

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/>



ファミリーマートが宿毛市内全店舗で、 “フードドライブ”開始



大手コンビニチェーン ファミリーマートは、食品ロスの削減などに貢献しようと“ファミマフードドライブ”を全国で展開しています。「フードドライブ」とは、家庭で使われずに保管されている食品を必要としている人達に活用してもらう仕組みのことで、ファミリーマートでは店舗に設置された専用ボックスで持ち込みの受け入れをしています。

これまで宿毛市内 2 店舗で取り組まれていましたが、8月1日から4店舗に拡大することを受け、8月7日に県西部の店舗を管轄する『ファミリーマート四国リージョン』の代表3名が当協議会に来所されました。

今までに届けられた食品が、支援を必要とする方へ提供されている現状や、今後の連携についての確認が行われました。



宿毛市内には、ファミリーマートの他にフジ宿毛店や宿毛市役所内にも「フードドライブボックス」が設置されています。また、宿毛市社会福祉協議会窓口でも食品を受け付けておりますので、身近なところでのご協力をよろしくお願いします。

たくさんのご寄付を頂き、誠にありがとうございます。

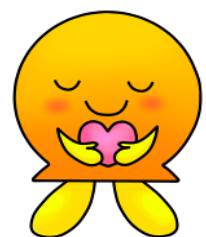
大切に活用させていただきます。

【フードドライブボックス設置協力事業所】

ファミリーマート駅前店 様 フジ宿毛店 様

【フードバンクへのご寄付】

山本 八重子 様 浄土寺 様



介護の悩み もちより会

「普段の生活でこんなことが起きた!」「こんな時はどうしたらいい?」など、介護される方のあるある話、工夫を参加者同士で話しながら、ホッとする時間を過ごしています。

参加については、事前の申し込み、参加費は不要です。

【日 時】 令和6年9月10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

【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)



※毎月第2火曜日に開催しています。

認知症サポーター「わの会」です。

今月はアルツハイマー月間、9月21日は世界アルツハイマーデーです。

認知症をもっと知ってもらうために、イベントを行います。

申込は不要ですので、ご参加ください。

日 時：令和6年9月23日(月・祝日) 13:30~14:00

内 容：認知症に関連したチラシの配布、相談先の紹介

場 所：宿毛市立坂本図書館

※14時~15時はライブラリーコンサートの予定です。

そちらもご参加いただけます。



「共に生き ともに歩もう 認知症」

9月のアルツハイマー月間に合わせて、認知症に関連した書籍を市立坂本図書館で紹介しています。この機会に手に取ってみませんか?

期 間：令和6年8月31日(土)~9月26日(木)

場 所：宿毛市立坂本図書館

メイン展示

※認知症の方本人さんや、サポーター「わの会」で作ったしおりを希望の方に差し上げています。



フレイルチェック測定会

「フレイル」とは、年齢に伴って筋力や心身の活力が低下した虚弱な状態のことです。現在のご自身の状態を確認し、フレイルを予防する生活を考えてみませんか？

【日 時】 9月29日(日) 13:30~15:30

【場 所】 宿毛市総合社会福祉センター 2階小会議室

【内 容】 尿チェック・・・蛋白・糖・潜血検査、尿塩分チェック

簡易チェック・・・指輪っかテスト・イレブンチェック

お口・・・噛む力(咬筋触診)・滑舌テスト・反復唾液嚥下テスト・お口の元気度

運動・・・片足立ち上がりテスト・10m歩行テスト・握力テスト・骨格筋量

社会性・・・人とのつながり、社会参加、こころの3つの面から調べます

※上記の結果、これからどんな事に気をつけて改善したらいいか総合評価します。

【参加料】 100円

参加希望の方は、事前に連絡してください。

【連絡先】 高知医療生協 宿毛支部

支部長：浅木富子 090-4334-4903

理 事：岩崎容子 090-5911-3111



～社会保険労務士相談会開催～

社会保険労務士とは「企業における人事労務に関する専門家」です。

社会保険や労働保険、労務管理に関すること等の相談ができます。

【日 時】 令和6年9月20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内
参加費無料・予約不要です。

社会福祉協議会では、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_FUKUSHI

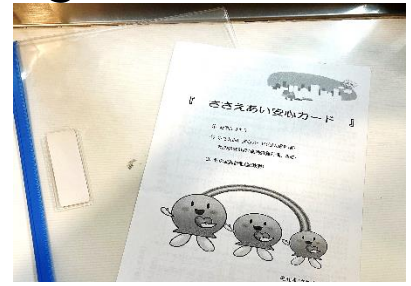
Instagram

～ ささえあいの地域づくり ～

「ささえあい安心カード」の紹介

さわやか協議体(中央・西地域)

いざという時の大きな力！ご近所同士のつながり



ささえあいの地域づくりに向けて、活動を続けているさわやか協議体では、もしもの時のために、日頃から自分で備えるカードの活用に取り組んでいます。

さわやか協議体では、近隣との関係の希薄さやそこから起こる孤立死の経験、また、豪雨や台風、津波といった災害などの身近な地域の話のなかから、日頃から地域でお互いに見守り合う大切さをあらためて実感し、現在の地域のつながりが弱まった時代には、自分に緊急事態が発生したときの備えとして、自分自身の情報や家族の連絡先などを、自分から進んで発信しておくことが必要なのではないかと、そうすることで、互助の輪の中につながっていくことができるのではないかと、住民目線で考えられた「ささえあい安心カード」を作成・提案しています。

また、「ささえあい安心カード」を活用した地域づくりのため、周知活動にも取り組んでいて、そのひとつとして、地域で活動される民生委員との協働に向けた働きかけを行いました。

協議体活動や「ささえあい安心カード」に興味・関心のある方は、下記までご連絡ください。

今回は もう一つの協議体である『ほうばいくらぶ』が取り組む、宿毛で安心して暮らすため、災害に備える「非常時もちだす物品」をご紹介します。

(問合せ)宿毛市地域包括支援センター 電話 0880-65-7665

地域元気クラブ支援者研修会開催

8月23日に文教センターにて地域元気クラブ支援者の方々19名が集い、研修会を行いました。

今回は、高知県総合防災対策推進 幡多地域本部の山下智也氏を講師にお迎えし、【南海トラフ地震の被害想定と事前対策について】と題し、南海トラフ地震について学びを深めました。

参加者からは「南海トラフ地震臨時情報（注意）が出た後だったので、こういう話を聞く機会が持て

てよかった。」「再確認する機会になった。」「改めて、日頃の準備と近所のつながりが大切だと感じた。」「元気クラブでも避難訓練をしていくことも考えたい。」といった感想や意見が聞かれていました。

高齢化が進行する宿毛市において、地域でのつながりに大きな役割を果たす元気クラブ活動はなくてはならない活動になっています。日頃のつながりを災害時の助け合いの大きな力につなげていけるよう、地域でも今回の学びを活かしていただければと思います。

