

ほっと っってどんなことしゅうが？

一緒に、ほっと。

相談は無料で受けられます。
秘密は固く守ります。

須崎市生活支援・総合相談センター「ほっと」は、多様な相談事業を一つの窓口で行うことで、困りごとや悩みをお持ちの方が、窓口を迷うことなくご相談いただけるようにしております。

困りごと、悩みごとがございましたら、お気軽に当センターまでご相談ください。

障害相談支援事業

須崎市在住の方を対象に障害のあるご本人やご家族からの相談を受け付けています。

ご相談はどのようなことでも受け付けており、ご相談の内容に合わせて助言や情報提供をさせていただきます。

- 障害福祉サービスを利用したい
- 将来のことが不安だけど誰に相談をしたらいいのかわからない
- 病院などから退院して不安なく暮らしたいけどちょっと心配
- 就職に向けて自信をつけたい などなど

様々な困りごと、悩みごとをほっと相談員と一緒に考えていきます。

自立相談支援事業

生活に困っている方の相談に応じ、関係機関への同行訪問や就労支援を行い、その方に合った支援計画を作成して、自立した生活ができるようお手伝いをする(必要なサービスの提供につなげる)ワンストップ型の相談窓口です。

まずは、困りごとや不安を相談員にお話してください。

就労準備支援事業

長期間働いていない、コミュニケーションに自信がない、生活リズムが崩れているなど、働くことに不安や悩みを抱えている方それぞれに合った支援計画でサポートします。

家計改善支援事業

節約しているのにお金が足りない、ローンの支払いが終わらない、家賃、光熱費、税金の滞納があるなどの困りごと…。

収支バランスの見直しや制度の活用、窓口への同行など、解決に向けて一緒に考えていきます。

日常生活自立支援事業

高齢者や障害者の方などが、福祉サービスの利用や金銭管理など日常生活に必要なことについて、自分ひとりで判断することが難しくお困りの場合に、安心して日常生活が送れるようお手伝いします。

預貯金の出し入れや、公共料金の支払いなどのお手伝い、大事な書類や通帳、印鑑などのお預かりを行っています。

利用料金

- 訪問などによる援助
1時間：1500円(30分単位でも利用できます)
- 書類などの保管サービス
年間：6000円(分割払いできます)

おすそわけソーコ

皆様からご寄付頂いた食糧品を、生活にお困りの方にお分けしています。ご寄付頂けるものがありましたらご連絡ください。お伺いすることもできます。

ご寄付いただきたい食糧品

缶詰、インスタント食品、レトルト食品、乾物類、非常食 他

注意事項

- ① 賞味期限が1ヶ月以上あるもの
- ② 未開封のもの
- ③ 常温で保存できるもの

生活福祉資金貸付制度

低所得世帯、障害のある方や高齢者のいる世帯を対象に、資金の貸付と必要な相談支援をおこなうことで世帯の経済的自立や生活意欲向上をはかり、安定した生活を送れるようにすることを目的としています。

※貸付種類ごとに要件・審査があり、ご希望に添えない場合もございます。

お問い合わせ：須崎市生活支援・総合相談センターほっと

☎0889-40-0358

一人で抱え込まず、相談をしてみませんか？
私たちに一緒に考えさせてください。



第40回 須崎市社会福祉大会

市民の皆様の多数のご参加をお待ちしています！

- ★日時：令和6年1月13日(土) 午後1時30分～
- ★場所：須崎市立市民文化会館 大会議室
- ★日程：①式典 福祉活動貢献者に対する表彰等
- ②発表 地域食堂の活動 すさき市民食堂
- ③講演 地域で子どもをとりまく支援について

NPO 法人 GIFT

寄贈のお礼

株式会社レディ薬局様から車イス1台を寄贈していただきました。大切に使用させていただきます。

ありがとうございました。



人生会議ってなんだろう？

11月7日に、高幡5市町・医療介護関係者合同研修会が市民文化会館にて開催されました。講師として、高知県立大学看護学部の森下安子先生をお招きし、「人生会議」について学びましたので、皆さんにもご紹介いたします。

✿人生会議ってなに??

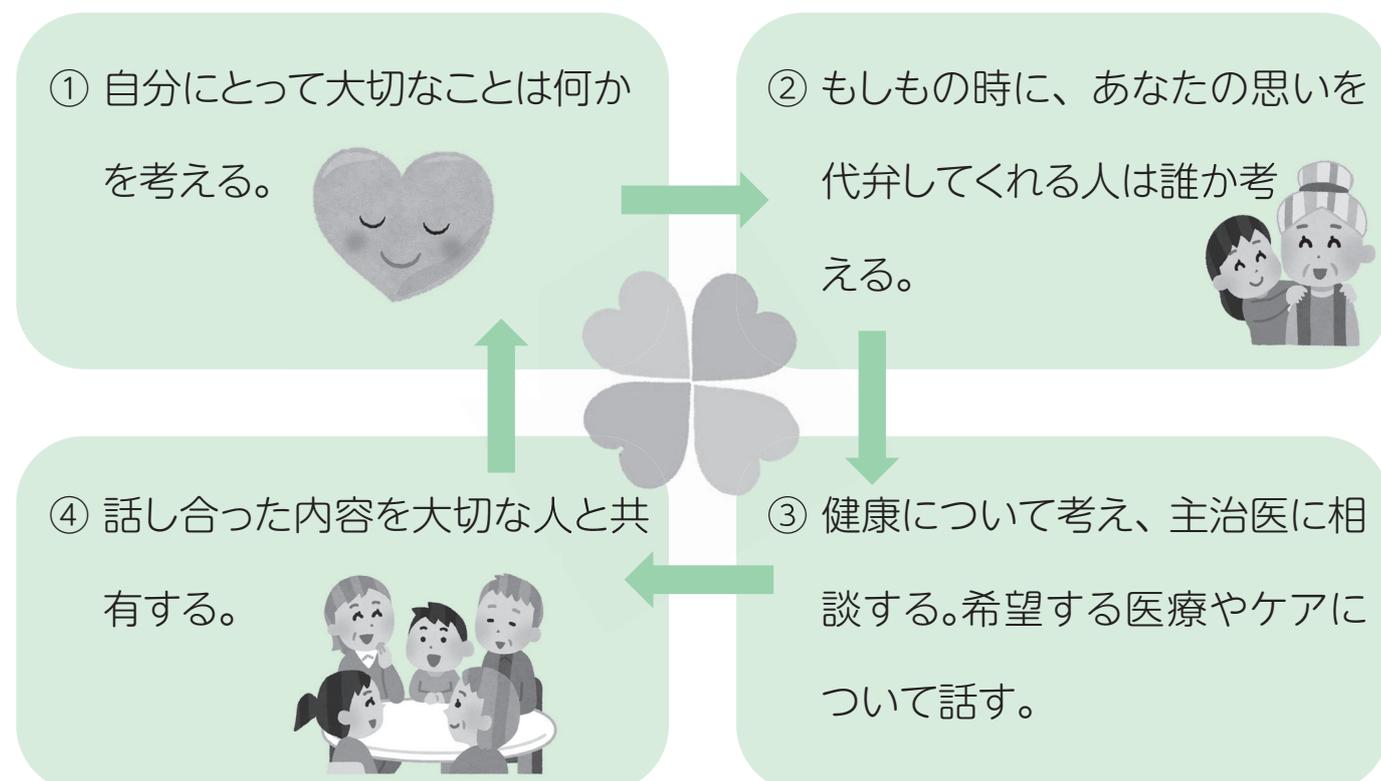
「もしものときのために、自身が望む医療やケアについて、前もって考え、家族等で繰り返し話し合い、共有する取り組み」のことです。

✿なんのために話し合うが？

命の危険が迫った状態になった時に、医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えることができなくなる割合は約70%と言われています。どんな状況になっても、自分が希望する医療やケアを受けるためには、元気なうちから、「自分が何を考え、何を大切にしているのか」を考え、大切な人や信頼できる人たちと共有することが大切です。

人生会議の進め方

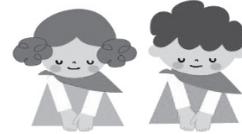
最初は、「心が落ち着く場所」や「誰と過ごしたいか」など、想像しやすいところから考えていきましょう。年末年始やお盆時期など、家族が集まるタイミングで、自分の思いを共有していくことが大切です。また、思いは変わることがあります。何度でも考え、共有しておきましょう。



～須崎市社会福祉法人連絡会より～

第2回フードドライブキャンペーンへのご協力
ありがとうございました。

あ り が と う



令和5年10月1日～11月30日まで『第2回フードドライブキャンペーン』として市内の各社会福祉法人(須崎福祉会・あおば会・須崎市福祉事業協会・須崎市保育協会・須崎市社会福祉協議会)と各公民館、フジ須崎店、マルナカ須崎店、土佐くろしお農業協同組合で食品の寄付受付を行い、皆さまからのご協力・善意のおかげでたくさんの食品が集まりました。

集まった食品については、令和5年12月18日～22日までの5日間、交流ひろばすさき・多ノ郷公民館にて譲渡会を実施し、物価高騰などの影響で食や生活に困っている方に配布させていただきました。



【須崎市社会福祉法人連絡会について】

須崎市内の社会福祉法人が連携し、個々の法人が持つ資源や専門性をつなぎ合わせ、住民や他機関のもと社福祉法人の責務である『地域における公益的な取り組み実践する事を通じ、地域生活課題の解決を目指す担い手として、地域共生社会の実現に寄与する事を目的に、令和4年11月1日に発足しました。

訪問介護ヘルパー募集中

資格要件 介護職員初任者研修(ヘルパー2級)以上

仕事内容 生活援助(買物、調理、掃除、洗濯等)

身体介護(排泄介助、入浴介助、移乗等)

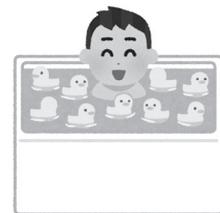
賃 金 時給1,000円から【各種手当、勤続年数による時給UPあり】

休 暇 有給休暇あり 勤続6年～最大付与20日 半年勤務で最低1日以上

(※働く時間日数等で付与日数は変わります)

週間シフトによる勤務のため、ご希望の休みや有休も取得しやすい環境です。

詳細は面談にてご説明いたします。お気軽に電話にてお問い合わせください。



【お問い合わせ】 指定訪問介護事業所 ☎0889-42-0789

須崎市老人クラブ連合会

活動紹介

～健康・友愛・奉仕～

須崎市老人クラブ連合会では、本年度、健康づくりとして、頭と全身を使いマスの上を決められたステップで進んでいく「スクエアステップ」を取り入れました。

「こじゃんと脳トレになる!」「難しいけど面白い!!」と、皆さん楽しみながら介護予防を行いました。

また、老連ピックには須崎市から1チームが参加し、晴天の中、元気よくグラウンドゴルフを行うことができました。

須崎市老人クラブ連合会では、このように様々な健康づくりを行う一方、清掃活動やあいさつ運動、花植え活動、小学生との昔遊びなど、友愛・奉仕活動も活発に行っています。

「自分たちの地域でも老人クラブを発足させたい!」「老人クラブに参加してみたい」などのご希望がありましたら、下記事務局までご連絡ください。



主な行事紹介

- ・ 10月～11月 いきいき芸能大会
いきいき体育大会
- ・ 12月～2月 モルック交流会
調理実習
- ・ 3月 グラウンドゴルフ大会
(社会福祉協議会会長杯)

他にも、視察研修旅行やスクエアステップ、高知県老人クラブ連合会主催の老連ピックや元気ハツラツ&はちぎん大会など、楽しい行事がたくさんあります。



須崎市老人クラブ連合会 事務局

☎0889-42-0736(須崎市社会福祉協議会内)

あったかふれあいセンター まちなかサロン 妙見山

毎月第2・第4水曜日午後1時～午後3時に妙見山交流会館にて、まちなかサロンの色々なイベントを行っています。令和5年11月には防災工作やかわいいフェルトフラワーを作りました。

開設2年目の妙見山サロンは、妙見山町内会の皆様のご協力もあり、利用者さんも増え、「認知症の学習をしたい!」「かわいい小物が作りたい!」等、たくさんのご意見をいただき、毎月のイベント内容を一緒に考えて予定を立てています。

まちなかサロンは年齢に関係なくどなたでも無料で利用できる地域の居場所です。初めての方も大歓迎ですので、お気軽にご来所ください。

🌸可愛いフェルトフラワーは材料費100円で作成できます。ご希望の方はまちなかサロンまでご連絡ください!

まちなかサロン直通 ☎080-6384-6486

フェルトフラワー
の花びら作り中



色とりどりのバラが
咲きました



新聞紙スリッパ
覚えちゃったら、災害時に
役に立ちそうやねえ

