

南国市社協だより

第255号

3

2022

まんでん



も

く

じ

- P2~5 ... 南国市地区ごとの地域福祉活動計画
- 6 ... 共同募金のお礼
- 7 ... 地域包括支援センターからのお知らせ
- 8 ... 岡豊保育園だより
- 9 ... 小学生の学習の場
- 10 ... 65歳から始める筋力運動教室参加者募集！
- 11 ... 日常生活自立支援事業について
制服リユースについて
たくさんの愛をありがとう！！
- 12 ... なんこく生活総合相談会
※「The！若もん」はお休みさせていただきます。

南国市社会福祉協議会の
ホームページは
こちらからどうぞ ↓

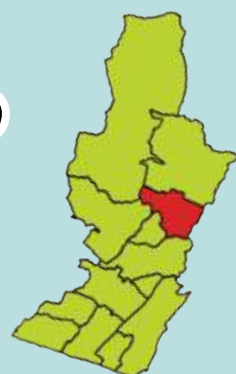


今年度、南国市の4地区（久礼田・野田・前浜・緑ヶ丘）において住民の皆さんが集まり、座談会が開かれました。そして話し合いを基に、地域福祉活動計画（概要版）をご紹介しますと思います。

各地区住民みんなで取り組んでいくために地区ごとに「地域福祉活動計画」が策定されました。今回は久礼田地区、野田地区の

☆私たちが目指す地域☆

住んでよかったと思える
笑顔あふれる
みんなの久礼田



☆久礼田地区の良いところ☆

- | | |
|--|--|
| 「会えば必ずあいさつができる」 | 「定期的に防災について会を開いている」 |
| 「民生委員さんが活動されており、安心して見守られている気がする」 | 「定期的に防災訓練を実施している」 |
| 「道作り、草刈り等頻繁にボランティアしてくれる人がある」 | 「明るい声、挨拶により子供たちや大人がいつも笑顔で楽しい地域を目指している」 |
| 「部落の子どもが少ない為、近所の人達は見かけたら声をかけている」 | 「スクールバスの見守りと見送りをしている」 |
| 「神社の祭り、運動会（若者中心）盛大に行われている」 | 「月1回小学校で声かけ（あいさつ運動）」 |
| 「自治会長が毎月、地区の広報作っている」 | 「常会の中で子どもは少ないので、皆大切にしている」 |
| 「自治会長がしっかりした活動をされており防災訓練や神社公園の清掃にも役割分担ができています」 | |

久礼田地区住民みんなでやってみよう！

☆一人ひとりができること ○地域でできること



課題まとめ① 子どもから高齢者までみんなで交流し絆を深めることができる地域づくり

☆お互いに声をかけあう

☆地域活動に参加、参画をする

☆隣近所を誘い出す

○地域活動の継続

→久礼田カフェ…みんなが参加できる工夫を検討していく

→地区民運動会・懇親会…状況を見て再開に向けて動いていく

○小学校との交流の継続

→クラブ活動等での指導…家庭科クラブでのカゴバック作りや卓球教室等



課題まとめ② 災害が起きても住民みんなで支え合える地域づくり

☆家族内でもいざという時に対して普段から話し合っておく

☆普段からのつながりをつくる・顔見知りの関係づくりをする

→久礼田カフェなどの地域の集いに誘う



課題まとめ③ 子どもや高齢者をみんなで見守りあんしんできる地域づくり

☆久礼田地区住民が各々意識してゴミ出しなどのちょっとした時にも「最近どう？」と声かけを行ったり、おしゃべりをする

効果 日々の暮らしの安心につながる

効果 その輪が広がり住民みんなの見守りにつながる

○子どもたちへあいさつ運動などを行いお互いにあいさつができる地区にする

効果 顔の分かる関係づくりにつながる

○高齢者へのお弁当の配食を継続する



課題まとめ④ 久礼田地区の伝統を次世代につなげていくことができる地域づくり

こうなったらいいな💡

久礼田地区住民がお互いに顔見知りになって、地域にある様々な活動に声をかけやすくなる

そのための一歩👣

☆回覧板以外でも地域行事の際には声かけをする

☆住民一人ひとりが地区民運動会などの地域行事に積極的に参加をする



✧ 私たちが目指す地域 ✧



みんなが主役！ 全員集合な野田！

☆野田地区の良いところ☆

「地域にあるグループごとの活動への『ノリ』の良さ。
『やる』ゆうたら『やる』」
「地区の会は、和やかな雰囲気地域に古くから住んで
いる方も多く、何か面白いことができるのではないかと
希望が持てる」
「校下民運動会で地域の交流ができています」
「学校へ愛校作業、交通等、地域の方がすごく協力的で、
保護者としても助かっている」
「地域住民と保育園、小学校との交流がある」

「小学生も参加する敬老会をしている」
「年数回の清掃活動をしている」
「独居高齢者への配食サービスをしている」
「地域のいきいきサークルの活動が活発」
「町内会、防災会、地区社協、地区民協が組織化している」
「氏神様のお参りが継承されている」
「生活環境の利便性が高い」 など

課題まとめ①

多世代がつながりつなげていく
ことができる地域づくり

課題まとめ②

地域 みんなが野田への興味
関心を持ち支え合える地域づくり

野田地区住民一人ひとりができること

- ☆ 隣近所で会ったらあいさつをする
- ☆ 一人ひとりが声をかけ合うことを意識する
- ☆ おせっかいを遠慮せずにする
- ☆ 地域に関わるきっかけづくりを（親から子へ）家庭内でも行っていく
- ☆ 昔一緒に地域活動（PTA など）を行った人たちへ声をかけてみる
→ つながりの再構築



野田地区の地域でできること

《その① 地域行事を通したつながりづくり》

- 今ある地域活動を継続する
- 子どもも関わる行事、イベントなどで住民同士が関わるができるように企画する
- 若い人達が楽しいと思える交流の機会を検討する



① 弁天様大將軍様のお祭りを地域交流の場とする

- 野田地区みんなが参加し、交流し合える場とする
- お祭り時にサロンのような交流の場を設ける

② 校下民運動会や運動会後のおきゃくを状況をみて復活する

- 新しく地区に入ってきた人、若い人も誘うきっかけにする

《その② 地域の情報発信からの関係づくり》

- アパート住民、自治会加入等に関わらず地域住民が地域について知ることができるよう情報提供、発信をする
- アパートに住んでいる人も地域と関わりがもてるように関係者（アパート管理者等）と協力し合い、情報発信を行う



課題まとめ③

災害時に助け合える安心の地域づくり

野田地区住民ひとり一人ができること・地域でできること

- ☆ 地域に知っている人を増やす
→ 災害時等何かあった時に助けを求めることができる
- 防災意識の向上
（例えば・・・）
→ 地域行事に防災を学べる場所等を設ける
→ 地域で防災について話し合う機会を作る



介護で仕事を辞める前に
ご相談ください！
こんなことはありませんか？

- 父親が倒れた。介護をしなければならないので仕事は辞めるしかないのか。
- 病院への付き添いがいるけど、仕事を休めない。
- 介護のために年休を使い切ってしまった。なにか利用できる制度があれば・・・。
- 会社に介護休業の申し出をしたら、うちには制度がないので、退職するように言われた。

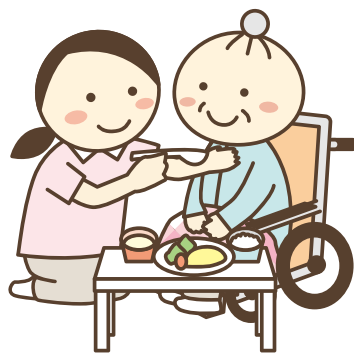
介護休業制度等の概要

仕事を辞めることなく、働きながら要介護状態（※1）の家族（※2）の介護等をするために、以下の育児・介護休業法に基づく制度が利用できます。勤務先に制度がない場合でも、法に基づいて制度を利用できます（所定労働時間短縮等の措置を除く）。

- ※1 要介護状態とは？ 介護保険制度の要介護状態区分が要介護2以上である場合のほか、介護保険制度の要介護認定を受けていない場合であっても2週間以上の期間にわたり介護が必要な状態のときには対象になります。
- ※2 家族とは？ 配偶者（事実婚を含む）、父母、子、配偶者の父母、祖父母、兄弟姉妹及び孫

制 度	概 要
介護休業	要介護状態にある対象家族1人につき通算93日まで、3回を上限として分割して休業を取得することができます 有期契約労働者も要件を満たせば取得できます
介護休暇	通院の付き添い、介護サービスに必要な手続きなどを行うために、年5日（対象家族が2人以上の場合は年10日）まで1日又は半日単位で介護休暇を取得することができます
所定外労働の制限（残業免除）	介護が終了するまで、残業を免除することができます
時間外労働の制限	介護が終了するまで、1か月24時間、1年150時間を超える時間外労働を制限することができます
深夜業の制限	介護が終了するまで、午後10時から午前5時までの労働を制限することができます
所定労働時間短縮等の措置	事業主は、利用開始の日から3年以上の期間で、2回以上利用可能な次のいずれかの措置を講じなければなりません ・短時間勤務制度 ・フレックスタイム制度 ・時差出勤の制度 ・介護費用の助成措置 ※労働者は、措置された制度を利用することができます
不利益取扱いの禁止	介護休業などの制度の申出や取得を理由とした解雇など不利益な取扱いを禁止しています
ハラスメント防止措置	上司・同僚からの介護休業等を理由とする嫌がらせ等を防止する措置を講じることを事業主に義務付けています

- ◇育児・介護休業法の詳細パンフレット（育児・介護休業法のあらまし）はこちら →
- ◇厚生労働省のホームページで「仕事と介護 両立のポイント」と検索していただくと介護をしながら働き続けられるヒントが記載されたパンフレットもご覧いただけます。



仕事と介護の両立のための方法について
一緒に考えてみませんか？

お問い合わせ

連絡先：南国市地域包括支援センター（社会福祉センター内）
8:30～17:15（土日・祝日・年末年始を除く） 電話：088-804-6010（直通）

令和3年度の赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金のお礼と報告

共同募金運動につきましては、多くのみなさまからのあたたかいご支援とご協力をいただきましてありがとうございました。深く感謝申し上げます。

お寄せいただきました募金は、地域福祉活動や福祉施設・団体の事業等に有効に使わせていただきます。みなさまのお力で、これからも引き続き地域福祉の輪を広げていきたいと思ひます。今後とも赤い羽根共同募金に変わらぬご理解、ご協力をお願いいたします。

●赤い羽根共同募金

区 分	金 額
戸 別 募 金	7,852,081円
法 人 募 金	717,525円
学 校 募 金	58,452円
職 域 募 金	139,207円
その他の募金	5,438円
合 計	8,772,703円

●歳末たすけあい募金区分

区 分	金 額
戸 別 募 金	448,502円
合 計	448,502円

みなさまの心温まる善意、誠にありがとうございました。



令和3年度 共同募金寄付法人・団体・企業・学校・個人 名簿（敬称略）

サンシャインカルディア
高知県農業協同組合
南国ひまわり動物病院
高知空港ビル株式会社
禅師峰寺
サンプラザ新鮮館
四国鉱産株式会社
白木谷砕石販売株式会社
（株）オルタステクノロジー高知
（株）トリムエレクトリックマシナリー
旭食品（株）四国支社
パシフィック観光（株）
（株）四国索道工業
高須工業（株）
（株）垣内
久保田食品（株）
美津和産業（株）
（有）クボゾエ建設工業
（有）南国清掃
共栄電気工業（株）
JA高知県長岡支所
四国スッピル工業有限公司
昭和産業（株）
（株）佐々木造園
（有）南国レッカー
コウチ重電工（株）
協同組合テクノ高知
グッドラックカンパニー（株）
高知ヤクルト販売（株）
南国いのうえクリニック
南国ビジネスホテル

南国病院
ホンダカーズ南国
高知県農業協同組合土長地区
岡田歯科
ジョウトク建設（株）
黒潮コンクリート（株）
橋田工務店（有）
宝生寺
医療法人地塩会南国中央病院
医療法人 香美会
土佐石油輸送株式会社
有限会社岩城建築設計事務所
高橋物産 有限会社
栄光工業株式会社
昭栄株式会社
有限会社繁春鉄工所
株式会社藤森運送自動車整備
小栗医院
（株）高知前川種苗十市物流センター
南国建興（株）
JA 高知県十市支所
株式会社 伊藤園
（株）南国緑地建設
四国三和工業株式会社
西島園芸団地
さん花園
仙頭工務店
平山肥料店
なんごくアニマルクリニック
しばた整形外科
西山商事

バイエム興業株式会社
まほろば眼科
（有）南国葬祭センター
有限会社住吉モータース
（有）森下
ひまわり乳業（株）
株式会社アットホーム四国
三愛電気
カーサ・シモダ
有限会社吉本鉄工所
（株）山本工作所
南国厚生病院
藤川養鰻
プロテックタケチ
十市水道
葵重機（有）
（有）安全整備
（有）ゆず庵
吉本皮膚科
ローソン南国明見店
田島牧場
株式会社ニシトミ
ミニパック（株）
（株）三和店装
武内石油店
ヤンマーアグリジャパン株式会社
福川鈴
南国市小学校児童会
南国市役所課長会
南国市社会福祉協議会職員会

もっと**学び**が好きになる

参加者募集中
4月から学習スタート

少人数で学べる小学生の学習の場



対象者：塾（そろばん・英会話を含む）に通っていない小学3～6年生

3・4年生、5・6年生…各曜日概ね10名まで

日 時：毎週**土**曜日…**北部** 毎週**日**曜日…**南部**

3・4年生 9時半～10時50分（主に国・算）

5・6年生 13時半～15時35分（主に国・算・理・社）

北部

後免野田小・長岡小
国府小・久礼田小
岡豊小・奈路小
白木谷小

南部

大湊小・日章小
大篠小・三和小
稲生小・十市小

場 所：南国市社会福祉センター（南国市日吉町2丁目3-28）

利用前に面談を行いますので、下記のお問い合わせ先まで一度ご連絡下さい

学習内容

学校の宿題や、ドリルなど家庭から持ってきた教材を
いつもと違う環境で集中して勉強をします

また、楽しみながらできる**福祉**や**災害**についての勉強や、
地域交流などの学校とは違った「学び」を開催予定！！

4月	ニュースポーツ 交流会	6月	社会見学
8月	夏休み宿題 工作作り	10月	災害について 勉強会
12月	お正月に向けて 制作	3月	遠足

※実費がかかる場合があります。

※参加人数やコロナウイルスの感染状況によっては
プログラムが変更・中止になる場合があります。

送迎可能！

教材はご家庭で
ご用意ください。

進学塾とは
異なります！

お問い合わせ

南国市社会福祉協議会
(088) 863-4444
あったかふれあいセンターまで

okou hoikuen dayori okou hoikuen dayori okou hoikuen dayori okou hoikuen dayori okou hoikuen dayori okou hoikuen dayori



岡豊保育園だより



岡豊保育園のホームページは
こちらからどうぞ



リズムだあいすき！

リズム大好き！！いっぱい体を動かすことを楽しんで
います。お兄ちゃんお姉ちゃんお友だちみたいに、
かっこよくしてみたい！ちびっこ先生になりたい！と
それぞれにいい刺激になっています。



はじめの頃は難しく感じていた動きでも何度も繰り返
し、チャレンジすることによって出来るようになった時
には満面の笑顔の子どもたち。

リズムをやろうと声をかけると「やったあ～！」「リズ
ムやりたい！」と急いで自分たちで椅子を並べる姿や、
リズムの最中にも「次トンボ！！」「ワニやりたい」と元
気な声が響いています。



小さいクラスの子どもたちは、大きいク
ラスの子どもたちの動きを見て待ちきれ
ず、まねっこしたり、走り出す姿もあり、
本当にかわいいです。

きりん組（年長児）はみんなのお手本に
なりとってもきれいで力強い動きです。

そして、お友だちの動きをよく見る姿も
真剣そのもの！



子どもたちにリズムをやってみての感想を聞いた時には、
元気に手をあげて「〇〇くんがトンボの羽根がきれいでした。」
「〇〇ちゃんが馬の時の足がかっこよかった」など良かった所
をみんなの前で発表する声も聞こえてきています。

その姿を他のクラスの子どもたちが見て、まねっこして動いたり発表した
り、みんなの憧れのまtoになっているきりん組（年長児）です。



四月から新しい年度もスタートします。

また仲間も増え、一緒に体を動かす遊びを楽し
んでいきたいと思います。



岡豊保育園 南国市岡豊町八幡922番地1 TEL 088-862-0110 ホームページアドレス <http://nanshakyo.jp/okouhoikuen/>

日常のこんな「困った」「難しい」をお手伝いします！

お金のやりとり
に自信がない…



郵便物の確認が
1人だと不安



通帳や大事な書類を
なくさないか心配



福祉サービスの利用は
どうしたら??



1 通帳・印鑑を預かり、
代わりに
お支払いします



3 福祉サービスの
利用開始を
お手伝いします！

2 郵便物を一緒に
確認します

4 大事な書類を
貸金庫で
お預かりします！

※貸金庫での書類の預かりのみのご利用はできません

日常生活自立支援事業では、
障害や病気、
その他の理由から、
おひとりでは、
生活における判断が難しい方
のお手伝いをしています！

要件等ありますので
くわしくは
お問い合わせください！

TEL: 088-863-4444
担当: 仙頭



学生の制服リユースしています！

様々な事情で制服を購入することが難しいご家庭へ、寄付頂いた制服をお渡ししています。ご希望の方はご連絡ください。

※学校やサイズによっては在庫がない場合もあります。

高 校：岡豊、高知農業、清和女子
中学校：北陵、蔦ヶ池、香長、香南



※今年度、中学校を卒業される方で
寄付いただける方は、お持ち寄り下さい。

お問い合わせ あんしん生活サポートセンター
088-803-4122 (直通)
088-863-4444 (代表)

いつまでも美しく！たくましく！ 春から楽しく運動しませんか？

第10期生 大募集!!

セラバンドや健康器具を使って、
楽しく運動しましょう♪



その他にも・・・

- ・インストラクターによる健康講座
(ヨガ・イスピクスなど)
- ・体力測定
- ・地域活動やボランティアなどのご案内



大人気!!

不安になることが 減ったんです！

骨折して入院してから、筋力が落ちていました。
けど教室に行くようになって、室内では杖を
使わなくなり、不安になることが減ったんです！
声をかけあう仲間もできて、
楽しんでいます♪
(74歳・Tさん)



～参加者の声～

昔からの腰痛が治った！

一番はとっかかり！運動する習慣になったよ。
参加は自由やけど、自分の中で意識づけ・
動機付けになってるかな。
あと昔からの腰痛が治った！
医者から腹筋するように言われ
てたけど僕の場合、家で一人
では中々ね(笑)
(71歳・Sさん)



※効果には個人差があります。

65歳から始める筋力運動教室

【日 時】 令和4年 4月～9月 (半年間)
毎週金曜日 10:00～11:00

【対象者】 南国市在住の65～79歳で、自力で
来所できる方。

※体に負担のかかる運動があるため、年齢
制限を設けています。ご了承ください。

【場 所】 南国市社会福祉センター3階
(南国市日吉町2-3-28)

【参加費】 無料

【定 員】 30名 (※定員になり次第、
締め切らせて頂きます。)

※この教室は、介護予防を目的としています。

【お申込み・お問い合わせ】 南国市社会福祉協議会
☎088-863-4444 (担当: 久保・高橋)

たくさんの愛をありがとう!!

【古切手・プルタブ等】

市山 秀明 様
上田 啓子 様
岡林 優 様
小原 睦美 様
北村 耕一 様
北村 祥多 様
國沢 一之 様
嶋村 亮子 様
武市 巻 様
福永 恵太 様
前田 捷子 様
森本 和幸 様

山本 宝 様
竹村 保夫 様
特定非営利活動法人うーたん 様
特定非営利活動法人うーたん保護者会 様
土佐清風園 様
南国市生涯学習課 様
南国市税務課 様
南国市総務課 様
南国市福祉事務所 様
北陵東地区民生児童委員協議会 様
(有)溝渕勇建材店 様

【介護用品など】

小原 次夫 様

【食料】

山中 久吉 様
尾形 様

【制服】

窪田 純子 様



記載以外にも匿名様よりたくさんいただきました。いただいた寄付は社会福祉事業、ボランティア活動の資金などに活用させていただきます。

なんこく

生活総合相談会

令和4年3月16日 水

18時30分～21時

今夜は
あんしん
しナイト!

(最終受付20時30分)

会場：南国市社会福祉センター

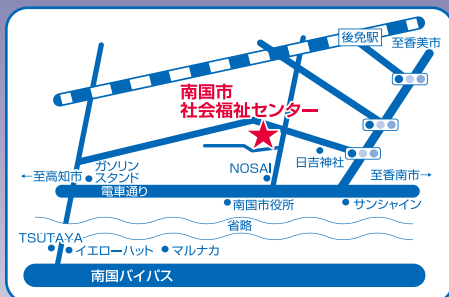
南国市日吉町2-3-28

- 生活に関する様々なことを、専門の機関に相談できます。
- 相談の事前予約を付けています。
- 当日来所されての受け付けも可能です。
※予約の方を優先させていただくため、お待ちいただく場合があります。
- 託児室**をご用意しております。
- どなたでもお気軽にご利用ください。
- 秘密厳守・相談無料
- 来所時、必ずマスクの着用をお願いします。

お問い合わせ先(直通)
088-803-4122

南国市社会福祉協議会
あんしん生活サポートセンター

地図



※新型コロナウイルスの感染拡大予防のため、状況により中止になる場合があります。

メールフォームからも事前予約受け付けています☆



携帯・スマホの方は、こちらのQRコードからアクセスできます

<https://ws.formzu.net/fgen/S86444044/> (PC用)



相談例

- ・法律相談（借金、離婚、遺言、日常生活のトラブルに関する事など）

対応機関

- ・法テラス高知（弁護士）

- ・障がい児(者)の日常生活等に関する事
- ・障害福祉サービスについて知りたい

- ・地域活動支援センター

- ・生活費が足りず、困っている
- ・ニート、ひきこもり

- ・福祉事務所
- ・社会福祉協議会

- ・転職、就職など仕事に関する事
- ・働くことに悩みを抱えている

- ・ハローワーク
- ・若者サポートステーション

- ・高齢の方やご家族からの相談
- ・介護保険サービスについて知りたい

- ・地域包括支援センター

- ・心と体の健康のこと
- ・子育てについての相談

- ・保健福祉センター（保健師）

- ・話をきいてもらいたい
- ・心にたまっているものを吐き出すと少しだけ楽になります。

- ・南国きく会

その他様々な相談内容に応じて専門の相談員が対応します。

主催：南国ネットワーク連絡会
高知県立大学、高知地方検察庁、司法書士、地域活動支援センター「南国」、南国きく会、南国市地域包括支援センター、南国市福祉事務所、南国市保健福祉センター、南国市民生児童委員協議会、なんこく若者サポートステーション、ハローワーク高知、法テラス高知、南国市社会福祉協議会