

しあわせ

2025
11 月号

養老



下益野



市野瀬



宗呂上



中浜



三崎浦



令和7年11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

<https://tosashimizu-shakyou.com/> E-mail shakyou-s@viola.ocn.ne.jp



第57回 土佐清水市社会福祉大会

令和7年11月26日(水) 13:00~16:00
土佐清水市立市民文化会館 くろしおホール

・動画上映 「土佐清水市 ダーツの旅2025」
元気な地域の活動紹介

・社会福祉活動推進校発表
清水小学校

講演 笑って元気! 落語と笑いヨガ

講師 大野 沙耶花 (花の家 こなつ) 氏
落語もできる 笑いヨガ講師

笑いのチカラで心も身体も元気に
そして人と人をつなげます

・こども標語・絵画コンクール表彰

こじゃんと達者なじいやんばあやん紹介 など

※いきいきサロン等による展示・販売、民生委員によるバザーは11:00から
開催します!!



土佐清水市社会福祉協議会団体会員のご紹介

みなさまのご支援とご協力ありがとうございました。(順不同・敬称略)

(令和7年8月1日~10月10日受付分)

(有)清水車検整備
土佐清水金融団

医療法人たんぽぽ清悠会 松谷病院
医療法人聖真会 渭南病院

～生活福祉資金貸付制度～

お問い合わせ

土佐清水市社会福祉協議会 ☎0880-82-3500
土佐清水市寿町11-9 社会福祉センター1階

この制度は、他の融資制度や給付制度を利用できない低所得世帯や障害者世帯、高齢者世帯等を対象に必要な資金の貸付と必要な相談支援を行うことにより、経済的自立や生活意欲を高め、安定した生活を送れるようにするための国の制度です。高知県社会福祉協議会が実施主体の貸付制度で、相談・受付窓口は土佐清水市社会福祉協議会となります。

対象世帯

低所得世帯

世帯の所得が少なく自立のための必要な資金の貸付を他から受けることが困難である世帯

障害者世帯

身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方のいる世帯

高齢者世帯

65歳以上の高齢者のいる世帯

資金種類	総合支援資金	福祉資金	教育支援資金	不動産担保型生活資金
貸付限度額	15万円～60万円	10万円～580万円	月35,000～月65,000 支度費は50万円以内	3月ごと 30万円以内
償還期間	10年以内	1～10年以内	20年以内	契約終了後 3か月以内

貸付種類や用途により、貸付限度額や償還期間が異なります。詳しくは社会福祉センター内のパンフレットをご覧ください。お問い合わせください。

利用に関する注意事項

- ◆ 世帯全員の就労、就学、疾病、収入、負債状況等詳しくお伺いします。また貸付にあたっては世帯員全員の了承が必要です。
- ◆ 既に契約、発注、購入及び支払済みの経費、借金返済の借り換え、恒久的に生活費が不足している方は貸し付け対象になりません。
- ◆ 申込みから償還完了まで、社会福祉協議会・民生委員が支援します。
- ◆ 申込みの際には、借入申込書のほか、収入を証明する書類、必要経費が確認できる書類、その他資金種類ごとに必要となる書類を提出していただきます。
- ◆ 他制度優先のため他の公的資金の対象となる場合は、この資金の利用はできません。ただし、他の公的資金で必要経費を賄えないと認められるときは、貸付対象となる場合があります。
- ◆ この貸付制度には、所得基準などの各種要件がありその要件に該当しない場合は、貸付対象となりませんのでご留意願います。
- ◆ 来局する前に、必ずお電話ください。

第46回土佐清水市高齢者体育大会 開催！

10月4日(土)土佐清水市立市民体育館で第46回土佐清水市高齢者体育大会が開催されました。

当日は約200名の参加者とボランティアにより、盛大に行われ、下ノ加江チームが優勝の栄冠を勝ち取りました。

参加されたみなさん、ボランティアのみなさん、おつかれさまでした。



清水中学校のみなさんがボランティアとして参加してくれました！



笑って、叫んで楽しい時間を過ごしました。

優勝は下ノ加江チーム
おめでとうございます！

～自分の町を良くするしくみ～ 10月1日～12月31日



赤い羽根共同募金

～ 街頭募金へのご協力ありがとうございました ～



今年も「自分の町を良くするしくみ。」赤い羽根共同募金
が10月1日から全国一斉に始まりました。

10月1日(一部3日)は市内4か所で街頭募金を行い、
行政関係者、福祉団体関係者、清水中学校生徒会、共同募金
助成団体等、たくさんの方々のご協力をいただきました。
皆さんの熱心な呼びかけと、皆さんの温かい善意でたくさん
の募金が集まりました。

令和7年度街頭募金実績 77,999円



地域リハビリテーション推進事業 見る・聞く・知る・体験する

介護予防フェアを産業祭で開催!

日時 令和7年11月29日(土) 9:30～15:00

介護予防フェアは、市民の皆さんの介護への理解や関心を高め、早期発見、介護予防に
取り組むことで、いつまでも自分らしく元気に過ごしてもらうことを目的としています。

★介護相談★

地域包括支援センターの職員が、
介護保険や身体のことなど、お困り
ことを解決するお手伝いをします。

★福祉用具展示★

介護に必要とされる最新の福祉用具を
実際に見て使い心地を体験できます。
協力:(株)マサキ・ウェルフェア

★体力測定★

握力や立ち上がり等を測定しま
す。リハビリ専門職とご自身の
体力を確認してみませんか。

★オーラルフレイル★

オーラルフレイルとは、口の機能が衰えた状態の
ことです。お口の健康チェックしてみませんか。

★ヒアリングフレイル★

ヒアリングフレイルとは、耳の虚弱(聞き取る機能の衰え)とい
う意味です。簡単なチェックリストで耳のフレイルチェックをし
てみませんか。

★ 介護に関する疑問や悩みを解決するチャンスです! 年齢制限はございません。どなたでも参加できます。是非お越しください! ★

お問い合わせ 土佐清水市寿町11-9 土佐清水市社会福祉協議会 0880-82-3500 ★

*内容が変更になる場合があります。ご了承下さい。

成年後見制度の研修会やってます!



権利擁護センターらいとはうすでは、年間5回、成年後見制度に関する研修会を開催しています。地区の皆さんに向けたものから専門職の皆さん対象のものまで、内容や切り口はさまざま。ご興味ある方は、ぜひお問合せください。

【問合せ先】

**権利擁護センターらいとはうす
(社会福祉協議会内) ☎82-3500**



**5月 専門職の皆さん対象に
『任意後見制度』について開催。**

**講師は 四万十市の行政書士
曾根さんです。**



**7月は下浦サロン、 9月は中浜サロンへ。
「成年後見制度」について、寸劇を交えたやさしい研修会を開催しました。**

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。
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い合わせください。



いきいきサロンの風景



爪白



窪津



間 六口さん 土佐清水市内のサロンを絶賛行脚中!



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。

詳しいお問い合わせは、下記連絡先までお気軽にどうぞ。

内 容	日 時	場 所
トレーニングジム説明会	11月19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

〒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

～ 11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)
4日 火	津呂旧保育園(津呂いきいきクラブ)	17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)
5日 水	貝ノ川郷集会所(貝ノ川郷菜の花クラブ)	18日 火	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)	// //	津呂旧保育園(津呂いきいきクラブ)
6日 木	旧浦尻保育園(浦尻すみれ会)	19日 水	立石集会所(立石いきいきサロン)
// //	下ノ段区長場(下ノ段いきいきサロン)	// //	小方青年会館(小方清流クラブ)
// //	宗呂上コミュニティセンター(宗呂上さくらんぼ会)	// //	浜益野公会堂(浜益野)
7日 金	貝ノ川浦区長場(はまゆうサロン)	20日 木	鍵掛公会堂(オレンジクラブ)
10日 月	越連合区長場(越さくら会)	// //	布旧保育所(布若葉サロン)
// //	布福祉センター(れいわスマイルサロン)	// //	平ノ段区長場(平ノ段いきいきサロン)
11日 火	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)	// //	下益野区長場(下益野せせらぎ会)
// //	足摺岬区長場(足摺ふれあいサロン)	25日 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)	26日 水	権現地区集会所(権現日の出会)
// //	宗呂下区長場(宗呂下コスモス会)	27日 木	下浦青年会館(下浦とびうお会)
12日 水	加久見区長場(加久見いきいきクラブ)	// //	三崎浦区長場(三崎浦さくら会)
// //	養老区長場(養老いきいきクラブ)	28日 金	船場集会所(船場あじさいサロン)
// //	爪白区長場(爪白つわぶき会)	// //	中浜会館(中浜万次郎クラブ)
// //	権現地区集会所(権現日の出会)	// //	横峯集会所(横峯たちばな会)
13日 木	社会福祉センター(幸町しあわせサロン)	30日 日	上野区長場(上野いきいきサロン)
// //	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)
// //	窪津区長場(窪津ツバキ会)	毎週水・金	緑ヶ丘集会所(丘の上サロン)
14日 金	漁協2階(えび天戎町)	未定	みんぼう(栄町華街サロン)
17日 月	大津公民館(大津叶崎クラブ)		久百々集会所(久百々いきいきクラブ)
// //	市野々公会堂(市野々コスモス会)		大浜コミュニティセンター(大浜ぼうず石クラブ)
// //	社会福祉センター(本町いきいきサロン)		

いきいきサロン紹介

～ 足摺岬ふれあいサロン ～

足摺岬ふれあいサロンは、毎月第2火曜日に開催しています。サロンボランティアが調理したお弁当を帰りに全員に渡しており、毎回おいしくいただいています。

また、区長が送迎をしてくれており、地区内の遠方の方でもサロンに参加することができます。

今後、足摺岬保育園の園児との交流会やミュージックケア、地域安全協会の講話など、色々な行事を予定しています。



鍵掛集会所



鍵掛(オレンジクラブ)



介護予防拠点として、新しい集会所が鍵掛地区に完成し、令和7年10月20日(月)よりいきいきサロンも新しい集会所に移って新たにスタートしました。

今までは高い所にあり、足腰の不自由な方は上がっていくのが大変でした。新しい集会所は国道沿いにあり、バリアフリーでシルバーカーの方も歩いて行くことができます。せっかく新しい集会所ができたので、月に1回のサロン以外の日にも集まろうと話合いが行われていました。

これからどんどん集会所を利用して介護予防に努めて、地域みんなで元気になっていきましょう。



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。