

しあわせ



元町



我町



津呂



グリーンハイツ



横峯



鳥淵



令和8年1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



新年の挨拶



謹んで新年のご祝詞を申し上げます。
平素より当会の活動にご支援とご協力を賜り心より感謝申し上げます。

さて、昨年は地震や大規模火災など、記録や記憶に残る災害が発生した年でありました。予期せぬ災害はいつでも起こり得ることであり、すべての人に影響を及ぼしますが、特に高齢者、障害のある方、子ども、生活に困窮する方など社会的に脆弱な立場にある方々に深刻な影響を及ぼします。

令和7年度は、法改正により災害時の福祉支援の重要性が明文化されました。住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、日ごろの備えは勿論のこと、所属組織や分野、世代、援助するされるという関係を越えて繋がり、助けあえる地域を創りあげていくことが求められます。

取り組むべき課題が少なくない中、当会は、地域福祉を推進する中核的な役割を果たせるよう、「誰もが安心して暮らすことのできる福祉のまちづくり」の実現に向けて、本年も事業展開を行うて参ります。

今後、各団体、地域の皆様のご協力ご指導を頂きながら、役員一丸となつて、これまで以上に気を引き締め、福祉のまちづくり・地域づくりに取り組んで参ります。

今年もよろしくお願ひ申し上げます。



土佐清水市社会福祉協議会

会長 横山 周次



第16回子ども絵画・標語コンクール がんばったで賞

第57回土佐清水市社会福祉大会に伴い、「〇〇の自慢」をテーマに募集した第16回子ども絵画・標語コンクールにおいて、絵画の部のがんばったで賞に選ばれた方々の作品です。尚、標語部門のがんばったで賞に選ばれた方々の作品は、次号より随時紹介させていただきます。

テーマ 〇〇の自慢



清水小学校2年
仮谷 大稀さん



三崎小学校2年 山崎 亜雄さん



三崎小学校3年 黒田 颯矢さん



清水小学校3年 久保 奏恋さん



清水中学校2年 林 椿さん



清水中学校2年 前田 楓花さん



清水中学校3年 扇喜 杏花さん

地域リハビリテーション推進事業



令和7年11月29日に産業祭で**介護予防フェア**を開催しました。握力や立ち上がり回数などの体力測定やヒアリングフレイル(耳の聞こえのチェック)・オーラルフレイル(お口の健康チェック)・介護相談、福祉用具の展示などを行い、多くの方に介護への理解や介護予防に関心をもってもらう機会となりました。



介護予防フェアコーナー



体力測定



お口の健康チェック



三崎浦地区



防災キャンプ開催!



11月22日、三崎浦の五代地北避難場所で防災キャンプを開催しました。五代地北の避難場所に20名を超える地域住民が集まり、避難場所の確認、簡易トイレの作成、そしてお昼には、自然のかまどで火をおこして防災食の試食を行いました。

今後も少しずつ足りないものを整備しながら、万が一に備えて行きたいとのことでした。そして、地区内の他の避難場所でもこういった活動を広げていきたいといった声も聞かれました。



福祉大会 開催!!



ることができました。当日は200人を超える多くの方々にご参加いただきました。

長(清水小学校)



＊いきいきサロン・各団体による展示・販売

こども民生委員活動について発表をしてくだり、実際に地域を訪問した体験報告を分かん生全員で合唱と南中ソーラン節を披露し大きな拍手が湧きおこっていました。

各地域のいきいきサロンから、おいしいものや手芸品が届けられました。大方生華園、四万十なかまの会の出店や、民児協のバザーなど、多くの方で賑わいました。



「言葉と笑いヨガ」

(の家こなつ)氏



こなつこと大野沙耶花さんを講師に「言葉と笑いヨガ」、後半はユーモアを介さない笑いで免疫力が上がったり、ストレスがなくなってきています。実は、面白い話でも同じような効果があるそうです。あっという間に時間が過ぎ、参加者

＊動画上映 ダーツの旅2025



動画で、いきいきサロンを中心とした、各地域の活発な活動紹介を行いました。



ありがとうございました!!



第57回 土佐清水市社会

令和7年11月26日(水)市民文化会館において、土佐清水市社会福祉大会を開催す

表彰式

子ども絵画・標語コンクール



市長賞

第1部 久寿 遼太郎 清水小3年 第2部 内原 絋 清水中3年 第3部 山下 永煌 足摺岬小4年

会長賞

第1部 竹内 蒼依 清水小3年 第2部 植田 優菜 清水中2年 第3部 細川 陽菜 三崎小6年

(敬称略)

※受賞作品につきましては、広報しあわせ2025年12月号をご覧ください。

第16回 子ども絵画・標語コンクール作品展示

「〇〇の自慢」をテーマに、絵画134点、標語316点、合計450点の力作が寄せられました。



元気高齢者の展示紹介

広報しあわせ「こじゃんと達者なじいやん ばあやん」のコーナーで元気な高齢者の方を紹介中です。地域にお住まいの元気高齢者の情報をお寄せください。



社会福祉活動推進校発表

清水小学校は、今年から取り組んでいる... 民生委員の活動について学んだりやすく発表してくれました。後半は、5... てくれ、子どもたちの堂々とした発表に、大



講演「笑って元気！落語」

講師 大野 沙耶花(花)



落語もできる笑いヨガ講師、花の家... 迎え、前半はユーモアを介する笑い「落... い「笑いヨガ」を体験しました。笑うこ... が軽減したりと健康に良いことがわか... 笑うこと、作り笑いで笑うこと、どちら... 「落語」の披露と「笑いヨガ」を体験... は楽しく笑顔で学ぶことができました。



第14回 高知フードドライブキャンペーン

ご協力ありがとうございました!

2025年10月1日(水)~11月30日(日)のキャンペーン期間中、皆さんからたくさんの食品を提供していただきました。

「もったいない」を「ありがとう」へ。

ご提供いただいた食品は、生活に困窮し食品を必要としている方々にお渡しします。大切に使用させていただきます。どうもありがとうございました。



9月17日、11月24日
株式会社ラクール様より
たくさんの食料品のご寄付を
いただきました。
いつもありがとうございます。



ボランティアセンターコーナー



いきいきボランティア活動推進事業

令和7年度ボランティア研修会



ボランティア活動に関する知識や活動について楽しく学び、高齢者のニーズ(要望)に対応できるボランティアの育成を図ることを目的として開催します。皆様お誘いあわせの上、是非ご参加ください。

- ❁ 日 時: 令和8年1月27日(火) 13:30~15:30
- ❁ 場 所: 土佐清水市社会福祉センター 3階 大会議室
- ❁ 内 容: ①演題: 「やってよかったボランティア」
講師: 高知県ボランティア・NPOセンター
所長 仙頭 正輝 氏
②意見交換・質疑応答等
- ❁ 対 象: 地域福祉活動に興味のある方どなたでも

イイネ!
👍



※参加希望の方は、会場等の都合がありますので
1月21日(水)までに事務局までご連絡下さい。

土佐清水市ボランティアセンター
寿町 11-9 TEL82-3500

権利擁護センター「らいとはうす」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。

誰もが意思と権利を守られて自分らしい生活続けることができる。

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 82-3500
土佐清水市寿町11番9号 社会福祉センター内

～ 1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)
7日 水	鳥淵集会所(鳥淵わらびの里クラブ)	21日 水	浜益野公会堂(白浜会)
8日 木	旧浦尻保育園(浦尻すみれ会)	// //	立石集会所(立石いきいきサロン)
// //	窪津区長場(窪津ツバキ会)	// //	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)	22日 木	布旧保育所(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)
9日 金	貝ノ川浦区長場(はまゆうサロン)	// //	三崎浦区長場(三崎浦さくら会)
// //	漁協2階(えび天戎町)	23日 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)	// //	中浜会館(中浜万次郎クラブ)
// //	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)	26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)
// //	宗呂下区長場(宗呂下コスモス会)	27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)	28日 水	加久見区長場(加久見いきいきクラブ)
14日 水	貝ノ川郷集会所(貝ノ川郷菜の花クラブ)	30日 金	横峯集会所(横峯たちばな会)
15日 木	下益野区長場(下益野せせらぎ会)	// 金	上野区長場(上野いきいきサロン)
// //	平ノ段区長場(平ノ段いきいきサロン) <small>※体操のみ</small>	6(火)・20(火)	津呂旧保育所(津呂いきいきクラブ)
19日 月	市野々公会堂(市野々コスモス会)	14(水)・28(水)	権現地区集会所(権現日の出会)
// //	大津公民館(大津叶崎クラブ)	毎週火・水	旧旭保育園(旭町いきいきサロン)
// //	布福祉センター(れいわスマイルサロン)	毎週水・金	緑ヶ丘集会所(丘の上サロン)
20日 火	元町 武田さん宅(元町みなとサロン)	未定	久百々集会所(久百々いきいきクラブ)
// //	鍵掛公会堂(オレンジクラブ)		みんぼう(栄町華街サロン)

いきいきサロンボランティア紹介

～ 下川口郷いきいきクラブ ～

生け花の前で記念撮影♡



ボランティアさん手作りの
莓大福は絶品！♡



おめでとう！

下川口郷いきいきクラブは、2ヵ月に一回偶数月に開催しています。

誕生月の方にはハッピーバースデーの歌とお花のプレゼントが贈られており、この日は3の方がお祝いされていました。

毎回、ボランティアさんが参加者の方が楽しめるような内容を考えて準備をしてくれ、この日は12月最後のいきいきサロンということで、生け花に挑戦。「なかなか難しいね～」と言いながらも、生けていくうちにそれぞれの個性が光った素敵な生け花が出来上がりました。

これからも地域の集いの場として、楽しく温かいサロンが継続していけるよう、ボランティアの皆さんよろしくお祈りします！



こじゃんと達者な じいやん ばあやん

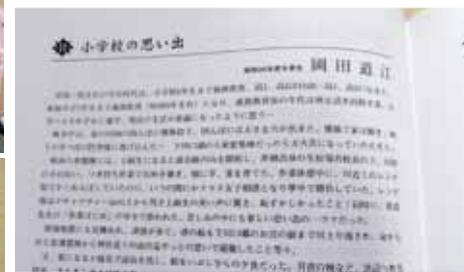
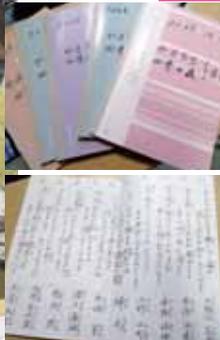


汐見町

岡田 道江 (みちえ)さん

昭和8年9月30日生まれ 92歳

元気の秘訣は「声を出すこと、書くこと」



下川口小学校の休校記念誌

下川口で生まれ育ち、建材の仕事をしていたご主人とお見合いで結婚。家事や子育てをしながら、市職を定年まで勤めました。多忙な中、40年以上続けているのが詩吟。現在も公民館のサークル活動を楽しみ、毎年発表会にも出ています。

以前は新聞の「小社会」の書き写しを日課としていましたが、現在は「やまもも」と「四季の森」に。美しい字で丁寧に書かれたノートが何冊も並び、中でも百人一首の書き写しは圧巻です。7年ほど前に大病をして引退されましたが、今も真っすぐな背筋は日本舞踊の賜物ですね。

「私は畑もしてないし、何にも特別なことはない」と謙遜されますが、詩吟・書道を続ける傍ら昨年度で休校となった母校・下川口小学校の休校記念誌に「小学校の思い出」と題し寄稿されるなど、とても多才な方です。いつも笑顔の道江さん、これからも趣味を楽しみながらお元気で過ごしてくださいね。



立派なサボテンのあるお庭

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。