

# 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3月10日発行

3月号

弥生

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



### 東又小学校 【車いす体験学習】

1/26 (火) 東又小学校 4年生が車いす体験学習を行いました。今回の体験学習では、まず当事者の話を聞き、次に実際に校舎内で車いす体験をしました。児童の皆さんより「車椅子を使っている人の気持ちが分かった。」「車椅子でも工夫することでいろいろなことが出来ると思った。」などの感想をいただきました。



### 【「カンカン募金」のお礼】



2/15 (月) 東又小学校さんより、児童の皆さんが集めた募金とペットボトルキャップ、ブルータブをご寄付頂きました。大切に活用させていただきます。本当にありがとうございました。

### 今月の表題紹介

今月の題字は、デイサービスセンターこいのぼりをご利用の橋本 淑子さんです。デイでは、パズルをしたりいつも静かに過ごされています。



### 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
3月26日(金)	十和隣保館	三上 翔平

【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)

※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。



### 4月行事&会議予定



#### くほかわボランティア連絡協議会 世話人会

日時 4/7 (水) 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)

#### おすすめ講座

テーマ

「私たちのコロナ対策」

～地域活動をやめない！止めない！  
コロナ禍でも出来る地域のあり方～

日時：4/17(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)

#### 給食サービス

調理ボランティアさん

◆窪川地区…4/14 (水) <あしたの会>

◆十和地区…4/15 (木) <支えの会>

◆大正地区…4/22 (木) <未定>

### ミニサロン情報

#### 窪川地区

○風らっと六反地 4/6 (火) ○風らっと志和峰 4/26 (月)

(六反地集会所)

(志和峰集会所)

○風らっと若井 4/12(月)

(若井グリーンセンター)

【お問い合わせ】⇒電話 22-1195

○風らっと東大奈路 4/19(月) (担当：柳本沙耶香・市川ひとみ)

(東大奈路集会所)

#### 十和地区

○風らっと四手崎 4/23 (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。

### デイサービスセンター百年荘

### 【ちょっと早いお花見気分 ～春の壁画作り～】

デイサービスセンター百年荘に、一足早く春が訪れました。ご利用者の皆さんと春の壁画を作成しました。中には蝶々やてんとう虫、カタツムリなど季節を先取りした昆虫もお邪魔しており、みんなでどこに何があるか探しながら春を楽しみに待っています。



# 【給食サービスのご案内】

しまんと町社協では、窪川・大正・十和の各地区で、調理ボランティアの皆さん、及び民生委員の皆さんの協力を得て、見守り活動を兼ねた給食サービスを月に一回行っております。

また、町内小学校の皆さんの協力もいただき、次回のお知らせやメニュー表に児童の皆さんのイラストや作品を掲載することで、会えなくても世代間の交流を行っています。

今後も衛生管理を徹底し、ご利用者の皆さんに喜んでいただけるようなサービスを提供してまいります。調理ボランティアに興味のある個人、団体の方がおられましたら、ぜひご連絡ください。

調理ボランティアさん      民生委員さん      ご利用者さん



給食サービス利用者様

しまんと町社会福祉協議会

## 11月給食サービスのお知らせ

2年 奥島 裕美さん  
田中 昌幸さん  
4月 松崎 夢生さん  
内藤 昌樹さん  
田中 可南子さん

今月は、北ノ川小学校児童の皆さんのイラストとともにお知らせいたします。

さて、11月の給食サービスは  
**11月22日(日)**  
となっております。  
ご利用にならない場合は、担当地区の民生委員さん、又は社協大正支所(27-1177:佐井)までご連絡下さい。  
※弁当代は200円です。

December 12月

11月13日(水)

6月

2月22日(日)

- 給食サービス実績(令和2年度)
  - ※令和3年1月分まで、三地区合計
  - ・食数: 1,881食(月平均249食)
  - ・調理ボランティア数(延人数): 197人(月平均27人)
- 給食サービスに関するお問い合わせ
  - 窪川地区: 柳本沙耶香、市川ひとみ(電話 22-1195)
  - 大正地区: 佐井和美(電話 27-1177)
  - 十和地区: 平野まゆみ(電話 28-5331)

## ボランティア募集中

# 季節だよ!

今年は、124年ぶりに2月2日が節分となりました。日にちがずれる理由は、地球が太陽を1周する時間が365日ぴったりではないからだそうです。今月の季節だよ!では、しまんと町社会福祉協議会で行われた節分の様子をお届けします。

## 小規模多機能ホーム 香月



小規模多機能ホーム香月では2/2(火)、スタッフが鬼に仮装し節分の豆まきを行いました。当日はあいにくの強風でしたがテラスから鬼に向かって豆を投げ、悲鳴や歓声も上がり大盛り上がりの節分となりました。

## デイサービスセンター 百年荘



今年は、「鬼は外〜」ならぬ、「コロナ外〜」で、例年以上に健康長寿を祈願しての豆まきを行いました。ご利用者の皆さんの元気に圧倒されて、鬼はあつという間に降参したようです。

## デイサービスセンター ひだまり



2/2(火)デイサービスセンターひだまりに突然現れた鬼...ご利用者の皆さんが退治してくれました!

## デイサービスセンター こいのぼり

# 節分

鬼退治! 鬼は外、福は内!

# 【フレイルをご存知ですか? 第2弾 ~運動編~】

40歳以上の約4分の1は、既に筋肉の衰えが始まっていると言われています。しかし、筋肉はいくつになっても鍛えることができます。皆さんも、自分に合った運動から始めてみてはいかがでしょうか。  
「筋活」をコツコツと続け、体力、持久力の維持向上に努めましょう。

## デイサービスセンター百年荘でのフレイル予防!



スタンプを貯めて賞状をゲット!!

大正老人福祉センター内で100mを歩くごとにスタンプを押して、それぞれのゴールを目指します。  
ゴールは、田野々の街中であったり、様々設定しており、楽しみながら筋活を行っています!

※主治医などから運動制限をされている方は、その指導を守りましょう。

# デイサービスセンターこいのぼり・高齢者生活福祉センターこいのぼり荘

## 【昭和小学校の児童の皆さんよりメッセージカードを頂きました!】



可愛いメッセージカードをありがとう。

2/20(土)昭和小学校の児童の皆さんより、ご利用者さんに宛てたメッセージカードを頂きました。メッセージカードを受け取ったご利用者の皆さんは笑顔で「うれしいね。」「かわいらしいね。」と喜ばれていました。