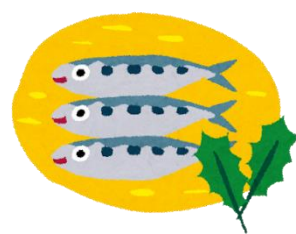


地域は家族～笑顔で暮らせる四万十町



しまんと町 社協だより

2021

令和3年2月10日発行

2月号

如月

発行：社会福祉法人しまんと町社会福祉協議会 〒786-0004 四万十町茂串町 11-30
Tel (0880) 22-1195 FAX 22-1138 E-mail shakyo@shimanto.tv
Blog <http://kubosya.cocolog-nifty.com/> ホームページ <http://shimanto-shakyo.jp/> 広報責任者：尾崎弘明

災害ボランティア講演会

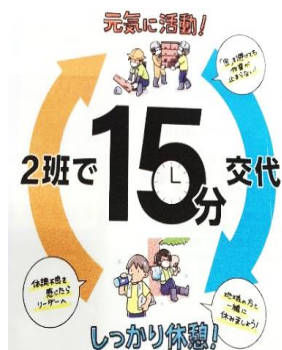
1/24(日)窪川地区、1/31(日)十和地区で災害ボランティア講演会を開催。講師には山崎水紀夫さん(さんすい防災研究所代表)をお招きし「令和2年7月豪雨被災地支援報告～コロナ対策と車中泊支援～」と題した内容で講話していただきました。

今年は新型コロナウイルスの影響により、例年通りの模擬訓練を含めた研修ではなく、窪川、大正、十和の3地区に分かれて、同講演のみの実施となりました。参加された皆さんからは、「参考になった。」という感想を多くいただきました。2月は十和地区で開催となりますので、参加をご希望される方は、下記までお申込み下さい。

災害のたびに変わりゆくボランティアセンターの形が学べた。

熊本地震では、2000台を超える車中泊避難者がいた！

車中泊の体験をして、実際に快適なのか実証したい！



自衛隊でも取り上げられている、重作業を効率的に進めるための方法だそう！

お知らせ

大正地区災害ボランティア講演会

日時：令和3年2月21日(日) 10:00～12:00

場所：きらら大正(四万十町大正 200番地1)

[申込・お問い合わせ]

しまんと町社会福祉協議会 大正支所 電話 27-1177(担当：佐井 和美)

急募

職員募集

社会福祉法人しまんと町社会福祉協議会では、次の職員を募集します。

- 職種及び採用予定人員**
在宅福祉事業に関する業務 若干名
- 受験資格**
昭和36年4月2日以降に生まれた者
高等学校卒業程度の一般知識及び普通自動車免許を有する者
介護支援専門員、正看護師、准看護師の資格を有する者
- 受験申込締切**
2月26日(金) 当日消印有効
- 試験の日時、場所、内容**
日時：令和3年3月14日(日) 9:30～予定
場所：四万十町社会福祉センター
内容：面接・作文
- 採用予定年月日**
令和3年4月1日以降
※受験手続等に関するお問い合わせ、お申込みは担当者までお願いします。

※臨時職員募集(常勤・非常勤)

- 在宅福祉事業に関する業務**
介護職員、看護師、運転手 若干名
- 募集資格**
64歳以下の方
(要普通自動車免許を有するもの)
- 試験内容**
面接(面接日は後日連絡します)
※履歴書をご持参ください。
- 採用日**
令和3年4月1日～

[お問い合わせ]

社会福祉法人しまんと町社会福祉協議会
〒786-0004 高岡郡四万十町茂串町 11-30
電話 0880-22-1195 FAX 0880-22-1138
担当：田中 勇一

今月の表題紹介

今月の題字は、デイサービスセンター百年荘をご利用の小野川金生さんです。「絵を書くのは得意やけど字を書くのは恥ずかしい。」と言いつつもバランスの良いキレイな字を書いて下さいました。



無料法律相談



多重債務、慰謝料、遺言、土地 財産、家族問題・・・
弁護士があなたの悩みに答えます。

相談日	場所	担当弁護士	【時間】 午後1時～午後4時10分 1日4組 1組40分 【受付】予約制 (※切：相談日の1週間前) 【受付窓口】 しまんと町社会福祉協議会 本所 電話：22-1195 (担当：弘田麻紀)
2月26日(金)	四万十町社会福祉センター	小野 歩	
3月26日(金)	十和隣保館	三上 翔平	

※予約時にお名前、連絡先、相談の概要を聞き取りいたします。

※都合により予約時間の変更などがある場合があります。また、予約が埋まれば順次翌月以降の予約となります。

3月行事&会議予定

四万十町社会ふくし大会 2021

※今年は中止となりました。

くぼかわボランティア連絡協議会 世話人会

日時 3/8(月) 19:00～

場所 四万十町社会福祉センター
(四万十町茂串町 11-30)

給食サービス

- ◆窪川地区…3/10(水) <シルバー人材センター>
- ◆十和地区…3/18(木) <支えの会>
- ◆大正地区…3/22(月) <連合婦人会大正支部>

調理ボランティアさん

おすすめ講座

テーマ

「住民主体で地域を元気に！」

～住民組織「仁井田倶楽部」の取り組み～
四万十町内には、地域住民が中心となって、課題に立ち向かい、地域を盛り上げる活動をしている団体がたくさんありますが、今回は「仁井田倶楽部」にスポットをあてて普段の取り組みをご紹介します！

日時：3/20日(土) 10:00～11:00

場所：四万十町社会福祉センター
(四万十町茂串町 11-30)

[お問い合わせ]

電話 22-1195(担当：尾崎 弘明・柳本 沙耶香)

ミニサロン情報

窪川地区

- 風らっと若井 3/1(月) (若井グリーンセンター)
- 風らっと志和峰 3/15(月) (志和峰集会所)
- 風らっと川南 3/4(木) (社会福祉センター)
- 風らっと東大奈路 3/8(月) (東大奈路集会所)

[お問い合わせ]⇒電話 22-1195
(担当：柳本沙耶香・市川ひとみ)

十和地区

- 風らっと四手崎 3/26(金) (四手崎集会所)

[お問い合わせ]⇒電話 28-5331
(担当：平野まゆみ)

※いずれの予定も、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、変更となることがあります。

【ボランティア活動をされている皆さまへ】

～令和3年度ボランティア活動保険のご案内～

ボランティア活動保険は、日本国内の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、無償で活動する方のために発足したボランティア保険制度です。安心してボランティア活動できるよう、社会福祉協議会で掛け金を負担し（Aプラン350円）支援しています。4月1日から加入を希望される場合は、3月5日（金）までにお申込みください。（加入期間は令和4年3月31日までとなります。）

個人でのお申込み・年度途中の加入も可能です。ボランティア活動を行っている団体・個人の方は、下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ】

しまんと町社会福祉協議会 本所 電話 22-1195 （担当：柳本 沙耶香）

【困いごと相談の窓口】

暮らしの中で困っていることや悩んでいること、不安に思っていることをひとりで悩んでいませんか？しまんと町社会福祉協議会では、地域の皆さまが安心して地域の中で暮らし続けることが出来るように、さまざまなサポートを行っています。

収入が減って
家計が苦しい

公共料金に
滞納がある

相談相手が
いない

ひとりで悩まず、
お気軽にご相談ください。

失業して家賃
が払えない

求職活動が
うまくいかない

債務の返済で
困っている

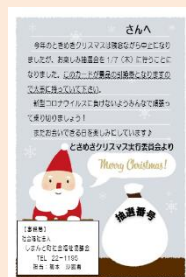
【お問い合わせ先】⇒電話 22-1195（窪川地区担当：弘田 麻紀）

電話 27-1177（大正地区担当：佐井 和美）

電話 28-5331（十和地区担当：平野 まゆみ）

ときめきクリスマス 今年は抽選会のみで開催しました！

毎年、障害のある人もない人もお互いに理解しあいともに支え合う交流の場として開催しておりますときめきクリスマスですが、今年は新型コロナウイルスの影響から、みんなで集まることはせず毎年参加していただいている団体の皆さまを対象に、抽選番号付きのクリスマスカードをお配りし、年が明けた1/7（木）に実行委員会で抽選会を開催しました。今回は、定員などもなくたくさんの方にご参加いただくことが出来ました。抽選だけでなくクリスマスカードも皆さんに喜んでいただけました。来年度は、皆さんにお会いして一緒に楽しい時間が過ごせることを願っています。



季節だより

【書初め】

1/2（土）小規模多機能ホーム香月



小規模多機能ホーム香月ではレクリエーションの時間に新年の書初め会を行いました。「初夢」や「元旦」など沢山の作品が出来上がりました。早速ホール壁に飾らせて頂きました！

1/4（月）デイサービスセンターこいのぼり

ご利用者の皆さん「今年はなに年かね？」「よう書くろおか。」と話しながら書かれていました。



【デイサービスセンター百年荘 お正月に関する取り組み】

新年のご挨拶
～離れていても心は繋がっています～



デイサービスセンター百年荘では、ご利用者のご家族向けに年賀状と新年のご挨拶のお手紙を作りました。

コロナ禍で、今年は新年に帰省できないご家族も多く、それぞれが寂しい思いをされた年末年始でしたが、少しでも皆さんの元気な姿を見ていただければと思い、皆さんの活動の様子の写真を添えて送りました。

新年の壁画創作

デイサービスセンター百年荘では、毎年恒例の新年の壁画を作りました。限られた時間の中で、ご利用者が色紙を丸めて、コツコツと作品を完成させました。ダイルームが新春ムードで華やかしました。



お知らせ

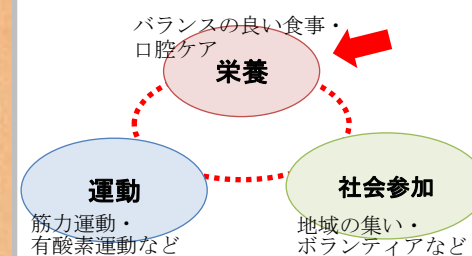
【フレイルをご存知ですか？】

第1弾

フレイルとは・・・

「虚弱」という意味で、「健康」と「要介護」の中間の心身の状態が衰え始めた状態を指します。

フレイル予防の3本柱



その中でも今月は・・・
栄養についてご紹介！

予防のために出来ること

- ☆毎日、3食食べましょう！
- ☆たんぱく質（肉・魚・大豆製品・卵のおかず）をしっかりとりましょう！
- ☆主治医から栄養指導を受けている場合は、その指導を守りましょう。
- ☆「食べる楽しみ」を大切にしましょう！

献立を考える
楽しみ

一緒に食べる
楽しみ

買い物の
楽しみ

味わう楽しみ

片付けも
楽しみたい