



# SHIMANTO しまんと

令和 5 年  
12 月号  
DECEMBER

四万十市社協 🔍



PICK UP! 古津賀2丁目地区健康福祉委員会ハロウィンイベント  
(関連記事2ページ)

地域福祉情報ひろば (古津賀2丁目ハロウィン/わなげ大会)	———	2	ページ
(新町・京町・中小交流/地域づくり講座/後川地域交流祭)	———	3	ページ
連載「地域のいきいき活動」Vol.88 赤松団地地区	———	4	ページ
ゆずります・ゆずってください (12月情報) / 社協会員のお礼	———	5	ページ
おもいやり市始動/法律相談/寄付の御礼	———	6	ページ





## 古津賀2丁目地区健康福祉委員会 ハロウィンイベント

10月22日(日)、古津賀2丁目  
ハロウィンイベントが開催されま  
した。未就学児から小学生の子ど  
もたちが華やかに仮装し「トリッ  
クオアトリート」の掛け声とも  
に地区内をめぐり、お菓子を手に  
していました。中には、大人が本気  
で仮装された姿に泣いてしまう子  
どもも見られ、イベントは大盛況  
の様子でした。



この取り組みはコロナ禍前から開  
催されており、久しぶりの開催に  
子どもたちや保護者はもちろん、  
地区内のグループホームの入居者  
や職員、地域の方もとびきりの笑  
顔があふれていました。  
また、以前は参加者として楽し  
んでいた中学生が今度はボランテ  
ィアとして参加され、イベントを  
通してつながりを深め、さらに地  
区が活気づけられています。

## 中村新町×中村京町×中村小学校 世代間交流

10月22日(日)、中村小学校に通う新町・京町・本町地区子供会と新  
町・京町の健康福祉委員会が交流会をおこないました。この交流会は、  
同じ地区の子どもたちが地域住民と顔見知りの関係を築くことを目的  
に開催され、保護者とともに地域の方と「むかし遊び」を通して交流を  
深めました。



おじやみでは、地域の方による3つのおじやみキャッチや片手で巧み  
に操る姿に歓声があがっていました。一方、手作りの折り紙めんどでは、  
子どもたちから地域の方に折り方を教えている姿も見られ、楽しいひと  
時を過ごされました。

交流会後、子どもたちからは  
「楽しかった!」との声が多く聞  
かれたほか、地域の方からも「交  
流の機会がこれからもあるとえ  
いね」「普段関わることが少ない  
から、楽しかった」と素敵な声  
聞かれました。

## 地区単位の生活支援・助け合いの 地域づくり講座

11月11日(土)、高知県社会福祉協議会の谷口友哉様  
を講師にお招きし、「地区単位の生活支援・助け合いの  
地域づくり」を開催しました。この講座は、多様な地域  
課題の解決及び生活支援の担い手として活躍できる機  
会の創出に向けて開催し、当日は32名の方が受講され  
ました。

講座では、孤立に陥りやすいという日本人ならではの  
特徴や孤立を解消するための地域づくりのヒントな  
どを身近な課題や取組みを通して学ぶことができま  
した。

また、四万十市の助け合いに関するアンケート結果  
の報告、助け合いの仕組みの1つある「四万十市助け愛  
隊事業」について説明させていただきました。



今月も盛りだくさん!



# 地域福祉情報ひろば



YouTube 見てね!



## 第6回四万十市健康福祉委員会 わなげ交流大会開催

10月28日(土)、第6回四万十市健康福祉委員会わなげ交流  
大会を開催し、44チーム(249名)に出場いただきました。昨  
年度までは新型コロナウイルス感染症対策として規模を縮小し  
て2部制での開催でしたが、今年度は従来通りの開催となり、  
熱戦が繰り広げられました。また、明治安田生命高知支社土佐  
中村営業所様にご協賛いただき、大会を盛り上げていただいた  
ほか、ボランティアとして高校生10名の参加もあり、みなさま  
のご理解・ご協力のおかげで無事に大会を終えることができま  
した。本当にありがとうございました。

わなげ交流大会当日の様子は、YouTubeでご覧いただ  
ける他「天晴れ!けんふく」第3号にてご紹介しますので、お  
楽しみに★

### 大会結果



- 【団体の部】
- W1 優勝 平野地区健康福祉委員会A
- 準優勝 串江地区健康福祉委員会A
- 第3位 自由ヶ丘地区健康福祉委員会A
- W2 優勝 横瀬地区健康福祉委員会
- 準優勝 板ノ川地区健康福祉委員会B
- 第3位 井沢団地健康福祉委員会A
- 明治安田生命賞(チームワーク賞) 自由ヶ丘地区健康福祉委員会B
- 【個人の部】
- パーフェクト賞4名 最高齢賞3名

## 後川地域交流祭2023開催 とにかく集まって笑いました♪

11月5日(日)、利岡小学校で後川地域  
交流祭2023が開催され、総勢200名以  
上の参加のもと、走らない運動会・防災訓  
練を実施しました。このイベントは後川地  
域の住民座談会で、地域交流の減少・後川  
中学校の活用といった地域課題の解決に  
向けて実行委員会が立ち上がり実現しま  
した。後川地区区長会だけではなく、  
主に後川地域にある企業(11社)からも協  
賛いただき、利岡小学校や利岡保育所にも  
協力いただき、サブタイトル「とにかく  
集まって笑いな祭(サイ)〜」のとおり、みん  
なで楽しく過ごことができました。後川  
地区自主防災会の支援もあり、交流祭の後  
は炊き出しカレーをみんなで食べ、消火器  
の訓練も実施しました。久しぶりに顔を合  
わせた人や子どもたちの参加もあって、賑  
やかなイベントとなりました。

交流祭当日の様子は、YouTubeで  
ご覧いただけますので、ぜひご覧になっ  
てください♪

YouTube 見てね!





# 地域のいきいき活動



Vol. **87**  
赤松団地地区  
健康福祉委員会

## 屋内と屋外の活動で 誰もが参加しやすい環境づくり

### 2グループに分かれて 介護予防活動

今回は、「赤松団地地区健康福祉委員会」の活動を紹介します。赤松団地地区は、毎週木曜日に介護予防に取組んでいます。男性陣が外でグラウンドゴルフに取組む傍ら、女性陣は室内でいきいき体操やわなげに取組み、二手に分かれて介護予防に取組んでいるのが特徴です。

屋外では和気あいあいとした雰囲気です。「その日の芝生の成長具合によってグラウンドゴルフの難しさが違う」と話されながらもホールインワンを決める元気な参加者の姿がありました。一方、屋内では、いきいき体操に取組みながら、お菓子を囲んで日頃の様子や出来事について楽しく談笑し、和やかな時間を過ごしています。

地区で取り組みたい内容が複数ある場合、グループ別に活動したり曜日ごとで活動を変更したりすることも多くの方が楽しめる工夫のひとつですので、ぜひご検討ください♪



ナイス  
ショット

### 「集いの場に男性の参加者が 少ないのはなぜ？」

健康福祉委員会へおじゃました際、女性の参加者の割合が高いと感じることも多いのですが、厚生労働省老健局老人保健課が実施した調査でも「男性」が20.4%、「女性」が79.6%と集いの場の参加の大半を女性が占めている結果となっています。

その要因として、男性は定年退職後になかなか地域と関わりが持ちにくい点や、男性と女性の人付き合いの差などが挙げられます。

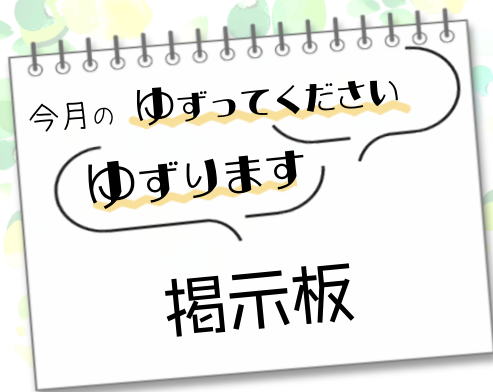
一方、男性のみのグラウンドゴルフや役割のあるイベントなどでは男性の活躍を目にすることも多いです。そこでまずは自分たちが「楽しそう、取組んでみたい！」内容を一緒に考えてみませんか？

地域の様々な活動について  
生活支援コーディネーターに  
情報をお寄せください。



山口 由貴      小倉 孝雄  
四万十市社協 ☎35-3011





## “もったいない”を再活用する市民の掲示板です。

- ・12月4日(月)までポストにて受付しています。
- ・大きい物、重い物、生き物、植物、食べ物、危険物は取り扱いしていません。
- ・物品の状態によっては、取り扱いができない場合があります。
- ・申し込みが多数の場合は抽選となり、当選された方のみ連絡します。



社協（本所・西土佐支所・一条の里）に設置しています。



### ゆずります登録一覧

No.	物品名	物品状態(型式・サイズ・色・使用年数など)
2-173	ランドセル	赤。使用あり
2-174	エリス 新・素肌感	20.5 cm羽根つき (22 枚入)
2-176	ジュニアシート (背なし)	貰い物で使用機会は1～2回
2-177	小型犬用キャリーケース	5年程前購入。使用1回。幅35 cm 高さ35 cm 長さ55 cm
2-178	毛糸の編機	
2-180	中村高校セーラー服 (冬・夏用)	Mサイズ
2-181	練習用 竹刀	長さ114 cm、中学生用、3本
2-182	ミシン収納台 (フリップ付き)	折りたたみ時：59×42×高さ73 cm 広げた時：59×89×高さ73 cm
2-183	Canon プリナーインク	340XL ブラック・341XL カラー
2-184	敷ふとんカバー	105 cm×200 cm (白) 未使用、2枚
2-185	客用座布団	60 cm四方、4枚
2-186	子供用着物	アンサンブル 紺 小学4～5年生くらい
2-187	クリスマスツリー	高さ115 cm、電飾・飾り有、外箱なし。年1回、5年程使用。

### ゆずってください登録一覧

No.	物品名	物品状態(型式・サイズ・色・使用年数など)
198	タープテントワンタッチ	3m×3m サッカーの子ども達の日除けとして (複数可)
204	ポータブルDVDプレイヤー	小さい子どもに見せたいため
210	体操服・算数セット	具同小学校1年生130 cm希望。算数セット1年生が使用。
214	バスケットボール	小学5年生以上用のボール
227	セキセイインコの暖房器具	
228	中村南小学校 体操服上下	サイズ130 cm

### ご注意ください



物品については、“ゆずります”と“ゆずってください”が一致したときに初めてお渡することになっています。一致しない場合もたくさんありますが、それまでは必ず自宅での保管をお願いしていますので、持ち込みはご遠慮ください。

「ゆずります登録カード」に書いていただいた物品の状態と、現物を確認した際に状態が大きく違うことがありますので、できるだけ具体的な記入をお願いします。

## 社協会員(自治会・団体)のお礼 社協の活動にご理解・ご協力いただき誠にありがとうございます。

### ●自治会会員

中村大橋通7 / 中村一条通2・3・4・5・於東町 / 中村東町1 / 中村東町3 / 中村新町 / 中村岩崎町 / 井沢 / 水戸 / 佐岡 / 古津賀2丁目 / あいのさわ団地 / 田野川甲 / 実崎 / 初崎 / 民部 / 三里 / 大屋敷 / 西土佐奈路 / 西土佐半家 / 西土佐中組 (敬称略) 11月15日時点

### ●団体会員

四万十市身体障害者連盟 / 四万十市老人クラブ連合会 / 四万十市シルバー人材センター / 四万十市スポーツ協会 / 四万十市金融協会 / 四万十市建設協会 / 碧の会 / 有限会社白木保険事務所 / 株式会社文化堂印刷所 / 株式会社文誠堂 / ハタジムキ / ㈱柏原冷熱設備 / 勝瀬防災 / 多仲防水 / 関㈱中村支店 / 小西石油㈱ / 中村塗装 / 株式会社楓商店 / 中村バス / 医療法人森下会森下病院 / 医療法人一条会渡川病院 / 高知県介護の会 / 介護老人福祉施設四万十の郷 / 社会福祉法人一条協会 / 社会福祉法人黒潮福祉会 / 社会福祉法人西土佐福祉会 / 社会福祉法人幡多手をつなぐ育成会 / 多機能事業所「アオ」 / 若草園 / めぐみ乳児保育園 / ひかりこども園 / 社会福祉法人ゆめのき / 西富山健康クラブ / カツラ山地区健康福祉委員会 / 大用地区健康福祉委員会 / 串江地区健康福祉委員会 / 水戸地区健康福祉委員会 / 平野地区健康福祉委員会 / 自由ヶ丘健康福祉委員会 (敬称略) 11月15日時点

# お知らせコーナー

しまんと  
SHIMANTO

四万十市協会のより  
令和5年12月

224号

四万十市社会福祉協議会  
本所 787-0012 四万十市右山五月町8番3号  
西土佐支所 787-1603 四万十市西土佐用井1110-31  
一条の里 787-0023 四万十市中村東町2丁目4番13号

TEL35-3011  
TEL31-6111  
TEL34-3636

FAK35-5241  
FAK31-6112  
FAK34-3859

Follow us

Facebook



youtube



LINE



野菜等を栽培されている皆様へお願い。  
たくさん採れた野菜、規格外の野菜、古米等  
「**おもいやり市**」にぞ寄付ください。

**おもいやり市**  
採れすぎた野菜等を生活にお困りの方へ

**12月始動**

**ついでに相談 受付中!**  
受付時間 平日の9:00~17:00

社会福祉協議会が窓口になり、福祉総合相談を受付しています。四万十市社会福祉法人連絡会のネットワークを活用して課題の解決に努めていきます。

四万十市社会福祉法人連絡会

事務局 | 四万十市社会福祉協議会 四万十市右山五月町8-3 TEL 0880-35-3011 FAX 0880-35-5241  
あゆみ福祉会/一条協会/高知県知的障害者育成会/幡多手をつなぐ育成会/ほっとハート/黒潮福祉会/南海福祉会/西土佐福祉会/梶の木福祉会/愛生福祉会/栄光会/ひかり会/めぐみ会/ゆめのみ/四万十市社会福祉協議会

## 弁護士による無料法律相談(※予約制)

- 時** 12/4 (月)・12/18 (月)・1/5 (金)・1/15 (月) 13:30~15:30  
(相談時間は、1人あたり30分になります)
- 場** 四万十市社会福祉センター
- 対** 原則、四万十市在住の方が対象になります。
- 他** 予約受付時に相談内容の簡単な聞き取りを行います。

相談無料  
秘密厳守



**申問** 四万十市社会福祉協議会 ☎35-3011

## ありがとうコーナー 10/1~10/31 受付分

### 食料品等(団体)敬称略

フジ中村店 フジグラン四万十

### 食料品等(個人)敬称略

<匿名> 4名

### 古切手・プルタブ等(個人)敬称略

有友 大	入川小百合	岡崎 孝幸	松岡 和代	吉田美代子	川上けい子	小野 峯代
遠山 正穂	小野 洋子	宮村 禎介	森下 幸雄	西川満壽代	土居 優生	江口 佳代
江口 裕明	山崎 節子	今城千代春	岡崎 誠	江川 太陽	関本佐知子	山本 悦子
中内 温子	坂本 好	平野 和男	平野 絹子	中屋 恵子	<他匿名>	

### 古切手・プルタブ等(企業・団体)敬称略

大英環境機構(有)・伊才原健康福祉委員会・一条通南京会・喫茶オーレ・Café リノ・すまいる不動産・大屋敷部落・朗読の会「虹」・鈴ハイヤー(有)・有岡ハイヤー・四万十市人権擁護委員協議会・磯ノ川地区健康福祉委員会・木田商会・三共コンクリート(株)・田野川甲・文芸はた編集委員会・豚座建設(株)・不破八幡宮・サイバラ建設(株)・福原建設(株)・田野川甲地区健康福祉委員会<他匿名>

古切手等は高知県社会福祉協議会を通じて各収集体へ送り、活動資金等に充てられています。又、食料品等は四万十市内等の方で食料を必要としている方に提供させていただきます。皆さまの温かい善意が社会福祉に役立てられています。ご協力ありがとうございました。