



SHIMANTO
しまんと

令和 7 年
3 月号
MARCH

四万十市社協 🔍



PICK UP!

具同小学校からの地域交流会（関連記事 2 ページ）



Contents (主な内容)



地域福祉 活動ひろば	具同小学校からの地域交流会/支えあいマップづくりの提案 2 ページ 災害ボランティアセンター基礎研修開催報告 3 ページ 赤い羽根共同募金 令和8年度事業への助成要望 受付開始
特集	楽しく！元気に！老人クラブで活動中！ 4 ページ
【連載】 地域のいきいき活動	Vol.102(緑ヶ丘健康福祉委員会) 5 ページ
お知らせコーナー ありがとうコーナー	法律相談/社協会費・日赤・赤い羽根共同募金・寄付の御礼 6 ページ



地域福祉活動

ひろば



具同小学校6年生が「ニコニコ笑顔で地域の高齢者を元気に」と題し、総合学習の時間に健康福祉委員会の方々と交流会を催しました。

企画・準備等は6年生が行い、劇やお笑い・創作・ボッチャと盛りだくさんの内容で、創作活動では、松ぼっくりを用いてクリスマスツリー作成を行いました。児童と作ったものを互いにプレゼントしたり、協力しながら作成する様子が見られ、「家に飾らなね」との声も聞かれました。

また、ボッチャでは、年齢の壁を越え、一緒に楽しむ様子が見られ、参加してくれた具同地域の方々も「元気をもらえ」「たのしいね」と充実した時間を過ごされていました。

～生活支援コーディネーターからのお誘い～

支えあいのマップづくりをしませんか🎵

支えあいのマップ作りとは、地域の中で困っている人や手助けが必要な人の情報を共有し、地域でどのようなことができるのかを話し合ったり、把握をしたりすることで、住民誰もがいつまでも住み慣れた地域で生活ができる様、住宅地図を用いて話し合いをする事です。住宅地図にシールで印をつけたり、つながりを線で表すことで、視覚的に支え合いが見えてきます。

「うちの地区はマップを作らなくても、
だいたいわかっているけど・・・」

→個々で把握している情報をマップに改めて
落としこむことで、不足している支援や全
体像がハッキリと見えてきます！新たな地
域の魅力や課題に気づききっかけ作りにも！

「プライバシーの侵害にならないか心配・・・」

→住民がすでに知り得ている事を出し合う
だけなので問題ありません。
ご近所の支えあいの目的のみにマップを
作成するので、部外者(地区以外の人)へ
は公表しません。



自治会・健康福祉委員会活動など、幅広く活用できます！
社協がお手伝いしますので、お気軽にご連絡ください。

☎ 35-3011

災害ボランティアセンター-基礎研修開催

1月11日(土)、社会福祉センターにおいて災害ボランティアセンター運営基礎研修を行いました。今回の研修は、災害ボランティアセンターを知ってもらうことを大きな目的として災害時の相互協力協定を結んだ四万十ライオンズクラブの会員さんを中心に総勢34名が学びました。

高知県社会福祉協議会から災害ボランティアセンターの役割について情報提供があった後、能登半島地震における石川県でボランティア活動をした体験談や災害ボランティアセンターの運営に関する内容を聞き、基礎となる話や現地での様子を真剣に聞き取っていました。

座学だけでなく模擬訓練も行い、受付からオリエンテーション、ボランティアのマッチング・送り出しまでの流れを運営側役とボランティア役に分かれ体験してもらいました。初めての方が多くいる中でスムーズにはいきませんが、課題が多く見つかる実りある研修になりました。

近い将来発生すると言われていている南海トラフ地震に備え、多くの皆さんに災害ボランティアセンターを知ってもらい、運営が機能するよう研修を重ねていきますのでご協力をお願いします。



赤い羽根共同募金

令和8年度事業への助成要望 受付開始

四万十市共同募金委員会は、四万十市で地域福祉の推進を図る活動を行う団体に対して助成を行います。助成に関する詳しい内容や申請書等は左記までお気軽にお問合せください。

受付期間

令和7年3月1日～3月29日まで

助成対象事業

社会福祉を目的として、市内で活動する組織・団体の活動に必要な経費
(活動費・施設整備・機器備品等購入費)

(例) 在宅高齢者見守り活動・子育て支援活動・障がい者

助成対象団体

*法人格は問いませんが、団体の規約等を備えていること

*先駆的、開拓的な地域福祉活動を行う民間団体・ボランティア団体

*その他、社会福祉のために必要を認められる事業を行う団体

受付・問合せ

四万十市共同募金委員会
(四万十市社会福祉協議会内)

☎35-3011



楽しく！元気に！
老人クラブで活動中！

地区や地域で結成されているのが単位老人クラブ、四万十市では単位老人クラブ 19 団体が四万十市老人クラブ連合会として様々なことに取り組んでいます。

今回は、下期に開催された事業を紹介、魅力いっぱい取り組みを紹介するので、興味のある方は老人クラブの加入をどうぞ♪

注目

老人クラブって？



高齢期を楽しく、生きがいをもって、安心して暮らしていくために、健康で自立し、身近な仲間と支え合いながら、住みよい地域づくりを進めていくことを目的に設立されています。老人クラブという名前ですが、**60歳からの参加が可能**です。時代の変化に合わせて、新しいことを取り組んでいますので、ぜひ、加入してみませんか♪

01

四万十市・宿毛市・黒潮町ポッチャ交流大会



会場は宿毛市でしたが、ポッチャ交流大会に四万十市から2チーム参加しました。全16チームが参加し、各コートでは真冬の寒さに負けない白熱した試合となり、笑いあり、声援飛び交うにぎやかな大会となりました。参加した会員の中には「悔しいのでまた来年も参加したい」や「初めて参加したけどポッチャおもしろい」など盛況でした。ポッチャは年齢、性別、障がいがあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に競い合える

スポーツです。ポッチャを通して体力増進や会員同士の交流などしてみようか。他大会や練習会など開催していますのでお気軽に参加してください♪



02

映画上映会

昨年度に引き続き映画上映会を行い、中村地域では「ぼけますから、よろしくお願ひします〜おかえり、お母さん〜」、西土佐地域では「ペコロスの母に会いに行く」を鑑賞しました。実際に映画を見た会員の声には「夫婦愛の素晴らしさを感じました」「このような映画があれば他にも見たい」などたくさんのご意見、ご感想をいただきました。福祉や介護などに関連する映画上映会を実施していきますので、ぜひご参加ください！

03

健康づくり・地域支えあい研修会(勉強会)



注目

他にもどんな活動を？

今回、ご紹介した取り組み以外にもグラウンドゴルフ大会・体験会、わなげ大会、ポッチャなど新しい

若い方の加入・若い人からのアイデアをお待ちしています

若手委員・女性委員向けの研修会がありました。内容は年々増加中の特殊詐欺や防犯についての学習会と新たなスポーツレクリエーションの「ラダーゲッター」の体験会がありました。老人クラブ活動の活性化に向けて、様々な研修会が実施されています。拍手やハイタッチ、周りからも歓声があるなど終始賑やかな研修会でした。

スポーツの普及、健康づくりのための料理教室、日帰り旅行、体力測定会、絵手紙教室などを実施しています！

老人クラブに参加したい！老人クラブでこんなことをしてみたい！
など、どんどん事務局(社協)へご連絡ください！ ☎ 35-3011

地域の支えあい活動や介護予防活動を発信



地域のいきいき活動



Vol.102 ~活動再開しました~ 緑ヶ丘健康福祉委員会

コロナ禍からの復活

今回は緑ヶ丘健康福祉委員会の活動をお伝えします。

緑ヶ丘地区は平成25年に団体を立ち上げ、市のわなげ大会では2度も優勝を飾るなど精力的に活動を行っていましたが、コロナ禍の影響で会場の使用が難しく、2年ほど休止を余儀なくされてきました。感染状況の落ち着きを見せた令和6年度より、満を持して活動が再開となり毎週火曜日に活動を実施しています。活動の始めには、「1・2・3・4」と皆でかけ声をかけながら簡単な体操を実施し、口の体操と童謡の合唱を毎回実施しています。1人暮らしの参加者も多く「家で声を出す機会も少なくなっているから」と、集いの際には声を出すことも意識しているそうです。



また、幡多看護専門学校の実習生を快く受け入れてくださり、実習生が持参したレクリエーションで楽しいひとときを過ごしました。代表者の夕部さんは「立上げ当初は、体操を煩わしく思うこともあったが、年齢を重ねることに効果があることを実感してきた」と、集いの効果について教えてくれました。



ここがわたしたちの憩いの場!

地域のお宝(地域の取り組み)の情報を教えてください。

問合せ先

生活支援コーディネーター

四万十市社会福祉協議会 地域福祉係
遠山・高橋・村尾

でんわ 35-3011

おしらせコーナー

弁護士による無料法律相談(※予約制)

相談無料
秘密厳守

- 日時** 3/3(月)・3/17(月)・4/1(火)・4/15(火)13:30~15:30
(相談時間は、1人あたり30分になります)
- 場所** 四万十市社会福祉センター
- 対象** 原則、四万十市在住の方が対象になります。
- その他** 予約受付時に相談内容の簡単な聞き取りを行います。



申し込み・問合せ 四万十市社会福祉協議会 ☎35-3011



令和7年度より社協だよりがパワーアップしてリニューアルします。隔月(奇数月)のフルカラー6ページとなります。地域の素敵な活動を掲載していきますので、楽しみにしてください。令和7年5月号から発行予定です♪

ありがとうコーナー

社協の活動にご理解・ご協力いただき

社協会員(自治会・団体)のお礼 敬称略 R7.2/5 現在 誠にありがとうございます♪

〔自治会会員〕

中村大橋通4・中村百笑町・中村一条通 2,3,4,5, 於東町・中村東町1・中村新町・角崎・井沢・平野・下田・串江・水戸・古津賀2丁目・あいのさわ団地・森沢・楠島・国見・佐田・実崎・初崎・名鹿・民部・磯ノ川・生ノ川・有岡団地・大屋敷・玖木・橘・須崎・大宮下・大宮中・下方・奈路・用井・長生・押谷

〔団体会員〕

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・(有)白木保険事務所・(株)文化堂印刷所・(株)文誠堂・(株)ハタジムキ・(株)柏原冷熱設備・(一財)四国電気保安協会中村事業所・関日野出(株)中村営業所・小西石油(株)・中村塗装・(株)楓商店・中村バス・ユニティ四万十・(株)西土佐ふるさと市・森下病院・渡川病院・高知県介護の会・四万十の郷・(社福)一条協会・(社福)黒潮福祉会・(社福)西土佐福祉会・(社福)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・(社福)ゆめのき・西富山健康クラブ・かつら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



日本赤十字社活動資金お礼と報告

令和6年度資金額 2,937,582 円

(内訳)

一般活動資金(各地区より)	2,481,285 円
法人活動資金(奉仕団活動分)	116,297 円
法人活動資金(振込み等)	340,000 円

市民の皆様の温かいご支援をいただきましたことをお礼申し上げます。いただいた資金は災害時の救護・防災活動をはじめ、防災・減災につなげるための各種講習会の実施等、地域のために活用させていただきます。

ご協力ありがとうございました。

日本赤十字社高知県支部四万十市地区
(事務局：四万十市社会福祉協議会)



赤い羽根共同募金お礼と報告

令和6年度募金額 3,433,666 円

(内訳)

戸別募金	2,311,141 円
特別募金(法人・企業)	672,000 円
学校募金	159,079 円
街頭募金	142,252 円
その他募金	149,194 円

市民の皆さまからたくさんのご支援・ご協力をいただき誠にありがとうございました。お寄せいただきました大切な募金は、四万十市内における地域福祉活動等、有効に活用させていただきます。

四万十市共同募金委員会
(事務局：四万十市社会福祉協議会)



食料品(フードバンク・おみやり市)のお礼 敬称略

フジ中村店 フジグラー四万十店 マルカ四万十店 白石 延弘 脇 忠義 <他匿名>

古切手・プルタブ等のお礼 敬称略

(個人)

小野 洋子	吉田美代子	遠山 正穂	濱田こずえ	江口 裕明	江口 佳代	山崎 節子
中屋 恵子	有友 大	下村 順子	井口 加洋	松岡 和代	平野 和男	平野 絹子
坂本 好	市村由美子	今城千代春	篠原 俊子	岡本 万智		<他匿名>

(企業・団体)

大英環境機構(有)・一条通南京会・(株)大二工業・退職女性校長会梅の美会・植村精米店・横瀬地区健康福祉委員会・中筋小学校・(有)富士産業・(有)黒尊建設・碧の会・不破八幡宮・たこ焼 EIGHTHOUSE・(株)西部グリーン・木俣病院・豚塚建設(株)・田野川甲健康福祉委員会・サイバラ建設(株)・(有)中村くらしを見直す会 <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団体へ送り、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。
(1/6~1/31 受付分)

しまんと SHIMANTO

四万十市社協だより

239

号

本所

西土佐支所

一条の里

787-0012 四万十市石山五月町8番3号

787-1603 四万十市西土佐用井1110-31

787-0023 四万十市中村東町2丁目4番13号

TEL35-3011 FAX35-5241
TEL31-6111 FAX31-6112
TEL34-3636 FAX34-3859

Follow us

Facebook



youtube



LINE

