

ふれあい

編集発行

社会福祉法人 宿毛市社会福祉協議会

〒788-0012 宿毛市高砂4番56号

電話 65-7665 FAX 65-7663

URL <http://sukumo-shakyo.or.jp/>



食べると元気になるね！！



食料品の寄付募集と無料提供

対象となる方

- ・宿毛市内在住の新型コロナウイルス感染拡大の影響を受けた方
(年収や減額等は問いません。証明書等の書類も必要ありません。)

※原則対象外:生活保護受給者の方



実施期間・お渡し場所

- ・令和3年11月1日(月)～令和3年12月28日(火)
8:30～17:15 ※土日祝日の場合は、事前に連絡をお願いします。
- ・宿毛市総合社会福祉センター(宿毛市高砂4番56号)



食料品の内容等

- ・お米やレトルト食品、缶詰お菓子等

※食料品はフードバンクへ寄せられたものを利用していますので、賞味期限や原材料等をよくご確認の上、お召し上がりください。

共 催

- ・宿毛市社会福祉法人連絡会(愛生福祉会、宿毛福祉会、幡多福祉会、高知西南福祉協会、宿毛保育園、清育会、宿毛市社会福祉協議会)・宿毛市

【※市民の皆様からの食料品寄付も受け付けています。】

【場所】 ・宿毛市役所 ・宿毛市総合社会福祉センター ・フジ宿毛店

【問い合わせ先】 宿毛市社会福祉協議会(宿毛市高砂4番56号)

TEL 0880-65-7665

FAX 0880-65-7663

～無料法律相談のご案内～

【日時】 令和3年11月19日(金) 13:00～15:00

【場所】 宿毛市高砂4番56号 宿毛市総合社会福祉センター

【相談員】 青山法律事務所 青山 高一 弁護士

【定員】 法律相談は6名まで(要予約)

【ご予約・問合せ先】

「ふれあい相談センター」宿毛市社会福祉協議会内

電話65-7665 FAX65-7663 ※ご予約はお早めをお願いします。

♪広がっています。認知症サポーターの輪！！♪

9月にパルス宿毛職員さん、10月に一般住民さん、橋上中学校1～3年生、を対象に認知症サポーター養成講座を実施しました。

大人の立場では、職場、自分の住む地域、など自分の居場所でできることは？ということについて話合いました。

中学生の立場では、自分たちができることとして、オレンジカフェのメニューを考えよう！という時間を設け、少人数グループで話しをしました。

高齢者も自分たちも楽しめるような場になるために皆で考えています。



受講の証明として、宿毛市では、オレンジリングから、サポーターカードに変更しています。



問い合わせ先：宿毛市地域包括支援センター 65-7665 中川・菊田
宿毛市長寿政策課予防係 63-9112

こんにちは！認知症サポーターフォローアップ「わの会」です！

今月は、9月に行ったアルツハイマーデーのイベントの振り返りをしました。

「高知県下の家族会でイベントができたのは宿毛市だけだったらしいで。」との報告に一同驚き！！すごいことやねえ、とお互いに褒め合いました。

「将来、自分も認知症になるかもしれない。と心がまえとしてもっておく必要があると思う。」
「もっと人に知ってもらうことが必要と思った。」「身近な活動が続けることが大事。」などの意見がありました。

学びの秋！ 傾聴の研修や認知症に関する読書など、知識を取り入れることも少しずつ行っています。



問い合わせ先：宿毛市地域包括支援センター 65-7665
宿毛市長寿政策課予防係 63-9112

「くらしといのち何でも相談会」会場のご案内

多様なご相談に専門家がお答えします。プライバシー（秘密）は必ず守ります。

【開催日時】 令和3年 12月19日（日） 13：30～15：30

【開催場所】 宿毛市立宿毛文教センター （宿毛市中央2丁目7-14）

【相談料】 無料

【当日の問合せ先】 080-5667-5310

【主催・事前予約】 高知医療生活協同組合 TEL088-843-0025

ふだんの生活に「ちょっとほっこり」を。～介護者家族の会～

【日時】 11月9日（火） 13:30～15:00

【場所】 宿毛市総合社会福祉センター 2階 小会議室

毎日の介護大変ですね。その中で起きた悩み、
うれしかったこと、うまくいったことなど、
語り合っ、ホッとする時間を過ごしませんか？
♡毎月第2火曜日に開いています。♡



【問合せ】

「認知症の人と家族の会」

宿毛家族の会 はまゆう

代表：小島 正子（66-0208）

オレンジカフェ「はまゆう」11月のご案内

【日時】 11月16日（火） 14:00～16:00

（この時間帯の中で好きな時にお越し下さい。）

【場所】 宿毛市総合社会福祉センター 2階 視聴覚室

【参加費】 100円（飲みもの、お菓子付）

【問合せ】 あったかふれあいセンターすくも 電話：65-7665

※新型コロナウイルス感染拡大防止策の為、滞在時間の短縮にご協力をお願いします。



傾聴ボランティア たんぽぽ通信

ボランティアさん、はなちゃんバスに乗る



傾聴ボランティアたんぽぽの会では、秋雨の中、はなちゃんバス体験会を行いました。いずれ運転しなくなる時が来る、そうなるでも外出して、自分の生きがいや楽しみは続けたいですね。はじめてバスに乗るメンバーもあり、ステップ台が広く乗り降りしやすい等の感想が聞かれていました。



10月の定例会での話

「傾聴を学んだことで、気持ちが穏やかにすごせる、ふだんの生活でも役に立つね」
「傾聴をまず家族からと言ってたね。じっくり聴くこと、それができたら」
日常生活の中で、気づく『聴くこと』の大切さを実感しています。



- * 傾聴ボランティア宿毛たんぽぽの会は傾聴活動において守秘義務を遵守します。
- * 定例会は毎月第2水曜日、午後1時30分から社会福祉センターで開催しています。

お話を聞いてもらいたい方、ボランティアとして活動したい方、傾聴に興味がある方…
絶賛募集中です♡

【 問い合わせ先 】 宿毛市社会福祉協議会 65-7665 植野・高橋

あったかふれあいセンター ～やってみん会、来てみん会～

11月の やってみん会 では、簡単な「おやつづくり」を行います。

作った後は、参加している皆さんでおやつタイムも取る予定にしております。

作ったおやつを食べながら、ホッと、ひといきしませんか？



男性の方も親子連
れの方もご年配の
方も、どうぞご参
加ください！



食品に含まれる

アレルギー物質：卵、牛乳

カンタン☆ おやつづくり

○日 時：令和3年11月25日（木）

14：00～15：00

○場 所：宿毛市総合社会福祉センター 2階 視聴覚室

○定 員：10人まで

（下記問い合わせ先までお申し込みください）

○参加費：150 円。（材料費）

※ 飲み物はご持参ください。

【お問い合わせ】あったかふれあいセンターすくも

TEL65-7665

あったかふあ～む



～ 収穫祭^{わきあいあい}〈和喜愛会〉を行いました ～

10月4日、心地良い秋晴れの中、収穫祭を行いました。これまで一緒にふあ～むの作成等に参加していた皆さんで初めての芋掘りです。芋を掘る方、つるを仕分ける方、使い道を披露する方、それぞれに出来る事を出し合って、にぎやかな時間となりました。

作業の傍らでは、地域の方に習いながらポン菓子作りが行われ、収穫した芋は、宿毛市の食生活改善推進員の方々に腕を振るっていただき、美味しい芋ケンピに早変わりです。

みなさん、楽しく和気あいあいと過ごしました。



Facebook やInstagramにも日々の活動の様子や、イベントのお知らせなど掲載しています。興味のある方は右のバーコードを読み取ってアクセスしてください。



SUKUMO_FUKUSH
Instagram



Facebook