

2025 しあわせ 4月号

市野瀬



長野



旭町



斧積



第56回土佐清水市社会福祉大会

がんばったで賞 テーマ「宝物」 こども標語コンクール作品紹介

みさきの海 ゆたかにおよぐ さかなたち

三崎小学校4年 窪内 瑛音 さん

大切なのは 人を思う気持ちと 寄り添う心

清水中学校3年 山崎 栞奈 さん

令和6年11月の社会福祉大会受賞作品であるため、当時の学年で掲載させて頂いております。

令和7年4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



社会福祉センター 地下トレーニングジムのご紹介



体力もついて
楽しいです

ここに来るのが
仕事です



周りから
元気になったねと
言われます

社会福祉センター地下トレーニングジムを無料で開放しています。

トレーニングマシンで筋力アップや介護予防に取り組んでみませんか。

なお、新たに利用を希望される方は、トレーニングジム新規利用説明会への参加が必要です。参加を希望される方は、下記事務局までお問い合わせ下さい。

利用対象者

運動する習慣がなく、運動の機会を作りたい方、市民体育館等の公共施設を利用できない方等



開放時間	月	火	水	木	金
9:30～12:00	○	○	○	○	○
12:00～13:00	○	×	○	×	○

お問合せ先

土佐清水市社会福祉協議会 ☎0880-82-3500

〒787-0323 土佐清水市寿町11-9 社会福祉センター1階

令和7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

(個人加入)

普通会員……………1口 1,000円

賛助会員……………1口 2,000円

(団体加入)

団体会員……………1口 5,000円

◎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

電話 (0880)82-3500 FAX (0880)82-4047

令和6年度土佐清水市 災害ボランティアセンター研修会

災害ボランティアセンター支援ネットワーク委員のみなさんを対象に、土佐清水市災害ボランティアセンター研修会を開催しました。

研修概要

①災害ボランティアセンターの概要や役割について

講師：社会福祉法人高知県社会福祉協議会

高知県NPO・ボランティアセンター 所長 間 章氏

- ・過去の災害から考える災害ボランティアセンターの役割
- ・令和6年1月の能登半島地震における災害ボランティアセンターの状況
- ・『ボランティアの「想い」と「チカラ」を最大限に活かして被災された方々が被災前のような安心した生活を取り戻し、地域の支え合いの中で住民が生活できるようにする』という目的の確認

②能登半島地震災害ボランティアを通して

土佐清水市社会福祉協議会 伊勢脇 大

- ・能登半島災害ボランティアセンター支援について説明
- ・寄せられたニーズ、見えてきた課題から考える当市でも起こりうる課題
- ・能登半島地震における、地域のつながりが活きた事例から考える災害への備え⇔平時のつながりづくりの双方向での取り組みの重要性

寄せられたアンケートの結果からは、地域での避難訓練や避難所訓練に関することへの意識の高さがうかがえるとともに、今回のような災害ボランティアセンター研修会について、各地域での開催を希望する、という声が多く聞かれました。

この点を踏まえ、各地域での研修会を開催していくとともに、災害ボランティアセンターの運営訓練についても今後開催する予定としております。お近くで開催の際にはぜひご参加ください。



土佐清水市生活支援・ 介護予防サービス基盤整備事業



in 下ノ加江



2月21日に下ノ加江市民センターにて、下ノ加江地区の第2層推進協議会を開催しました。介護保険サービス事業所よりあがった課題の解決方法として、事業所が住民の力を借りたい部分について、住民側の意見を伺いました。住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、これからも生活課題の解決に向けて話し合いを重ねていきます。



下ノ加江

昔遊び

2月22日(土)



主任児童委員でもあるenneの酒井さんの主催で、下ノ加江地区の民生委員児童委員や有志の方たちのもと、昔遊び体験をしました！

はっばカルタや四国では下ノ加江が生息地の東端と言われるマルバテイショウソウのお話を聞き、最後はあらかじめ作ってくれていた竹とんぼやブンブンゴマにそれぞれが色を塗ったり、竹鉄砲を楽しんだり、みんなが夢中になって遊んでいました。昔の遊び…これからも若い世代に引き継いでいきたいですね！



緑ヶ丘

丘の上のサロン写真撮影会

緑ヶ丘地区「丘の上のサロン」では、年に1回写真撮影会を行っています。普段自分の写真を撮らない高齢者のために、カメラが趣味の住民さんがカメラマンに。

背景のスクリーンやライティング機材等の道具は自前、ソファは近隣から借りてきたものです。第2回となる今年は高知新聞社さんも取材に来られ、一層賑やかに。

参加者からは「来年も1つ年を重ねてまた一緒に撮ろうね」と笑顔あふれる撮影会となりました。



高知の輝く
シニア大賞

第11回高知の輝くシニア大賞を 杉村京子さんが受賞されました。

高知県社会福祉協議会では、平成26年度よりシニアの生きがい・健康づくりについて啓発することを目的に「高知の輝くシニア大賞」として、高知県内で長年地域づくりやスポーツ・文化面で活躍される概ね65歳以上のシニアを表彰しています。

この度、緑ヶ丘の杉村京子さんがシニア大賞を受賞され、表彰状の授与が行われました。

長年にわたり歌謡体操の指導をしてこられ、いきいきサロン活動や地区老人クラブ会長としても地域を牽引してこられました。その活動が評価され、今回の第11回高知の輝くシニア大賞の受賞となりました。おめでとうございます。



ボランティア活動保険

ボランティア活動保険は、日本国内におけるボランティア活動中におこる様々な事故に対する備えとして、無償で活動するボランティアの方々のための補償制度として昭和52年に発足した補償制度です。

ボランティア活動中の様々な事故によるケガや賠償責任を保障する、ボランティア活動保険の受付を行っています。

保険金をお支払いする主な場合

(1) ケガの補償



清掃ボランティア活動中、転んでケガをして通院した



ボランティア活動に向かう途中、交通事故にあって亡くなられた



自転車でボランティア活動に向かう途中、誤って他人にケガをさせた



家事援助ボランティア活動で清掃中、誤って花びんを落としてこわした

令和7年度加入プラン

			基本タイプ	天災・地震補償タイプ
ケガの補償	死亡保険金		1,040万円	
	後遺障害保険金		1,040万円(限度額)	
	入院保険金日額		6,500円	
	入院保険金	入院中の手術	65,000円	
		通院中の手術	32,500円	
	通院保険金日額		4,000円	
	地震・噴火・津波による死傷		×	○
賠償の補償	賠償責任保険金(対人・対物共通)		5億円(限度額)	
年間保険料			350円	350円

補償期間は、令和7年4月1日から令和8年3月31日までです。年度途中で加入した場合は、加入手続きが完了した翌日から令和8年3月31日までとなります。

一度加入すると、その年度内はボランティア活動保険が適用されますので地域での活動のみならず、災害ボランティアなどで市外県外に行って活動する場合も再手続きは不要となります。

詳細はボランティアセンターまでお問い合わせください。

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。
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～

ボッチャを楽しんでいます

越



貝ノ川郷



貝ノ川浦



勝負のときは真剣です!

～4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 火	津呂旧保育所（津呂いきいきクラブ）	17日 木	平ノ段区長場（平ノ段いきいきサロン）
2日 水	貝ノ川郷集会所（貝ノ川郷菜の花クラブ）	18日 金	大津公民館（大津叶崎クラブ）
// //	鳥淵集会所（鳥淵わらびの里クラブ）	19日 土	大浜コミュニティセンター（大浜ぼうず石クラブ）
3日 木	旧浦尻保育園（浦尻すみれ会）	20日 日	鍵掛公会堂（オレンジクラブ）
// //	宗呂上コミュニティセンター（宗呂上さくらんぼ会）	21日 月	市野々公会堂（市野々コスモス会）
// //	下ノ段区長場（下ノ段いきいきサロン）	// //	社会福祉センター（本町いきいきサロン）
7日 月	越連合区長場（越さくら会）	22日 火	下川口浦憩いの家（下川口いきいきクラブ）
// //	布福祉センター（れいわスマイルサロン）	23日 水	権現地区集会所（権現日の出会）
8日 火	足摺岬区長場（足摺ふれあいサロン）	24日 木	布旧保育所（布若葉サロン）
// //	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）	// //	三崎浦区長場（三崎浦さくら会）
// //	爪白区長場（爪白つわぶき会）	25日 金	横峯集会所（横峯たちばな会）
9日 水	権現地区集会所（権現日の出会）	// //	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）	28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）
// //	下川口郷区長場（下川口郷いきいきクラブ）	29日 火	市野瀬集会所（市野瀬いきいきサロン）
10日 木	窪津区長場（窪津ツバキ会）	30日 水	上野区長場（上野いきいきクラブ）
// //	以布利旧保育園（以布利じんべいサロン）	毎週 火・水	旧旭保育園（旭町いきいきサロン）
15日 火	旭町 芝岡さん宅（元町みなとサロン）	毎週 水・金	緑ヶ丘集会所（丘の上サロン）
// //	貝ノ川浦区長場（はまゆうサロン）	未定	みんぼう（栄町華街サロン）
16日 水	浜益野公会堂（白浜会）		社会福祉センター（幸町しあわせサロン）
// //	立石集会所（立石いきいきサロン）		松尾区長場（松尾ふれあいサロン）

※状況によって日程が変更になる場合があります。予めご了承下さい。

しあわせ 4月号

いきいきサロンボランティア紹介

～大津叶崎クラブ～



ボランティアのみなさん♪



市長を囲んで記念撮影!

大津叶崎クラブでは、血压測定や健康体操を行うとともに、ポッチャやダルマ落としといったゲームを楽しむなどしながら毎月集まる機会を作っています。そんな時間のあとはさらなるお楽しみとして、みんなでの会食が待っています。大津叶崎クラブのボランティアさんが作る味噌汁はいつも驚きの美味しさ!!みんなで食べると美味しさはさらに倍!「おいしいね!」の音が参加者からも聞かれます。

いつもステキな笑顔と温かな雰囲気であげてくれるみなさん、これからも楽しいサロンが続いていけるようよろしくお願いします!!



こじやんと達者な じいやん ばあやん



上野

野村 浅古
(あさこ)さん

昭和6年
5月8日生まれ
93歳です!!

東 福重
(ふくしげ)さん

昭和3年
12月20日生まれ
96歳です!!

柿内 英子
(えいこ)さん

昭和7年
10月16日生まれ
92歳です!!

元気の秘訣は★

何でも好き嫌い
なく食べること。

運動すること。
歩くこと。

好き嫌いなく
食べる。手芸。
縫い物。



今回は、上野サロンにいつも参加してくれている3人を紹介します。

みなさん、90歳以上とは思えないくらい、地域のみなさんと一緒に食事をしたり、ポッチャや輪投げなどをしたりして楽しんでいます。

元気の秘訣を聞くと、何でも食べる野村さん、歩くことを心掛ける東さん、手芸が得意な柿内さん、と答えてくれましたが、みなさん年齢以上にお元気です。

これからもお元気で!またサロンでお待ちしています。