

東区社協だより／東区福まちだより

ふれあいの窓

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



北光地区・サロン代表者会議



東区ボランティア連絡会・研修会



苗穂地区・ふれあいトーク



光星高校・除雪ボランティア

- 東区福まち かわら版 2 ~ 6P
- 東区ボランティア活動センターからのお知らせ／
平成29年度 ふれあい・いきいきサロン研修会 7P
- ご寄附ありがとうございました／収集ボランティアご報告・お礼／
賛助会費にご協力いただきありがとうございました。 8P

No 86
2017.3



「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

秋の「ふれあい昼食会」

鉄東地区福祉のまち推進センター
事務局次長 法邑 優美子

昨年の10月5日（鉄東会館）・6日（むつみ会館）の両日に開催した「ふれ合い昼食会」では、民生委員のグループのハンドベル演奏に続き、お招きした音楽療法士のご指導の元、四肢を動かしたり簡単な手話を交えてのリズム遊びを楽しみました。会場が手狭な為、身体を大きく動かすわけにはいきませんが、一緒に声を出し、考え、手足を動かしている時の皆さんの笑顔が素敵で、参加型のプログラムの大切さを強く感じました。また地域の方々に陽気な曲と踊りの「かっぽれ」を披露して頂いた時には大喝采。福まち協力員手作りの豚汁に舌鼓を打ち、最後にゴルフのパターゲームをして散会となりました。



第3回 HUG 研修会に共催で参加

北光地区福祉のまち推進センター
事務局長 掛端 眞知子

自主防災組織連絡会主催の体験型の避難所運営の研修会が、美香保中学校の協力を得て開催されました。

福祉のまち推進センター運営委員会も、見守り対象者の方々に対する災害時対応の研修と地域との協働体制の強化のために、共催という形で第1回より参加・協力してきました。

校長先生による災害時の美香保中学校の役割、教頭先生からの備蓄品の説明や使用教室等の役割に真剣に耳を傾けながら、各教室の見学をする地域の皆様でした。東区地域安全担当の永井係長の貴重な熊本災害の応援経験は臨場感がありました。

さらに防災協会の方々の指導による避難所の疑似体験では、段ボールで一人分の居住スペースの作成に取り組みました。地域の皆さんは、数年おきに起こる災害に危機感を感じて真剣に取り組まれていました。

自主防災組織連絡会の能澤会長の、この研修会を今後各町内会の自主防災組織の防災訓練で役立てて下さればありがたい、という言葉で閉会しました。



地域の子供たちと土曜日を過ごす

北栄地区福祉のまち推進センター
事務局長 位田 美沙子

活動を始めたのは、学校の週休二日制に伴い地域の子供たちと関わっていこうと考えたからです。共稼ぎ家庭の多い時代、子供たちの土曜日の過ごし方に、地域として少しでも力になれたらと思い、活動しています。

スタッフは25名で、警察・消防・行政・町内会・その他関係機関等、様々な分野の人たちで構成しました。主なイベントは、「ミニ縁日」「ラジオ体操」「子供の防災教室とやきいもパーティー」「防犯教室とパトロール」「交通安全教室」「大人と子供のウォーキング」です。

「ミニ縁日」では、駄菓子やバルーンづくり、わたあめ、様々なゲームなどを、子供会、町内会、小学校、児童会館の方々の温かい協力を得て行い、とても盛り上がります。

子供会の役員は「ドラム缶で焼くやきいも」が美味しいと言ってくれる父親の参加が、年々増えることをとても喜んでいました。このように活動を重ねる度に参加人数が増え、多くの子供たちと触れ合い、地域の大人と子供たちが顔なじみになり、親しく声を掛け合うことができるようになることは、とても嬉しいことです。

「楽しかったのでまた来年来るね!」とニコニコして帰る子供の声を聞くと、「活動してよかったなあ。」と満足感に浸ることができます。今は、福まちの活動として子供たちを見守っています。



「介護予防講演会」

栄西地区福祉のまち推進センター
運営委員長 向山 俊男

平成29年1月24日(火) 10時~12時 栄42条会館にて「介護予防講演会」を開催しました。

当日は、参加者約70人(関係者含む)と多くの方が関心いただきました。今回は平成28年度より東区で取り組んでいる、タッピー体操を中心に理学療法士小川氏より第1部では「タッピー体操で健康づくり」の講演をいただきました。

なぜ今高齢者に体操が必要なことか、筋力が弱まって転倒すると全体の10%で介護が必要になることなど、テキストを交えながら講演いただきました。

第2部は実践的にタッピー体操を行いました。体のストレッチ体操に始まり筋力アップと続き40~50分に及び参加者からはつかれた顔も見られましたが皆さん元気に行いました。

参加者からは、「呼吸を止めずに行うことが難しいです。」「体に力を入れると気張ってしまう。」「1回指導を受けただけでは覚えられない。」との声がありましたが、介護予防センター栄町の加藤さんからは「ぜひ、すこやか倶楽部に来てください。」との声かけがありました。

最後に、講師の小川氏より「これからタッピー体操を行えば10年~20年先が健康寿命で過ごせますよ。」の言葉がけで会が終わりました。



「子どもとシニアの集い」を開催

栄東地区福祉のまち推進センター
事務局長 米田 憲昭

平成28年9月20日、今年で11回目となる地域子ども達と高齢者との異世代交流会を栄小学校体育館で開催しました。交流会には、栄小学校の5年生と近隣にお住まいの70歳以上一人暮らし高齢者等約161名の参加をいただきました。

交流会では、始めに小学校の児童からリコーダー演奏と合唱の発表があり、参加された高齢者の方も一緒に大きな声を出して歌っていました。次にシニアの皆さんからお返しとして、地域の「オカリナサークル」メンバーによる素敵な演奏と「オカリナの歴史」についてのお話がありました。

引き続きグループに分かれて夢や希望等をテーマに「対話で交流会」を行いました。核家族化により高齢者との対話が少なくなった子ども達にとっては、この交流会を通じて高齢者とのコミュニケーションの機会が持てたこと、またシニアの側からは、子ども達との交流により元気をいただく等有意義な時間になりました。



～レッツダンス～ ダンスで認知症予防!

元町地区福祉のまち推進センター
事務局長 加藤 雅康

『社交ダンスを用いた認知症予防につながる健康体操』として、平成27年度に一度開催。

プロダンスインストラクターの平田篤さんに来ていただきました。この体操は、一般的な健康体操には含まれない横や後ろの動き、回転運動を含みます。踊る姿を見る（視覚）・説明や音楽を聴く（聴覚）・手をつないだり体を動かす（触覚）など、五感を刺激することが大切だそうです。大好評で、参加者からのリクエストが多いため、今年28年度は月1回、10回でシリーズ化しました。「美しい歩き方」「首、肩周りを美しく」など毎回テーマがあります。楽しみながら体を動かし、「脳」の神経細胞を活発にして、心も体も元気になる事を目指します。



第6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（福祉プラザ葱ぼうず）
運営委員長 金子 守治

昨年の12月17日、ふしこ地区センターに於いて、標記のクリスマス会を、地区センターの周り10ヶ所町内会が結束し、また、連町婦人部、青少年育成委員会・伏古本町地区民児協・伏古本町地区食生活改善・こども会・児童会館の小中学生・地元のバンドk&toysの皆さんが趣旨に賛同して戴き、盛大に行われました。

平成23年3月11日に東日本大震災が発生、多くの犠牲者が出て、地震・津波・原発の事故で悲惨な状態になりました。未だに2千有余人のご遺体が見つかっておりません。

それで、少しでも助けになればと思い、チャリティーを開催し、その浄財を送る事にし、平成28年で6回となりました。27年より子供の部（参加者≒250人）と大人の部（参加者≒300人）と時間差を設け、別々に行っております。



※児童の部



※大人の部

丘珠地区合同研修会を開催

丘珠地区福祉のまち推進センター
運営委員長 駒込 昌弘

平成29年1月20日に、丘珠連合町内会、丘珠地区社会福祉協議会、丘珠地区福祉のまち推進センターの三団体による合同研修会を開催しました。

研修会は、東区社会福祉協議会事務局長樋口弘様を講師として「地域の支え合いでもっと幸せに～これからの高齢者社会を考える～」という内容で、各町内会長、民生児童委員、福祉推進員、各団体の方など約60名が参加されました。

丘珠地区の福まちでは、日頃より見守り活動等を各町内会と連絡を取りながら進めているところですが、研修会を通じてより一層の関心を持って頂き、この地区が「地域の支え合い」が活発になることで住み良い所となるのだと、改めて考えさせられる研修会となりました。



「支え合い、ふれあい」をめざす札苗地区

札苗地区福祉のまち推進センター
事務局長 林 健一

札苗地区福祉のまち推進センターは、2年前に「リノベーション作戦」と称し、福祉と子育ての専門家、推進委員と共に従来の事業内容に付加価値をつけた28年度の全ての事業を計画通り終えることができました。

当地区は、地域が離れているため、子育てサロンは3地域の4箇所の23回の実施、福祉交流会の「茶話会・食事会」は共に各3地域3回実施しました。まだまだ進化させたいと思いますが、わが福まち推進委員の情熱の花が咲いた一年のようでした。

更に、東区社会福祉協議会より講師を派遣していただき、社会福祉協議会の委員と共に福まちの誕生の歴史と少子高齢化に対応した福まちの役割について研修を行いました。

今年は推進委員の加入増もあり、ますます「足と頭脳」で地域のために「開かれた福まち・支えられる福まち」となれるよう努力を重ねていきたいと考えております。



「苗穂ふれあいトーク」の開催

苗穂地区福祉のまち推進センター（苗穂福祉ふれあいテン）
運営委員長 吉 美智子

少子化・高齢単身世帯の増加が見込まれる現状において、苗穂地区社会福祉協議会と、東区社会福祉協議会が連携し平成28年9月15日（木）「苗穂ふれあいトーク」が開催されました。

高齢者等の見守りに係る意見交換会で、参加者は、各単町の町内会長・民生委員・福まち推進委員等です。

日頃活動を通して、感じている事等を、どんな事でも気軽に話し合い、更に見守り活動への意識を深めていく為と地域関係者の顔合せを目的として、開催されました。

町内会ごとに、様々な地域性や、思い・考え方・それぞれ工夫があり、とても参考になる、ふれあいトークでした。



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 加入のお願い

ボランティア活動保険は、ボランティア活動中のご自身の怪我や相手方への賠償（怪我や物品の破損）を単年度間補償する保険となっております。

ボランティア活動をされている方で加入されていない場合は、安心な活動のためにも、ぜひご加入をご検討ください。

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、本会までお問い合わせください。

札幌市東区社会福祉協議会 電話011-741-6440



平成29年度 ふれあい・いきいきサロン研修会

社会福祉法人 札幌市東区社会福祉協議会 主催

サロンで笑う方法 教えます

参加費
無料

- ◆開催日時
平成29年5月26日（金） 10時～12時
- ◆開催場所
東区民センター 2階 ホール
- ◆定員 100名（先着順・定員になり次第メ切）
- ◆講師・レクリエーション指導

『みんなで笑うレクリエーション』 ケアレクリエーション倶楽部 代表 南部 広司さん
（介護レクリエーションの指導者として道内各地で講演多数）

※サロンについて、東区社会福祉協議会職員の解説があります

- ◆申し込み **平成29年4月10日（月）から受け付けます**
東区社会福祉協議会へ電話かFAXで、氏名・連絡先・参加人数を教えてください



参加者
募集！

札幌市東区社会福祉協議会 東区北11条東7丁目東区民センター内
電話 011-741-6440 / FAX 011-721-6444

ご寄附ありがとうございました

- 2月13日 福祉プラザ葱ぼうす みんなで楽しいクリスマス実行委員会 様 20,000円
 - 3月21日 札幌市東区文化団体協議会 様 21,265円
- 【2月1日～3月21日付 受付分】



収集ボランティアご報告・お礼



【収集ボランティア】

大友恵愛園様、東区ボランティア連絡会様、北一ミート(株)様、(社福)伏古福祉会様、伏古本町連合町内会女性部様、(特非)ステップバイステップちゃちゃべりー様
菅原春子様、鬼原美紀様、三谷明様

収集ボランティアは今日からでもはじめられる活動です。それぞれ、集めていただいたものは市ボランティアセンターにまとめた上で下記の団体様へ提供しております。ぜひ、みなさまのご協力をよろしくお願いいたします。

【エコキャップ】

- 全国障害者援護協会北海道支部
- ・エコキャップの受入・選別・粉碎の作業所でシニアと障がい者の雇用づくりに取り組み、さらにエコキャップリサイクル事業の益金の一部で、北海道内の難病と闘う子どもたちへの支援を行っています。

【リングプル】

- リングプル再生ネットワーク
- ・リサイクル業社にて換金し、協賛業者から車いす等を購入して、リングプル寄贈者に提供するシステムです。

【使用済み切手】

- 日本キリスト教海外医療協力会
- ・海外における保健医療協力のための資金援助の一助に加え、使用済み切手収集を通して多くの皆様が海外への保健医療協力の実状や、その必要性を周知することを目的としています。

【未使用えんぴつ】

- 公益社団法人札幌市母子寡婦福祉連合会
- ・ひとり親家庭の学習支援事業である「まなとびあ」に活用されています。

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28年度、東区内の地域の皆様や企業から寄せられた賛助会費は4,028,000円でした。

ご賛同頂きました皆様へ、厚く御礼申し上げます。

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配分され、東区の地域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割を地区へ配分する仕組みとなっております。)

地区へ配分した残金は、東区全体の福祉活動事業費(ボランティア講座やサロン研修会などの事業)として活用しております。

平成29年度も引きつづきご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

地区	加入実績	配分金額	
		地区社協配分	区社協配分
鉄 東	305,000	235,000	70,000
北 光	373,000	296,000	77,000
北 栄	306,000	236,000	70,000
栄 西	557,000	462,000	95,000
栄 東	353,000	278,000	75,000
元 町	110,000	77,000	33,000
伏古本町	484,000	396,000	88,000
丘 珠	55,000	39,000	16,000
札 苗	280,000	212,000	68,000
苗 穂	1,153,000	998,000	155,000
事務局	52,000	0	52,000
合 計	4,028,000	3,229,000	799,000



会費額(年額) ○個人 1,000円(1口) ○団体・法人 10,000円(1口)

※ご希望される方には、関係書類を送付させていただきますので、本会までご連絡ください。