

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

11月号

霜月

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/> 発行責任者：尾崎弘明

生活支援サポーター養成講座スタート!!



10月5日、令和3年度生活支援サポーター養成講座がスタートしました。今回は、[ビギナー（気づき）] → [ミドル（理解）] → [マスター（実践）] の3ステップになっており、「やってみようかな〜」からスタートして、実際の活動をイメージしてもらえるようなプログラム構成にしています。

初回は、ご近所福祉クリエイターとして全国で活躍されている、酒井保さんを講師にお迎えし、「地域づくりセミナー」と題したセミナーからスタートしました。大正・窪川の2会場で開催し、延べ136名の方に参加いただきました。その後のミドルコースでは、地域のお宝探しや防災福祉マップなどに取り組んでいます。何気ない行動が、実は見守り活動になっていない? など、想像以上に地域には支え合い活動があることに気付かされました。地域づくりや住民主体の活動を具体的にイメージする、よいきっかけとなったと思います。

酒井さんがおっしゃっていた、「コロナは正しく恐れて、楽しく集う」の言葉が強く脳裏に残りました。今後は、講座に参加された皆さんと一緒に、今回気づいていただいたこと、知っていただいたことを、住民の皆さんと一緒に地域の皆さんに広めていければと考えています。



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	【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)
12月24日(金)	四万十町大正健康管理センター	三上 翔平	
1月28日(金)	四万十町社会福祉センター	小野 歩	
2月25日(金)	四万十町社会福祉センター	三上 翔平	
3月25日(金)	十和隣保館	武内 良平	



三上翔平 弁護士



武内良平 弁護士



小野歩 弁護士

※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。

11月行事&会議予定

ミニサロン情報

窪川

- 風らっと若井（若井グリーンセンター） 12/6
 - 風らっと六反地（六反地集会所） 12/8
 - 風らっと東大奈路（東大奈路集会所） 12/13
 - 風らっと志和峰（志和峰集会所） 12/20
- お申し込み・お問い合わせ⇒電話 22-1195
担当：市川ひとみ・坂本友希

十和

- 風らっと四手崎（四手崎集会所） 12/24
- お申し込み・お問い合わせ⇒電話 28-5331
担当：平野まゆみ

【くぼかわボランティア連絡協議会】

- 世話人会 12/7
- 【給食サービス】
- 窪川給食サービス (調理担当：JA女性部) 12/8
- 大正給食サービス 休み
- 十和給食サービス (調理担当：支えの会) 12/16
- 【おすすめ講座】
- 「初めてのアロマテラピー」～香りを楽しむ～ 12/18

場所：四万十町社会福祉センター
時間：10:00～11:00

※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。

今月の表題紹介

志和峰ミニサロンに参加されている、久保田ミツ子さんです。秋田県出身で志和峰に移住してきたそうです。花が好きで自宅の庭にもきれいに植えておられます。野菜づくりも楽しみながら挑戦しています。



季節だより



小規模多機能ホーム香月

10月15日に秋の大運動会を行いました。紅白のチームに分かれ箱から引いた紐の長さを競う紐つなぎや、おたまを使ってのおじゃみりレーではよく歓声が上がりが盛り上がっていました。「昔を思い出さねえ〜」との声も頂き、今年は紅組の勝利となりました。



デイサービスセンターひだまり

10月15日にミニ運動会を開催しました。青空の下、赤組と白組に分かれ5種目の競技を行いました。皆さんどの競技も楽しまれ、笑いの絶えない運動会となりました。

コロナ渦でも、安全に気をつけ楽しく季節の行事を楽しみたいです。



デイサービスセンター百年荘

10月21日に運動会を行いました。笑顔いっぱいの運動会でしたが、いざ勝負事となると、皆さん真剣な表情でゲームに取り組みられていました。当日は、皆さんで育てたサツマイモを使った“がんばるマンランチ”で、皆さんを食の面からも応援しました。



セラバンドのご紹介

“セラバンド”という伸縮性があり持ち運びも便利なトレーニング道具を使った体操を紹介しています。ご自宅で、地域の集まりで、簡単に取り組める体操です。

体操の方法を紹介した冊子を用意していますので、ご希望の方また体操を教えてほしい方等、お気軽にご連絡ください。



[9] バンドくくり

<回数：左右×10回>



①椅子に浅く腰掛けます。セラバンドを半分に折り、両端を持ちます。

②両腕を上げ、セラバンドを背中に回します。

[8] 足のストレッチ

<回数：左右×1回以上>



①セラバンドを足裏に

②足裏〜ふくらはぎ〜太ももを伸ばすように、セラバ

【お問い合わせ】

本所 0880-22-1195 担当：宮崎卓也
大正支所 0880-27-1177 担当：佐井和美
十和支所 0880-28-5331 担当：平野まゆみ

パート職員（ヘルパー）急募！

1. 職種及び採用予定人員
訪問介護員 若干名
2. 受験資格
介護福祉士・介護職員初任者研修修了者・ヘルパー2級の資格を有する者
昭和31年4月2日以降に生まれた者
3. 雇用形態
雇用期間1年以内のパート職員（勤務の状況に応じて契約期間を更新することが可能。）
4. 募集期間
令和3年11月10日（水）～令和4年3月31日（木）（応募者がいない場合、延長あり。）
5. 選考の方法
書類および面接（日時については追って連絡します。）
6. 採用予定年月日
令和3年11月10日以降

【お申込み・お問い合わせ】

しまんと町社協本所（電話 22-1195 担当：田中勇一・渡邊千可代）

“社協の施設紹介”

高齢者福祉多機能施設

これまでの日常が、これからの日常。

わが家のつづき

十	和	の
里	<ul style="list-style-type: none"> ◆デイサービスセンター「ひだまり」 ◆グループホーム「ひだまり」 ◆生活支援ハウス「なごみ」 ◆ショートステイ「なごみ」 	

十和の里は、旧十和小学校跡地に建てられた、静かで穏やかな時間が過ごせる場所です。施設はひだまり棟にはグループホームとデイサービスが、なごみ棟には支援ハウスとショートステイがある多機能施設となっています。

デイサービスセンター「ひだまり」

食事や入浴などの日常生活上の支援や機能訓練などを日帰り提供します。自宅から施設までの送迎も行います。季節の行事やレクリエーション等を通して他者と交流することができます。

グループホーム「ひだまり」

認知症の方へ、少人数（定員9名）で共同住居の形態でケアを提供しています。家庭的で落ち着いた雰囲気の中で、食事の支度や掃除、洗濯などの日常生活行為を利用者やスタッフが共同で行うことにより、認知症状が穏やかになり安定した生活と本人の望む生活を実現する事ができます。

生活支援ハウス「なごみ」

おおむね65歳以上のひとり暮らしの方、夫婦のみの世帯に属する方及び家族による援助を受けることが困難な方であって、高齢などのため独立して生活することに不安のある方が、安心して生活を送れるように、介護支援機能、居住機能及び交流機能を総合的に提供します。

ショートステイ「なごみ」

在宅介護中の高齢者の心身の状況や病状に合わせて、介護する方の介護負担軽減や一時的に介護ができない場合の介護をする目的で短期間施設に入所し、日常生活全般の介護を受けることができるサービスです。

高齢者福祉多機能施設十和の里
高知県高岡郡四万十町久保川 41-1
電話 0880-29-1051 FAX 0880-29-1054

