



社協だより

Nishi-ku Shakyo Dayori

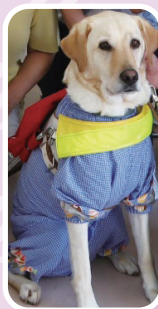
ボランティア入門研修を開催しました！



▲乗る・押すのどちらも体験！



▼PR犬グレン号



ボランティアについての基礎知識や支えあい活動の講義、盲導犬に関する講話・体験、車いすに関する座学や実技など、2回に分けて開催をしました。参加者は真剣に耳を傾け、自身の体験などを共有する場面もありました。話を聞くだけでなく、実際に体験をしてもらうことで、講話だけでは得られない「感覚」を学ぶ、貴重な機会となりました。

もくじ

- ボランティア入門研修 実施報告 1 ページ
- 琴似二十四軒地区福祉のまち推進センター活動紹介 2 ページ
- 発寒北地区福祉のまち推進センター活動紹介 3 ページ
- 八軒中央地区福祉のまち推進センター活動紹介 4 ページ
- 福祉除雪事業(スポット協力員)の紹介 5 ページ
- あかはな子ども食堂の紹介 6 ページ
- 事業所紹介 7 ページ
- 街頭募金報告とお礼、愛情銀行寄付紹介 8 ページ

毎月3日は
見守り訪問の日





地区福祉のまち推進

地区福祉のまち推進センターでは、住み慣れた地域で安心して生活することな取り組みを行っています。今回は、琴似二十四軒地区福祉のまち推進センターのまち推進センターの活動についてご紹介します！

● 琴似二十四軒福祉のまち推進センター ●



琴似地区では、9月15日(金)にホテルヤマチにて「ふれあい敬老のつどい」を行いました。開催はなんと4年ぶりで、顔を合わせて話ができることを皆で喜びました。フォークソングで懐かしのメロディーを聞き、ビンゴゲームを実施し、盛りだくさんの内容となりました。

参加者の最高齢は、なんと101歳！表彰と記念品をお渡しし、長寿をお祝する良い1日となりました。

二十四軒地区では、9月9日(土)に二十四軒地域会議室憩いの杜にて「いきいき元気！健康まつり2023」を行いました。

延べ80名以上の方が来場し、骨密度や体組成など普段自宅ではできない計測も行うことで、自身の健康について見直す良い機会となりました。相談ブースでは、計測に関わる質問から日常生活に関わる質問、フレイル予防についての質問など、内容は多岐にわたり、来場者の健康意識の高さを感じられました。



二十四軒東地区では、6月25日(日)に西老人福祉センターにて「健康フェスタ」を行いました。

足指力の測定や大人気の脳年齢測定などに加え、今回は高校生ボランティアも加わり、一緒に西区の「さんかくやまベエ体操」をして身体を動かしました。1年に1回、自分の身体の状態をチェックする機会として、地域の皆様に根付いている行事です。



▲大盛況の体操コーナー



センター活動紹介

とができるよう、高齢者の見守り活動を中心に、年間を通して様々センター、発寒北地区福祉のまち推進センター、八軒中央地区福



発寒北地区福祉のまち推進センター

4年ぶりに発寒北地区 すこやか倶楽部・いきいきサロン ふれあい交流会開催!



6月23日(金)はささむ地区センターにて、4年ぶりとなる発寒北地区すこやか倶楽部・いきいきサロンふれあい交流会が開催されました。西区社会福祉協議会、西区第3地域包括支援センター、西区介護予防センター発寒の3機関合同「ハツキタクイズ」や、ピエロのTeTeさんによる変面、パフォーマンスなど、楽しいアトラクションが盛りだくさんの交流会でした!

最後は参加者全員でのやまベエ体操!で程よい運動で汗を流しました。

福まちひだまりサロン始動!!



8月26日(月)発寒北地区福祉のまち推進センターによる“ひだまりサロン”を開催しました。初回は花王グループさんにお越しいただき、お出かけ支援をテーマにご講話いただきました。お出かけができる健康な身体づくりとしてフレイル(健康と要介護の中間)予防、お出かけ中につい気になる頻尿の予防など、ためになる話に皆さん真剣に耳を傾けていました。

令和5年5月8日より新型コロナウイルス感染症が5類に移行し、発寒北地区においても地域の活動が活発に動き出しています!

毎月3日は見守り訪問の日



八軒中央地区福祉のまち推進センター

八軒中央地区福祉のまち推進センターでは、地域の高齢者や福まちで活動する方々が健康で、いきいきと生活や活動を続けてもらえるよう介護予防に関する研修を実施しました。

健康づくり教室

8月28日（月）『70代から大切な体操と筋トレ』と題して健康づくり教室を開催。26名の方が参加しました。札幌生涯学習インストラクターの会 嘉指 毅氏を講師に招いて、自宅のできる体操を教えていただきました。

参加者は“身体が痛い”と言いながら、それぞれのペースで体操に取り組んでおり、また、“どのくらいの回数をやるのが良いですか”など積極的に質問もあがっていました。

講師の先生からは、無理なくできるものを継続しておこなっていくことが大切とのお話がありました。終始和やかな雰囲気、参加者は心身ともにリフレッシュしていました。

介護予防教室

9月19日（火）福まち活動者が集まる連絡会の中で、介護予防教室を開催。『健康長寿のための食事について』と題して札幌生涯学習インストラクターの会 健康生きがいづくりアドバイザーの宮本 正敏氏から日頃の食事で積極的に取り入れたら良いものなどについてのお話があったほか、自宅で簡単にできる体操を教えていただきました。

コロナ禍で自粛生活が長く続いたことで、運動をする機会や人と接する機会が減り、心身が弱まっている方が増えています。適度な運動、バランスの良い食事、そして人との交流が健康増進につながります。

八軒中央地区福祉のまち推進センターでは、上記研修会のほかにも、毎月20日に78歳以上の一人暮らし高齢者を対象に配食サービスを行っており、見守り活動者がお弁当をお届けし、お元気がどうかを確認する見守り活動も実施しています。

様々な活動を通して、安心して暮らせる地域づくりを進めています。



福祉除雪 スポット協力員募集!



福祉除雪の地域協力員が急病などで一時的に活動できなくなった場合に、地域協力員の担当世帯の除雪を代わりに受け持っていただく**単発の除雪ボランティア**を募集いたします。“1シーズンの活動は難しい”“土日だけ活動できる”という方も是非ご登録ください!

※福祉除雪とは?

高齢者や障がいのある方を対象に、通院や買物などの外出時に支障となる、道路に面した住宅の出入口と玄関先までの通路(敷地内)の除雪を行う制度です。

活動内容

活動期間	令和5年12月1日(金)～令和6年3月20日(水)の期間のうちで、福祉除雪協力員が活動できない日 ※原則として 活動依頼日の前日 までに西区社会福祉協議会より活動を依頼する世帯についてご連絡をさせていただきます。
除雪日時	道路除雪が行われた日の12時(正午)ころまで
担当世帯	西区社会福祉協議会より活動依頼を行った世帯 ※活動可能なエリア(範囲)のご希望等もお受けしております。

活動費

3月末にスポット除雪を行った世帯1件、**1回につき1,500円**の活動費をお支払いします。
※活動依頼をした期間に道路除雪が行われなかった場合は、活動費の支払いはありません。

登録方法

- 下記QRコードからご登録をいただくか、下記の電話番号へご連絡願います。
- ★スポット協力員は、上記の活動が可能であれば、年齢や性別は問いません。
ボランティアグループ、NPO、福祉施設、学校、企業などでの登録も可能です。
 - ★福祉除雪の地域協力員にご登録いただいている方も登録可能です。
※地域協力員の同居家族が、地域協力員の代わりにスポット協力員として活動することは出来ません。

お申込・お問い合わせ先

札幌市西区社会福祉協議会

〒063-0812 札幌市西区琴似2条7丁目 西区役所1階

電話 641-6996 FAX 611-6620



毎月3日は見守り訪問の日



子ども食堂

地域にひらかれた居場所としての「子ども食堂」が、全国的に広がりを見せています。

西区内にも、子どもや地域の方々が集まり、一緒に食事をしたり、おしゃべりをしたりしながら交流を深めるみんなの居場所があります。今回は、八軒にある子ども食堂「ゆるり」取材しました！



子ども食堂「ゆるり」

西区八軒にある子ども食堂「ゆるり」は、NPO 法人あかはなスマイルキッズ(代表理事：鳥井孝将氏)が運営する子ども食堂です。

月1回第4金曜日に子ども食堂「ゆるり」を開催しており、子どもたちや親子、地域の高齢者にご飯を食べに集まります。

代表の鳥井氏が食事を作り、ボランティアさんが配膳や片付けなどを行っています。

子ども食堂に来て食事をし、その後は一緒におしゃべりやゲーム、漫画を読んだりなど、思い思いに自由に時間を過ごして帰っていきます。

取材をした日に子ども食堂にはじめて参加したという女性の方からお話を伺うと、「いつもは一人で食事をしている。言葉を交わさなくても一緒に空間で食事をとれるのは楽しいし、元気になる。」「食事も美味しかったし、また来たい。」とのお話がありました。

代表の鳥井氏は、この場所が子どもを中心に、地域住民や企業、団体などが集まり、つながりを作っていく場になってほしいと願っています。また、この場所を多くの方に知ってもらい、子どもたちには“いつでも受け入れてくれる居場所がある”という安心感を持ってもらいたいと考えています。「ゆるり」では子ども食堂の他にも学習支援やフリースペースの開放も行っています。

八軒での活動ははじまったばかりで、運営を継続していくために必要な財源の確保も大きな課題です。

NPO 法人あかはなスマイルキッズでは、一緒に活動してくれるボランティアさんはもちろん、資金面で活動を支援してくれる企業・団体様も募集しています！！



<活動拠点「ゆるり」の活動内容>



毎週火曜日
15:00 ~ 20:00

学習支援「学び舎ゆるり」



毎週木曜日
15:00 ~ 18:00

フリースペース「ゆるりの家」



第4金曜日
15:00 ~ 20:00

子ども食堂「ゆるり」
※食事提供は 17:00 ~

NPO法人あかはなスマイルキッズ

活動拠点「ゆるり」：札幌市西区八軒2条西1丁目2-6

連絡先：090-4873-8852

ホームページ：<https://akahanasmile.net/>



社協の職員



札幌市社会福祉協議会では、地域の方々と一緒に福祉のまちづくりを進める西区社会福祉協議会の他、高齢者の在宅生活を支える事業所や高齢者の生活に関する総合的な相談を受け付ける機関、また健康でいきいきとした生活を支援する施設を運営しています。

本号では、高齢者の健康増進を支援する「西老人福祉センター」とそこで働く職員を紹介します！



取材をしたのは、
生活相談員の
桐生 大輔さん



老人福祉センターってどんなところ？

高齢者の健康増進や教養向上、交流を目的に、書道や絵手紙などの教養講座の開催や、卓球やダンスなど運動も実施しています。センター内には囲碁や将棋などができる娯楽室、図書室や運動場、機能訓練回復室などがあり、札幌市内にお住いの60歳以上の方なら誰でも無料で利用できます。

また、デイサービスセンターも併設されており、要介護認定を受けた方を対象に、日帰り通所で食事や入浴、レクリエーション、機能訓練などのサービスを提供しています。

桐生さんの仕事について教えて！

デイサービスの生活相談員として勤務しており、主に新規利用者や体験利用者の受け入れ、関係機関やご家族との連絡調整などを担当しています。また日中はデイサービス利用者の送迎、入浴や排泄介助なども行っています。

ときには、デイサービスの行事を盛り上げるべく、ガールズバンドに扮してダンスを披露したこともあります。人生初の口紅と頬紅をつけて実演♪利用者の方々に大変好評で、大いに盛り上がりました。

老人福祉センターでは受付対応や講座の開催も担っています。



職場で心がけていることは？

当センターは、利用者や職員との距離が近く、アットホームな雰囲気です。お友達作りやコミュニケーションの場としても利用していただくことができます。

職員同士は、気になることや気づいたことがあれば、情報を共有したり、「こうした方が良いね！」と意見を伝えあいながら業務を進めています。デイサービス、老人福祉センターを利用する方々が、安全第一で、楽しい時間を過ごしてもらえるよう心がけて業務を行っています。

札幌市西老人福祉センター

〒063-0804 札幌市西区二十四軒4条3丁目4-1 / TEL 641-4001



赤い羽根共同募金 街頭募金のお礼

10月1日から全国一斉に赤い羽根共同募金運動がスタートし、西区でも10月1日(日)～4日(水)に街頭募金活動を実施いたしました。

区内の老人クラブ、福祉のまち推進センター、民生委員児童委員協議会、ボーイスカウト札幌第22団、ボランティア連絡会、母子寡婦福祉連合会、札幌中央地区郵便局長会、精神障害者を支援する会、NPO法人シーズネットの皆様のご協力のもと、西区内の店舗前・地下鉄駅周辺で活動を行いました。

4日間で**253,988円**の募金が集まりました。

皆様のあたたかいご協力に感謝いたします。

集まりました募金は北海道共同募金会を通じて配分され、区内の地域福祉活動等に活用させていただきます。



愛情銀行寄付受理報告

～あたたかい善意ありがとうございました～

令和5年	8月	高橋 英次 様、英子 様	100,000円
	8月	株式会社 イトーヨーカドー労働組合琴似支部 様	6,610円
	9月	株式会社 やまもく 様	14,000円
	10月	明治安田生命保険相互会社札幌支社 様	112,000円

<物品寄付>

毎月 マルハン琴似店 様 お菓子



マルハン琴似店 様



(株)やまもく 様



(株)イトーヨーカドー
労働組合琴似支部 様



明治安田生命保険相互会社
札幌支社 様

西区社協愛情銀行へのご寄附について

本会では、住民の皆様からいただいた善意は、地域の福祉活動(孤立をしない地域づくりや、ふれあいいきいきサロン、見守り安心グッズなど)に有効に活用させていただいています。皆様からのお申し込みをお待ちしております。

