東区社協だより／東区福まちだより

ふれあいの窓

No83
2016.3

社会福祉法人札幌市東区社会福祉協議会
〒065-0011　札幌市東区北11条東7丁目　東区民センター内
TEL：(011) 741-6440　FAX：(011) 721-6444

「ふれあいの窓」は、共同募金に寄せられた善意のお金を一部活用して発行しています

もくじ

東区福まち かわら版・・2～6
東区ボランティア活動センターからのお知らせ・福祉除雪事業ご報告とお礼・・・・・7
各種報告・お礼（賛助会費・収集ボランティア・赤い羽根共同募金）・・・・・・・・・・・8

福祉協力員研修会について

鉄東地区福祉のまち推進センター　事務局長　山内　泰嗣

鉄東地区では、毎年、春と秋に福祉協力員の研修会を実施しています。今年の春は、札幌消費者協会から講師を招いて、おれおれ詐欺防止策についての研修を行い、秋は、福祉バスを利用して余市の社会福祉法人徳風会を訪ねました。同法人は同一敷地内に保育園と高齢者施設を有し、季節ごとに施設と保育園を行き来し、世代を超えて交流を深めておりました。

今回我々は、高齢者施設を訪ね、養護老人ホームと特別養護老人ホーム等の違いおよびホームでの生活や日常生活における様々な問題や家族との連絡などについて説明を受け、研修を終えました。

研修からの帰り、北海道の歴史的建物で国の登録有形文化財に指定されている小樽迎賓館、旧青山別邸を見学してきました。にしん漁で湧いていた時代の、お金に糸目をつけず贅を尽くした豪邸は見事なものでした。

北光地区異世代交流「新年お楽しみ会」

北光地区福祉のまち推進センター　事務局長　掛端　眞知子

平成28年1月19日（火）、第10回の北光地区異世代交流「新年お楽しみ会」が、北光会館・集会室で開催されました。今年も北光地区のみなさん、あかしあ学園の利用者さん、はとポッポ保育園の園児達、福まちのサロン活動部他関係者など約70名が参加して、にぎやかに楽しく開催されました。

最初に、「きよしのズンドコ体操」で、あかしあ学園の利用者さんとサロン関係者で会場の皆さんと一緒にウォーミングアップ！。次に、はとポッポ保育園の園児達が見事なコマ回しを見せてくれました。その後、コマまわしを園児に教えてもらったり、風船バレーを楽しんで、大玉ころがしゲームや恒例のビンゴゲームをしました。最後は、みかんとお菓子でお茶懇、みんなで後かたづけして閉会になりました。

未来便

北栄地区福祉のまち推進センター　事務局長　位田　美沙子

北栄地区では、子育て支援のサロン活動にも力を入れています。北27条会館で開催している、高齢者との交流を主とした三世代交流事業「ほくほくクラブ」、北園小学校で開催している、小学生と幼児がふれ合う異年齢交流事業子育てサロン「つぼみ」です。

どちらの事業も参加してくださる方の思い出に残るよう工夫を凝らしていますが、2011年と2012年には「未来便」という事業を計画しました。それは、「ほくほく」と「つぼみ」に参加している親子に、2015年のクリスマスに届く「未来便」を作成してもらうというもので、子どもに宛てたメッセージに写真や絵などを添えて封筒に入れました。それらを大切に保管し、いよいよ2015年、クリスマスに届くようにサンタの切手を貼って郵送したところ、うれしい返事が届きました。スタッフ一同感動!!でも、三分の一くらいの「未来便」は、転居先が分からず戻ってきました。住所を調べる手段もなく、とても残念な思いで保管しています。届けることができたら喜んでもらえると思い、何か良い方法はないかなぁと思案しています。

介護予防講演会の開催

栄西地区福祉のまち推進センター　事務局長　向山　俊男

平成28年1月20日（水）、講師（管理栄養士）永田氏より「あなたに必要な栄養素は取れていますか」の演題の通り、栄養と食事について講演いただきました。高齢者は日常生活の中で一般の方と違い、毎日仕事がある訳でもなく、つい朝昼兼用の食事をしがちです。三食食べている方でも低栄養（血液中のアルブミンの不足）が原因で老化が進み、病気に対する抵抗力が落ち、筋力が弱まって転倒しやすくなることもあります。食事を疎かにすると、歯の噛む力が衰えたり、唾液不足が原因で、誤嚥による肺炎で高齢者が亡くなる事が多いとのことでした。また、高齢者は「自分で歩けなくなる」のが一番辛いと言います。毎日運動している方は、筋力には良質なタンパク質「肉」を取ることが大切だとお話しされました。

参加者の中からは、「いつも歩いて健康に注意しているが筋力を付けるには肉のタンパク質が一番必要だとは思わなかった。コレステロールもある程度は必要なものだと勉強になりました。日頃の食事は大事だと良くわかりました。」とのお話も聞こえました。

東区 福まち かわら版

「イベント型福まち」をベースに「見守り型福まち」へチャレンジ

栄東地区福祉のまち推進センター　事務局長　米田　憲昭

少子高齢化の進展に伴う一人暮らし高齢者の増加や子育て家庭での育児問題等に対応するため、札幌市では、平成７年に「札幌市地域福祉社会計画」を策定しましたが、その後の社会状況の変化や社会福祉制度の改革を踏まえて、平成15年に改定いたしました。

「福祉のまち推進事業」の実施主体である、札幌市社会福祉協議会でもこれに連動した「さっぽろ市民福祉活動計画」を策定して地域福祉活動を推進しておりますが、栄東福まち推進センターといたしましても、改めて「お互いに支え合うやさしい福祉のまちづくりの実現」を目指して、地域での交流事業や福まち関係者の研修会等を通じて、地域での見守り活動のレベルアップに取り組みます。

福まちお食事会

福まち認知症研修会

介護予防講座「心も体もアンチエイジング」

元町地区福祉のまち推進センター　事務局長　加藤　雅康

平成27年11月13日（金）、介護予防センター元町と共催で、講演・実演会を開催しました。最初は、道新朝刊で「しげひこのこれは助かる」を連載中の岡田しげひこさんによるコミカルで説得力のある講演とストレッチ体操。身体を曲げたり伸ばしたり、椅子に座ったまま出来る運動を教えてもらいました。

次は、歌声喫茶をされている石澤佳子さんが登場し、皆さんと懐かしい歌を大声で合唱しました。石澤さんが用意した歌本を気にいった方から、コピーして欲しいと頼まれるほど好評のうちに幕を閉じました。家に閉じこもらず会場まで足を運び、他の人と交流することが介護予防になるとのお話でしたので、これからも楽しく集える企画を考えていきます。

【第五回　チャリティークリスマス会】

伏古本町地区福祉のまち推進センター　運営委員長　金子　守治

東日本大震災も三月で満五年になります。チャリティークリスマス会も、被災された人々が少しでもお元気になるようにと思い、始めて今年で五回目になりました。

被災地から避難してきた方々も、現在は六世帯から三世帯になり、少しずつ回復しているのかなと思います。でも報道を見ると、仮設住宅に住む被災者が未だ沢山おり、まだまだ完全復興は時間が掛かると思います。

四回目からは子供の時間帯を設け、今年はさらに充実しました。参加者も昨年より五割増し、盛り上がりも半端ではありませんでした。子ども達のパワーは素晴らしい！学校の校長・教頭先生など多くの先生方も来て、観覧していただきました。

大人の時間は、昨年より少し少なく感じましたが、手作りの食べ物は終了前に完売し、嬉しい限りです。毎回手伝っていただいた、青少年育成委員会や民生委員児童委員・食改・子ども会・会場の廻りの町内会役員の皆さん、演芸に出場していただいた多くの皆さん、本当にご苦労様でした。

子育てサロン「なかよし広場」

丘珠地区福祉のまち推進センター　運営委員長　駒込　昌弘

丘珠地区では、高齢者を対象とした「スマイル健康」と、幼児を対象にした子育てサロン「なかよし広場」を年12回実施しております。子育てサロンは、平成18年6月より開設し、数多くの子どもさんが参加しております。「なかよし広場」では、毎年12月はクリスマスを兼ね、新規の親子も参加し、ツリーをバックに写真を撮ったり、おもちゃで遊んだりと、いつも以上にはしゃぎ回り、親たちは、子どもを横目で見ながら4月からの幼稚園の事等の情報交換をしています。あっと言う間に時間が過ぎ、片付けをと声を掛けると、まだ遊びたいと泣き出す子どもがいたり……。すると、鈴の音が聞こえ、サンタさんとトナカイさん（民生委員さん手伝い）が大きな袋を持って現れ、サンタさんよりプレゼントをもらい大よろこびの子どもたち。そして、サンタさんに別れをつげ、サロンが終わりました。なお、毎月サロン開催の時、おもちゃクリニックも開院し、大変好評を得ています。

東区 福まち かわら版

めざせ!「支え合おう」めざせ!「ふれあおう」札苗地区

札苗地区福祉のまち推進センター　事務局長　林　健一

札苗地区福まちセンターは、１年かけて、従来の各事業「茶話会」「食事会」「子育て」の参加者より改善のアンケートや専門家の助言をもとに、新しい価値を生み出す「リノベーション作戦」を平成27年度から推進した。

新たな「見守り活動」は、携帯用と自宅用の「緊急連絡カード」を作成し、活動が見える形に変容させた。更に、地域の方々の相談を専門家につなぐ「かけはし110番」を開設し、推進委員は、土日以外は福まちの事務室で相談に応じている。老若男女、地域の方々が「来て良かった」「また行きたい」が聞かれる福まちの活動が、地域に「開かれた存在」になるよう推進委員と知恵を出し合っている。

第18回　健康講座とふれあいお食事会

苗穂東地区福祉のまち推進センター　運営委員長　吉　美智子

70歳以上の方を対象に毎年開催しており、９月８日（火）、147名の方に参加いただきました。

午前中は、今迄と少し趣向を変えて、人と人のつながりとふれあいを大切に、元気な地域づくりに貢献されている、石澤佳子様によるアコーディオン演奏に合わせて、懐かしい曲を皆さんで一緒に歌い、笑顔で楽しい時間を過ごしました。昼食は、毎回好評いただいているお弁当の他に、食改善の方々による、手作りの汁物・デザートも用意され、楽しく会話をしながら地域の皆様の交流を深めていただきました。午後からは、減らない詐欺について、東警察署の井村様に、隣近所の絆を大切に、普段からあいさつ等の声かけをしていく事が大事であることを、ユーモアを交えてわかりやすく教えていただきました。

東区ボランティア活動センターからのお知らせ

ボランティア活動保険更新のお知らせと加入のお願い

平成27年度中にご加入いただいたボランティア活動保険は、平成28年３月31日をもって補償期間が終了いたします。

４月１日以降も継続して保険加入を希望される方につきましては、３月31日までに最寄りの社会福祉協議会にてお手続きをお願いいたします。

ボランティア活動保険は、ボランティア活動中のご自身や相手の怪我、物品の破損を補償する保険となっております。

ボランティア活動にご協力いただいている方でご加入されていない場合は、安心なボランティア活動のためにも、ぜひご加入ください。

また、学校の管理下におけるボランティア活動など、補償対象とならないボランティア活動もございますので、ご注意ください。

詳しくは、本会までお問合せください。

札幌市東区社会福祉協議会

☎ 011-741-6440

福祉除雪事業へのご協力ありがとうございます

福祉除雪事業は、多くの地域協力員（個人・団体）のご協力によって支えられている事業です。

地域協力員の皆様におかれましては、今年度も福祉除雪事業へのご理解とご協力をいただき、心よりお礼申し上げます。

平成27年度の福祉除雪事業は、東区内では633世帯の自力で除雪をすることが困難な世帯の方の利用申込がありました。

地域協力員のご紹介（敬称略、順不同）

【地域組織】

鉄東地区の皆さん、北光地区の皆さん、北栄地区の皆さん、栄西地区の皆さん、栄東地区の皆さん、元町地区の皆さん、伏古本町地区の皆さん、丘珠地区の皆さん、札苗地区の皆さん、苗穂東地区の皆さん

【ＮＰＯ・福祉施設】

希望寮、グループホームもえれのお家

【地域企業】

㈱山吉髙島造園、㈱市川造園、北海道秋山造園㈱、㈱リベラル、㈲つるみ商店造園部、㈱真生工業、㈱テクト、㈲天満電気、北国緑化㈱、マンウェイトトランスポート㈱、三綱・光和開発㈱、よろず屋仕事人、㈱山長中島組、㈱創建、㈱ＹＫスチール

【災害防止協力会加盟企業】

安田興業㈱、第一建興江島㈱、丸功協栄工業㈱、㈱北舗、古木建設興業㈱、杉原建設㈱、三兼建設工業㈱

賛助会費にご協力いただきありがとうございました

平成27年度、東区内の企業や地域の皆様から寄せられた賛助会費は4,212,000円でございました。

ご賛同いただきました皆様へ厚くお礼申し上げます。

賛助会費は、加入実績に基づいて各地区社会福祉協議会へ還元され、皆様の地域の福祉活動にお役立ていただいております。（加入実績額が20万円までは７割を、20万円を超えた額は９割を地区へ還元する仕組みとなっております。）

地域へ還元した残額は、本会の福祉事業（ボランティア講座やサロン研修会など）に活用しております。

平成28年度もご協力よろしくお願いいたします。

【会　　費】何口でもかまいません
個人：１口　1,000円
団体：１口 10,000円

（単位：円）

地　区	加入実績	配分金額	
		地区社協配分	区社協配分
鉄　東	294,000	225,000	69,000
北　光	380,000	302,000	78,000
北　栄	308,000	238,000	70,000
栄　西	555,000	460,000	95,000
栄　東	395,000	316,000	79,000
元　町	135,000	95,000	40,000
伏古本町	486,000	398,000	88,000
丘　珠	82,000	58,000	24,000
札　苗	312,000	241,000	71,000
苗穂東	1,216,000	1,055,000	161,000
事務局	49,000	0	49,000
合　計	4,212,000	3,388,000	824,000

収集ボランティアご報告・お礼

平成27年度の収集ボランティアにつきましては、下記の団体、個人の方からご協力をいただきました。心よりお礼申し上げます。

平成28年度におきましても、引き続き収集ボランティアを推進してまいりますので、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

平成27年度 協力団体・協力者（敬称略、順不同）

団 体

東区ボランティア連絡会、札幌市東区保健福祉課、保険年金課、東区母子寡婦福祉連合会、ほがらかクラブ、北陸銀行苗穂支店、北海道銀行創成支店、北一ミート（株）、有料老人ホームイリス北８条

個 人

須藤 マチ子、高橋 武子、菅原 春子、浅野目 和子、大西 清子、匿名

収集物品

ペットボトルキャップ・リングプル・古切手・えんぴつ

赤い羽根共同募金運動へのご協力ありがとうございました

昨年10月１日から12月末日までの３ヶ月にわたり、全国一斉に「赤い羽根共同募金運動」が実施されました。

東区では、戸別募金9,450,080円、法人募金1,429,282円、街頭募金706,188円、合計11,585,550円の募金が寄せられました。

経済状況の厳しいなか、募金にご協力くださいました区民・企業・団体の皆様に厚くお礼申し上げます。

また、地域で募金活動にご尽力いただきました町内会及び各種団体の皆様へ重ねてお礼申し上げます。

募金は、札幌市共同募金委員会を通じ、東区の福祉施設や地域で行われる福祉活動の貴重な財源として活用させていただきます。

（写真・募金活動にご協力くださった地域の皆様）