

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/>

「ふれあいの集い」開催！

主催：宿毛市社会福祉協議会・宿毛市民生児童委員協議会

10月17日（月）に街地区、10月26日（水）には西地区の一人暮らしの高齢者の交流会「ふれあいの集い」が開催されました。

各地区の民生児童委員さんと一緒にバスで会場まで行き、楽しい時間を過ごされました。



10月17日（参加者49名）
街地区「ふれあいの集い」

〜スワロー会館〜

午前中は、宿毛警察署職員さんより、交通安全や特殊詐欺防止に関するお話をいただきました。
午後からは、参加者によるカラオケが披露されたり、余興の後にはビンゴゲームが行われ、最初にビンゴになった方には景品が手渡され、会場は拍手と笑顔に包まれました。

10月26日（参加者80名）
西地区「ふれあいの集い」

〜宿毛リゾート椰子の湯〜



午前中は、高知笑いヨガクラブ代表・味元哉憲（みもと さちのり）先生による講演会が行われました。先生から笑いの効能等についてのお話を聞いたり、みんなで一緒に大きな声で笑い合ったりしているうちに、自然と笑顔になりました。

午後からは、参加者や民生委員によるカラオケや踊りが披露され、その後にビンゴゲームで盛り上がり、これからも元気で過ごすため、人とふれあい笑っていきましょうと感じられた1日でした。

あったかモーニング あったかふれあいセンター「おきのしま」



あったかふれあいセンター「おきのしま」は、「すくも」より2年半ほど早い、平成21年10月に開所され、丸7年が経ちました。現在、通常の集いの場（月々金曜日）やゴミ捨て等の生活支援だけでなく、2ヶ月に1回、食事会（昼食）を開催しており、一人暮らしの高齢者などには特に好評です。



今回は新たな試みとして、10月12日（水）にモーニングを開催しました。かわいいテーブルクロスや花も飾られ、コーヒークリップもお洒落で、いつもとは少し違う雰囲気味わいながら、「喫茶店に來たみたいな。」「ここは、眺めが良くて、最高の島カフェだね。」などの声も聞かれました。今後も、食事会のない月にモーニングを開催し、ひとりでも多くの方が集い、楽しい時間を過ごすことができるような工夫をしていく予定です。

無料法律相談

11月の無料法律相談は次のとおりです。混雑を避けるため、予約制となっておりますので、ご了承ください。

【日時】

平成28年11月18日（金）
午後1時から3時

【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】

先着6名までとします。

【ご予約・お問合せ】

「ふれあい相談センター」
宿毛市社会福祉協議会

電話 65・7665
FAX 65・7663

※ご予約はお早めをお願いします。



認知症の人と家族の会(幡多家族の会)交流会のお知らせ

幡多家族の会は、認知症の方を介護している家族や関係者が集まり、日々の介護の戸惑い、悩みや喜び等、互いの思いを分かち合い、学びあう会です。6月には大月町、9月は土佐清水市、そして今回は宿毛市での開催となっております。みなさんお気軽にご参加ください。

【日 時】 平成28年12月 8日(木) 午後1時30分～

【場 所】 宿毛市総合社会福祉センター 1階 老人憩いの室

【連絡先】 ○認知症の人と家族の会 世話人代表 小島正子 TEL 66-0208

○宿毛市社会福祉協議会 TEL 65-7665



平成28年度 宿毛市

認知症高齢者等介護者の集い

介護をされていて困っていることはありませんか？

日々続く介護生活の中で、多くの不安をそのまま抱えてはいませんか？

介護というものは、介護する側の「心や身体」に大きな影響を与えます。

自由に話し合い、情報交換しながら介護生活を乗り切る力をつけていきましょう。

日 時 平成28年11月24日(木) 午後1時30分～3時

場 所 宿毛市総合社会福祉センター 2階視聴覚室

対 象 現在、認知症高齢者等の介護をされているご家族

内 容

- ・毎日の介護、こんなことに困っています
- ・ミニ講話 「認知症の治療について」

※高齢者の一時預かりや送迎希望がありましたら、
11月18日(金)までにご相談ください。

※平成28年4月より地域包括支援センターに認知症地域支援推進員が配置されました。

この集いにも参加しながら、認知症に限らず、高齢者に関するさまざまなお困りごとの相談に対応していきたいと思っております。

お問い合わせ先

宿毛市地域包括支援センター 0880-65-7665

(担当：認知症地域支援推進員・保健師 田中明子)

あったかふれあいセンターからのお知らせ

「すくも」「おきのしま」合同イベント～みかん狩りバスツアー～

今年で5回目となるみかん狩りです。みかん畑は広々としていて、高齢者の方でも歩きやすくなっています。みかんを食べたり、お弁当を食べたり、おしゃべりしたり… 秋の行楽を楽しみませんか？昼食等の都合上、事前申込み制とさせていただきます。

11月11日（金）までにお電話または直接お申込み下さい。

※雨天の場合は福祉センター内にてゲームなどをして過ごす予定です。ご了承ください。

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------|
| 【日時】平成28年11月15日（火） | 【定員】20名 |
| 9:00 センター集合 | 【費用】500円 お弁当代（お茶込） |
| 9:25 定期船乗り場にて合流・出発 | ※みかんの持ち帰りや発送は個人負担となります。 |
| 10:00 コーラルフルーツ大月農場到着
各自みかん狩り・昼食など | 【申込み】平成28年11月11日（金） |
| 12:30 コーラルフルーツ大月農場出発 | |
| 13:00 センター着・解散 | |

お申込み・お問合せ

あったかふれあいセンターすくも
(65-7665)



自家製 焼肉たれ作り

甘めで少しピリ辛の“あっさり”
焼肉たれを作ってみませんか？

興味のある方は、お気軽にご参加ください。

【日時】11月22日（火）14:00～

【場所】宿毛市総合社会福祉センター2階講習室

【費用】200円（材料費）

【定員】20名（先着順）

11月18日（金）までにお申込み下さい。

※エプロン、三角巾、マスク、350ml程度の
容器をご持参ください。



あったか物作り

新聞紙を使った簡単物作り

日時：11月19日（土）

10時～11時半頃まで

場所：福良集会所

新聞紙を使って、まくら、肩たたき棒、くつ
を作ります。お年寄りからお子様まで、どなた
でもお気軽にご参加ください。申込み不要。

※小学生（12歳未満）のお子様は保護者の
方とご参加ください。



オレンジカフェ「はまゆう」11月のご案内

【日時】11月15日（火） 14:00～16:00
（この時間帯の中で好きな時間にお越し下さい。）

【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（コーヒー、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

オレンジカフェは、宿毛認知症の人と家族の会「はまゆう」代表：小島正子
（66-0208）の方々や、ボランティアの協力により開催しています。

日々の介護や、認知症等について
の相談にも応じます。
お気軽にお越しください。

