

# 2023 しあわせ 6月号

鍵掛



旭町



布



下川口浦



第54回土佐清水市社会福祉大会

## こども標語コンクール作品紹介

(がんばったで賞 テーマ「未来」)



大丈夫 そばにいつでも ついている

下ノ加江小学校6年 藤沢 愛 さん

守ろうよ 未来へ残そう 大自然

三崎小学校6年 八幡 彪牙 さん

勉強も手伝いも遊ぶのも努力も無駄じゃない

下ノ加江小学校6年 松岡 蕾花 さん

令和4年11月の社会福祉大会受賞作品であるため、当時の学年で記載させて頂いております。

令和5年6月1日 (毎月1回発行)

■編集発行：社会福祉法人 土佐清水市社会福祉協議会

住所 土佐清水市寿町11-9 電話 (0880) 82-3500 FAX (0880) 82-4047  
http://www.tosashimizu-fukushi.or.jp/ E-mail:shakyou-s@viola.ocn.ne.jp

# 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。

## 地域美化運動・花のある憩いの場づくり(大津・津呂)



大津



津呂



地域の美化や憩いの場づくりとして、共同募金を活用してもらい、花壇に花を植えたり、花の植え替えをしたりして、みんなが気持ちよく過ごせる地域づくり、憩いの場づくりを行っています。作業の最中には色々な話をしながら交流を持ち、それぞれの生きがいづくりにもつながっています。



## いきいきサロンの充実・活性化(元町)



普段行っているいきいきサロンを更に充実したものにす為、共同募金を活用して備品(ラジカセ等)を購入し、いきいきサロンを活性化させてくれています。今までよりも、いきいきサロンの場が楽しい集いの場として介護予防や閉じこもり防止に役立っています。

今年度も、地域の活性化や生きがいづくり等の活動について共同募金の助成を行います。  
ご希望の地区等がありましたら、社会福祉協議会までお知らせください。  
募集期間：令和5年7月末まで

# 民生委員・清水東部地区活動紹介

色とりどりの花満開  
感謝の気持ちいっぱいです!!



4月8日(土)春晴れの下、民生委員・清水東部地区の皆さんが社会福祉センター(事務局玄関前)とグリーンハイツのグループホーム百日紅の家にて、花壇整備を行いました。

各地区で民生委員児童委員の皆さんは、日頃から地域福祉向上のために数々の支援活動を行っています。清水東部では、これまで畑で野菜を栽培し福祉大会等でバザー販売を行うなどして得た収益をあらたな活動費にするなど積極的に独自の活動に取り組んでいます。

今回、この収益を利用して10種類ほどの色とりどりの花の苗やプランター等を購入し、丁寧に土替えから花植えまで行いました。新任の民生委員が多い中、活動を通して民生委員同士の交流も深まり積極的な意見交換につながっています。

~社会福祉センター・百日紅の家を訪れた際は、  
満開の花々を楽しんでいただけると嬉しいです♪~



「百日紅の家」  
皆さんと笑顔の  
ひととき♪



民生委員の皆さん  
手慣れてます!!

## 令和5年度 土佐清水市社会福祉協議会会員募集

土佐清水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地域福祉の推進を行っております。

### 社協会員とは…地域福祉の応援団です。

社協は、地域に生じるさまざまな問題を解決するために、地域住民やボランティア、関係機関と協力しながら、地域福祉活動を推進していく民間団体です。地域に根ざした社協をめざして、特色ある事業を行うため、会員募集を行っています。皆様のご協力をお願いします。

#### 年会費

普通会員	1口	1,000円
賛助会員	1口	2,000円
		(個人加入)
団体会員	1口	5,000円
		(団体加入)

◎皆様からの社協会費は、ボランティア・地域福祉活動・広報費等に使われます。

#### <問い合わせ先>

〒787-0323 土佐清水市寿町11-9  
土佐清水市社会福祉センター内  
社会福祉法人 土佐清水市社会福祉協議会  
TEL 82-3500 FAX 82-4047

生活で困っていることはありませんか？ひとりで悩まず、お話を聞かせてください。



# 土佐清水市 生活・相談支援センター



さまざまな悩みを抱えお困りの方は、ひとりで悩まずご相談ください。  
あなたのお話を伺いながら、一緒に問題解決を目指します。  
ご利用・相談は無料、秘密厳守ですので、お気軽にご利用ください。

このような悩みはありませんか？

- 収入が不安定で先が見えない
  - 借金を抱えてしまった
  - 引きこもりから抜け出せない
  - 住む家も食べる物もない
  - 誰も頼る人がおらず孤立している
  - 仕事が長続きしない
  - 子どものことで相談したい
  - 家族関係がうまくいっていない
- など…



## 自立相談支援事業

困っていることについて、一緒に話し合い問題解決の支援を行います。

## 家計改善支援事業

月々のお金のやりくりが適切にできるように、方法を一緒に考えます。また、借金や滞納料金などについてどうしたらいいか一緒に考えます。

## 就労準備支援事業

仕事に就くことに不安を抱える方が、仕事に就くことができるよう支援します。「自分に合った仕事」について一緒に考えます。

お問合せ先

## 社会福祉法人 土佐清水市社会福祉協議会

☎0880-82-3500

受付時間：月～金曜日 午前8時30分から  
午後5時30分まで（土日祝休み）

〒787-0323 高知県土佐清水市寿町11-9 土佐清水市社会福祉センター内

## 地域の取り組み紹介(市内のゴミステーション)

皆が使いやすく、鳥や獣等に汚されないよう、地区によって色々な工夫がされています。今回はその中から2地区のゴミステーションを紹介します。



### 小方

網に重りをつけて、風や動物がめくれないよう工夫されています。



### 宗呂上

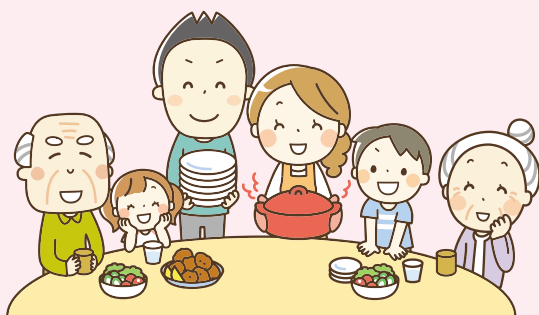
この場所は道幅が狭いことから、道路上ではなく塀の上に設置しているため、ゴミが入れやすいよう工夫されています。

# フードバンクにご協力ください!

## フードバンクとは?

家庭や企業等から余っている未使用の食品を寄付いただき、生活に困窮し食品を必要とされている方等に提供する活動です。

困っている方々に食品を提供することで「人間らしく生きる」ための生活基盤を支える活動の一つです。



これまでに提供いただいた食品は必要な方の手に渡りましたが、今後も恒常的に取組んでいくには、地域の皆さまのご協力が必要不可欠です。

「もったいない」から  
「ありがとう」へ。

ご理解とご協力をお願いします。

## 保存可能な食品の 寄付をお願いします

- ・お米
- ・缶詰
- ・乾物(ふりかけ、お茶漬、のり等)
- ・備蓄食品 等
- ・レトルト食品
- ・インスタント食品



寄付いただく食品については、  
以下の点をご確認ください。

1. 賞味期限が1か月以上  
あること
2. 未開封であること
3. 破損し中身が出て  
いないこと



お問い合わせ先

土佐清水市社会福祉協議会

☎0880-82-3500

住所 高知県土佐清水市寿町11-9



# ボランティアセンターコーナー

## 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、認知機能の低下により、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？
- **お掃除ボランティア**を募集しています。  
お掃除好き集まれ！
- **お祭りボランティア**を募集しています。  
地域の方と一緒に神輿を担いでみませんか？

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  
お問い合わせください



土佐清水市ボランティアセンター

☎0880-82-3500

〒787-0323 高知県土佐清水市寿町11-9

# ～いきいきサロンの風景～

権現サロン



松尾サロン



みんなでお花見に行きました!



貝殻を使って  
フォトフレーム  
作り!

## ご案内

内容	日時	場所	担当
トレーニングジム説明会	6月21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	沖

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:088082-3500 FAX:0880-82-4047

## ～6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)
1日 木	旧浦尻保育園(浦尻すみれ会)	19日 月	社会福祉センター(本町いきいきサロン)
2日 金	貝ノ川浦区長場(はまゆうサロン)	20日 火	鍵掛公会堂(オレンジクラブ)
5日 月	布福祉センター(れいわスマイルサロン)	// //	津呂旧保育所(津呂いきいきクラブ)
// //	越連合区長場(越さくら会)	// //	松尾区長場(松尾ふれあいサロン)
7日 水	貝ノ川郷集会所(貝ノ川郷菜の花クラブ)	// //	旭町 芝岡さん宅(元町みなとサロン)
// //	鳥淵集会所(鳥淵わらびの里クラブ)	21 水	立石集会所(立石いきいきサロン)
8日 木	以布利旧保育園(以布利じんべいサロン)	// //	大津公民館(大津叶崎クラブ)
// //	窪津区長場(窪津ツバキ会)	22 木	旧布保育園(布若葉サロン)
// //	社会福祉センター(幸町しあわせサロン)	// //	下浦青年会館(下浦とびうお会)
// //	下ノ段区長場(下ノ段いきいきサロン)	// //	三崎浦区長場(三崎浦さくら会)
// //	宗呂上コミュニティセンター(宗呂上さくらんぼ会)	// //	爪白区長場(爪白つわぶき会)
9日 金	大浜コミュニティセンター(大浜ぼうず石クラブ)	23 金	船場集会所(船場あじさいサロン)
13日 火	足摺岬区長場(足摺ふれあいサロン)	26 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)
// //	三崎地区防災コミュニティセンター(斧積いきいきクラブ)	27 火	市野瀬集会所(市野瀬いきいきサロン)
// //	下川口浦憩いの家(下川口いきいきクラブ)	30 金	横峯集会所(横峯たちばな会)
14日 水	権現地区集会所(権現日の出会)	毎週 木	旧旭保育園(旭町いきいきサロン)
// //	養老区長場(養老いきいきクラブ)	毎週 水	緑ヶ丘集会所(丘の上サロン)
// //	下川口郷区長場(下川口郷いきいきクラブ)	未定	久百々集会所(久百々いきいきクラブ)
19日 月	市野々公会堂(市野々コスモス会)		

※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。



下ノ段いきいきサロンは、毎月第2木曜日に開催しています。ボランティアの声かけもあり、20人～30人の参加者が集まります。男性の参加者も多く、いつも参加者の半数くらいは男性です。この日は、毎年恒例のこいのぼり運動会を開催。こいのぼりが泳ぐ田園公園で、色々なゲームをしてみんなで楽しく過ごしました。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祈いします!!



## こじやんと達者な じいやん ばあやん



ハキハキとお話上手な石恵さん!!



元気の秘訣は★

1. 365日、毎日好き嫌い無く食事をする事
2. 季節ごとの野菜栽培
3. お孫さん・ひ孫さんの成長を見守ること

松尾 次田 石恵 (いしえ) さん

昭和6年1月25日生まれ 92歳です!

10種類もの野菜がお出迎え!!



お孫さん・ひ孫さんの成長がたのしみ～☆



石恵さんは宿毛市小筑紫生まれ。28歳の頃松尾地区に移住され、お見合いで旦那様と出会い3人の子育てをされてきました。マグロ船員の旦那様は長期の航海に出ることが多かったそうですが、「松尾地区の人は本当に良い人! 地域の支えがあって今がある。苦勞と感ずることはなかつた」と話をしてくれました。

元気の秘訣はしっかり食べる事。また、ここ数年の楽しみは野菜作り♪紹介してくれた畑には10種類以上の立派な野菜が育っていました。これからも収穫する喜びと共に、愛情のこもった手作り野菜をお孫さん・ひ孫さんにも沢山食べてほしい!と栽培意欲は絶えないそうです。

石恵さんの元気の秘訣は、日常生活を楽しみながらご家族で繋がっている思いそのもの。これからも元気で素敵な笑顔を見せて下さいね!