下益野





# 土佐清水市第4期地域福祉計画

「みんな家族 地域の絆で支えあう とさしみず」を基本理念に、誰もが安心して暮らせる地域づくりに向け取り組んでいくための「土佐清水市地域福祉計画」。令和4年度からは第4期計画期間に入り、令和6年度は折り返しの3年目にあたります。7月から各地域で座談会を開催しております。令和3年度開催時からの取り組みを振り返りつつ、現在の課題について考え、これからの目標・そこに向けた取り組みの話し合いという内容で行っております。

座談会に未参加・未開催の地区につきましては、今後日程を調整いたしますので、お住まいの地区で開催の際にはぜひご参加くださいますようお願い申し上げます。



暑い中、ご参加いただいた皆様ありがとうございました。

# 社会福祉センターを利用してみませんか？

社会福祉センター内には、大きな会議室や和室、調理室があります。会議やサロン、イベント等にいかがでしょうか。

ご利用を検討されている方は、事前に社会福祉協議会までご相談ください。

※センター利用は有料です。営利または入場料を徴収する場合は、通常料金の7割増となります。

## 大会議室

収容人数  
最大120人  
広さ  
152㎡



## 調理実習室

収容人数  
最大20人  
広さ  
65.55㎡



## 研修室

収容人数  
最大12人  
広さ  
29.4㎡



## 和室

収容人数  
最大30人  
広さ  
66.5㎡



●●●●● センター利用の相談はこちら ●●●●●

高知県土佐清水市寿町11-9  
社会福祉法人 土佐清水市社会福祉協議会  
TEL:0880-82-3500 FAX:0880-82-4047

当会ホームページにも  
料金表・利用申込書がございます！  
<https://tosashimizu-shakyou.com>

## 生活支援・介護予防サービス基盤整備事業

### 地域担い手養成研修会

少子高齢化が進む土佐清水市において、地域で安心して暮らすためには、地域でおたがいさまの関係、助け合い、支え合いの力が一層必要となってきました。

地域生活課題から、生活支援を担う担い手の必要性を学び、支え合いの体制づくりについて考えていきます。皆さまのご参加をお待ちしております。

**演題** 「人と人がつながり支え合う地域」

**講師** 聖カタリナ大学 人間健康福祉学部社会福祉学科

助教 **雑賀 正彦 氏**

**日時** 令和6年9月6日(金) 10:00～11:30

**場所** 土佐清水市社会福祉センター 3階 大会議室

※参加を希望される方は下記事務局までご連絡をお願いします。



お問合せ先 〒787-0323 土佐清水市寿町11-9 土佐清水市社会福祉協議会 (82-3500)



# 赤い羽根共同募金は みなさんの身近なところに使われています



皆様から集められた募金は、地域の様々なところに使われています。  
その活動の一部をご紹介します。

## 土佐清水市高齢者体育大会

コロナ禍で中断していた土佐清水市高齢者体育大会は昨年度から復活し、久しぶりに多くの老人クラブ会員が参加して、健康増進とお互いの交流を深めることが出来ました。一年に一回のこの大会を楽しみに、日々の健康づくりにも取り組んでいます。有難うございました。



## 地域福祉計画推進事業

近い将来必ず起こると言われている「南海大震災」に備え避難訓練を本町地区で行い、備品として組み立て式簡易トイレを用意することが出来ました。また、避難訓練を通じ個人の防災意識を向上させることが出来ました。有難うございました。



## 令和6年度「日本赤十字社会員増強運動」 ご協力ありがとうございます！

日本赤十字社高知県支部では、毎年5月を「赤十字運動月間」とし、広く県民の皆様へ赤十字活動へのご理解・ご協力をお願いしております。

今年も皆様のご協力をいただき、土佐清水市地区では、令和6年8月1日現在で

**1,214,777円**の活動資金が寄せられました。

皆様からご寄付いただいた資金は、地震や風水害等の災害時の救護活動や救急法等講習普及など、「人間のいのちと健康、尊厳を守る」ための人道的活動に充てられます。

### 赤十字活動資金の使い道

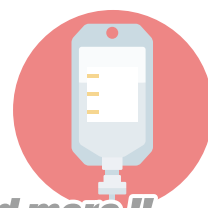


#### 平時の備え

災害救護訓練  
救援物資の備蓄  
ボランティア育成

#### 被災地での活動

医療救護  
こころのケア  
血液製剤の供給



and more !!

引き続き、皆様からの温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。

# 土佐清水市老人クラブ行事予定

## 令和6年度第1回老人大学

日時：令和6年9月20日（金）午後1時～  
開催場所：土佐清水市立市民文化会館

## 第45回土佐清水市高齢者体育大会

日時：令和6年10月5日（土）午前9時30分～  
開催場所：土佐清水市立市民体育館

## 令和6年度高知県老人芸能大会幡多地区大会

日時：令和6年11月12日（火）午後1時～  
開催場所：四万十市総合文化センター しまんとぴあ  
※今年度は四万十市での開催となります。

## 令和6年度第2回老人大学（土佐清水市社会福祉大会）

日時：令和6年11月26日（火）午後1時～  
開催場所：土佐清水市立市民文化会館

## 権利擁護センター「らいとほうす」です！

社会福祉協議会では、認知症・知的障がい・精神障がいなどで判断能力が十分でない方々が、住み慣れた地域で安心して生活を送るため、生活や財産などの権利を守るための相談を受けたり、福祉サービス利用の手続き、利用料等の支払いなどの支援をしています。

成年後見  
制度の  
利用促進



日常生活自立  
支援事業

社会福祉協議会では、後見人等の支援も行っています。  
後見人等に就任している親族の方で、「家庭裁判所へ質問したいけど、気後れする…」  
「報告文書の書き方がわからない」等、お困りのことはありませんか？  
ちょっとしたことでもお気軽にご相談ください。

誰もが意思や権利を守られて自分らしい生活を送ることができる。

そんなとさしみずをめざして…

お問合せ

土佐清水市社会福祉協議会  
土佐清水市寿町11番9号 社会福祉センター内

☎0880-82-3500



# 清水中学校 ～こんなことできたらいいなを形に～

～令和6年7月13日(土)清掃活動と啓発活動～



毎年、竜串観光振興会が主催している竜串桜浜海水浴場周辺の清掃に清水中学校生徒会の10名がボランティアで参加しました。

## ～座談会がきっかけ～

これは、令和6年3月4日清水中学校生徒会の皆さんと行った第4期地域福祉計画の座談会において、地域の行事に積極的に参加する等、地域との関わりについて前向きな意見がたくさん出された意見の一つが形になったものです。また、地域安全協会土佐清水支部の啓発活動にも参加し、その活動をバックアップしたいと、ベストが贈呈されました。

これからの活動に期待がかかります！



## ボランティアセンターコーナー

土佐清水市ボランティアセンター  
寿町11-9 TEL82-3500

### ゴミ出しなどボランティア依頼したい方の相談を受け付けています。

筋力の低下や関節疾患がある高齢者にとって、大きなゴミ袋を集積所まで運ぶのは大変な作業です。また、認知症などにより認知機能が低下すると、ゴミ出しの曜日や時間、分別のルールを覚えることも難しくなります。ゴミ出し以外にも、「こんなことに困っちゃう」「こんなボランティアはない？」等、ボランティアをお願いしたいと思ったら、お気軽にボランティアセンターまでご相談ください。

### ボランティアをしたい方も大募集しています。

## みんな集まれボランティア

- **ゴミ出しボランティア**を募集しています。  
「ついでにゴミ出しできるよ」という方は、是非ご協力ください。
- **傾聴ボランティア**を募集しています。  
話大好き、話し相手になっていただける方はいませんか？
- **お祭りボランティア**を募集しています。  
地域の方と一緒にお神輿を担いでみませんか？
- **散歩同行ボランティア**を募集しています。  
自分の介護予防も兼ねて、地域の方と一緒に散歩してみませんか？

誰かの役に  
立ってみませんか！



詳しくは  
ボランティアセンター  
までお問合せ下さい。

# ～いきいきサロンの風景～

足摺岬



加久見



**⚠ まだまだ暑い日が続きます。水分を摂りながら過ごしてくださいね。**

## お知らせ

**参加を希望される方は、電話等での事前予約をお願いします。**

内 容	日 時	場 所
トレーニング ジム説明会	9月18日(水) 午後 1時30分から	社会福祉センター 地下トレーニングジム

詳しいお問い合わせは、下記連絡先までお気軽にどうぞ。

〒787-0323 土佐清水市寿町11-9 社会福祉法人 土佐清水市社会福祉協議会 TEL:0880-82-3500 FAX:0880-82-4047

## ～9月のいきいきサロン日程表～

日 時	会 場 (グループ名)	日 時	会 場 (グループ名)
2日 月	布福祉センター (れいわスマイルサロン)	17日 火	旭町 芝岡さん宅 (元町みなとサロン)
// //	越連合区長場 (越さくら会)	18日 水	立石集会所 (立石いきいきサロン)
4日 水	貝ノ川郷集会所 (貝ノ川郷菜の花クラブ)	// //	小方青年会館 (小方清流クラブ)
// //	鳥淵集会所 (鳥淵わらびの里クラブ)	// //	長野公会堂 (長野いきいきサロン)
5日 木	旧浦尻保育園 (浦尻すみれ会)	// //	浜益野公会堂 (浜益野)
// //	下ノ段区長場 (下ノ段いきいきサロン)	// //	爪白区長場 (爪白つわぶき会)
6日 金	貝ノ川浦区長場 (はまゆうサロン)	19日 木	下益野区長場 (下益野せせらぎ会)
9日 月	社会福祉センター (本町いきいきサロン)	// //	平ノ段区長場 (平ノ段いきいきサロン)
10日 火	足摺岬区長場 (足摺ふれあいサロン)	20日 金	大津公民館 (大津叶崎クラブ)
// //	三崎地区防災コミュニティーセンター (斧積いきいきクラブ)	24日 火	市野瀬集会所 (市野瀬いきいきサロン)
// //	宗呂下区長場 (宗呂下コスモス会)	26日 木	布旧保育所 (布若葉サロン)
11日 水	権現地区集会所 (権現日の出会)	// //	下浦青年会館 (下浦とびうお会)
// //	加久見区長場 (加久見いきいきクラブ)	27日 金	船場集会所 (船場あじさいサロン)
// //	養老区長場 (養老いきいきクラブ)	// //	中浜会館 (中浜万次郎クラブ)
12日 木	窪津区長場 (窪津ツバキ会)	// //	横峯集会所 (横峯たちばな会)
// //	社会福祉センター (幸町しあわせサロン)	30日 月	グリーンハイツ区長場 (グリーンハイツいきいきサロンさわやか)
13日 金	漁協2F (えび天戎町)	// //	上野区長場 (上野いきいきクラブ)
16日 月	鍵掛公会堂 (オレンジクラブ)	毎週 火・水・木	旧旭保育園 (旭町いきいきサロン)
17日 火	市野々公会堂 (市野々コスモス会)	毎週 水・金	緑ヶ丘集会所 (丘の上サロン)
// //	津呂旧保育所 (津呂いきいきクラブ)		

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために、状況によっては日程が変更になる場合があります。予めご了承下さい。



# いきいきサロンボランティア紹介 ～東谷・れいわスマイルサロン～

## ボランティアの皆さん



輪投げに一喜一憂!

今日の食事は  
カレーライス



いつも体温測定、血圧測定を行い、DVDを見ながらの体操で始まる東谷・れいわスマイルサロンは毎月開催されています。体操の後は輪投げをみんなで楽しむ等、和気あいあいとした雰囲気の中で楽しい時間が流れています。「少しずつ参加者は少なくなっているけど、みんなサロンを楽しみにして来てくれているので、楽しい気持ちで過ごして欲しい」と色々工夫しながら頑張ってくれているボランティアさん。毎月ではないですが食事会も行われ、毎回工夫を凝らした美味しい食事で参加者に喜ばれています。

これからもいきいきサロンが地域の集いの場となるように、ボランティアの皆さん、これからもよろしくお願いします!!



## こびやんと達者な じいやん ばあやん



市野瀬 **山本 京子** (きょうこ) さん

昭和9年3月2日生まれ90歳です!!

珠々玉で生まれ育ち、22歳の時に旦那さんとは結婚され、子ども2人に恵まれました。当時は、旦那さん家族と14～15人で暮らしており、お弁当も毎日7個ぐらい作っていたそうです。「昔は苦勞したけど、今は幸せに暮らしてよる!」と笑顔で話してくれました。

現在は、お孫さんと猫と暮らしていますが、息子さんが高知市内におり、「帰ってきたら好きなものをいろいろ買ってきてくれるけん、それが楽しみ!!」と嬉しそうに話してくれました。

趣味は、歌を歌う事や聞く事で美空ひばりさんや伍代夏子さんの歌が十八番だそうです。

また、お庭のお手入れも、草刈り機やカマなどを使って、一人で行っておりとても素敵でした。

元気に年を重ねることのお手本のような京子さん、これからも元気でいて下さいね!

元気の秘訣は★

なんでも  
食べること  
(特に漬け物)



奇数月の広報発行には、社会福祉協議会 会員会費が使われています。