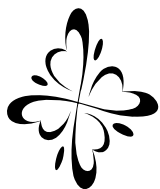


地域福祉をサポートする情報紙

# 今日から

## 《今月の主な内容》

- お互いの支えあいで豊かな地域づくりを ～広がれ福祉の輪～
- おさんぽなび発行!!
- 介護予防は地域づくり!
- 地域福祉推進のサポーターをお願いします
- 平成30年度事業報告



千歳市社会福祉協議会  
シンボルマーク



# しゃ まきょうの

広報誌です。  
次号は  
9月発行  
です。



千歳市社協会報「今日から」は、「共同募金」の善意と社協会員の皆様からの会費、愛情銀行への寄付金により発行されています。

最新の情報はホームページでご覧になれます

<https://chitose-shakyo.or.jp/>

千歳市社協 検索





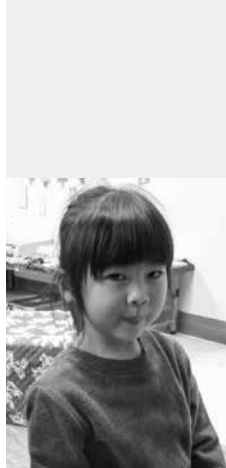
# お互いの支えあいで 豊かな地域づくりを

## 社会福祉協議会の役割とは

社会福祉協議会（以下、社協）は地域住民、社会福祉の関係者などの参加・協力を得て活動することを大きな特徴とし、公益的な民間非営利組織です。昭和26年（1951年）に制定された社会福祉法（旧社会福祉事業法）において「地域福祉の推進を図ることを目的とする団体」として規定されています。



社協は基本理念である「思いやりが根づくまち千歳」の実現に向け、住み慣れた地域で安心して暮らすことができるまちづくりを推進しています。（詳細は7頁）  
そして、地域で抱えている課題や問題を地域住民と一緒に解決し、誰もが安心して生活することのできる「福祉のまちづくり」を推進しています。そのために、福祉サービスや相談・援助、ボランティアや住民活動の支援、共同募金運動への協力などの活動を行っています。



特集  
地域づくり

広がれ福祉の輪



地域で起きていること

現在、千歳市においても子どもが少なく高齢者が多い「少子高齢化」が進んでいます。町内会の加入率の低下や人との関わり希薄化などにより、地域において住民同士の助け合いが困難になり、子育て世代から高齢者まで全世代における貧困や虐待、交流不足による社会的孤立など、支援を必要とする人が抱える課題も複雑になってきています。

さらに、近隣や家族による支



援力が低下していることから、困難を抱えていても誰に相談してよいかわからない、相談先がわからないといった場合も少なくありません。

このような複雑な問題には個人の力だけでは対応できないため、地域住民による支え合いやボランティアによる支援が求められています。

社協が行っていること

社協は、支援を必要とする人と支援ができる人とのつながりをつくり、住民相互の助け合いを基に、豊かな地域づくりの推進役としての役割を担いさまざまな地域福祉活動を行っています。

社協は、5つの圏域（東区・西区・南区・北区・向陽台区）ごとに「生活支援コーディネーター」を配置しています。

生活支援コーディネーターは、地域における高齢者支援の担い手やサービスの開発、社会参加の促進、介護予防の充実を図る

地域づくりに大切なこと

ため、地域のニーズを把握し、地域住民やボランティア等と連携し、不足しているサービスを創出するなどの調整役（コーディネーター）として、高齢社会における地域づくりを支援しています。

地域づくりは「地域の課題は地域で解決する」ことを目指しながら、多くの住民が参加して、それぞれの地域事情に合った活動を積み上げていくことで、多様なニーズに対応できる共生の社会につながると考えます。

地域のつながりや支え合う活動は、地域にとつての大切な財産といえます。地域づくりに、私たちは住民一人ひとりが力を合わせて、この豊かな財産を守り育て、活用していくことが、さまざまな活動の大きな基盤となっていくものであり、その取り組みを全面的にサポートするのが社協であると考えています。

千歳市  
共同委員会からの  
お知らせ

2019 赤い羽根募金「こ当地千歳ピンバッジ」の設置を通して、地域貢献にご協力していただける法人・事業所を探しています。



千歳市限定ピンバッジ  
サモン君  
(千歳サケのふるさと千歳水族館  
マスコットキャラクター)

現在、設置のご協力をいただいている事業所一覧

- サケのふるさと千歳水族館
  - 道の駅サーモンパーク千歳
  - 湖畔の宿支笏湖丸駒温泉旅館
  - しこつ湖鶴雅リゾートスバ水の譚
  - 休暇村支笏湖
  - 支笏湖第一寶亭留翠山亭
  - レイクサイドヴィラ翠明閣
- (敬称略)

ご当地ピンバッジとは...

500円募金をしていた方へバッジをプレゼントいたします。

募金額500円より制作費を差し引いた額が募金となります。皆様からの募金は、千歳市が住みよいまちになるよう地域福祉活動に役立てられます。

私たちは、千歳市社会福祉協議会の活動をサポートします。

千歳神社秋季例大祭  
ふるさと千歳まつり



千歳神社

千歳市真町1番地  
TEL 0123-23-2542 FAX 0123-24-7743

行列参加者募集!

日時 9月3日(火)  
11時~16時頃まで  
場所 千歳市内中心部  
人生の記念にお祭りの行列に参加してみませんか?  
市内中心部を約3km歩くコースです  
衣装は神社で用意致しますので  
参加希望の方はお気軽に神社までお問い合わせ下さい!

旬の新鮮な食材を使った、美味しい和洋の食事とこだわりのお酒をくつろげる空間でお楽しみいただけるダイニング

ゆきあかり



宴会のご予約承ります。

最大48名様迄の宴会が可能です  
電話受付時間 15:00~22:00  
千歳市幸町2丁目3番地2号  
営業時間/17:00~23:30(L.O 23:00) ●定休日/日曜日  
御予約はコチラ FAX.0123-26-5062  
TEL.0123-26-5061  
http://yukiakari-chitose.com



ゆきあかり 千歳 検索

特集  
地域づくり

日常生活圏域版ガイドマップ  
おさんぽなび発行!!

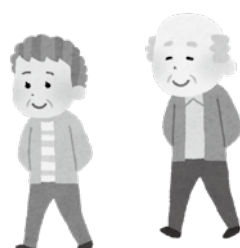
皆さんがお住まいの地域にある介護予防サロンや楽しくお茶のみ等ができる通いの場、近場で楽しめる場所を日常生活圏域ごとに情報をまとめたガイドマップ《おさんぽなび》を発行しました。

この《おさんぽなび》は、高齢者の社会参加や生活支援・介護予防の充実を目的に地域づくりを支援する「生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）」の活動の一環として、地域包括支援センターや高齢者・障がい者・子育て関係機関・団体、地域住民をはじめとしたさまざまな立場の方、約60名と協力して作成しました。お散歩やお出かけのお供にぜひ活用ください！

各圏域の《おさんぽなび》は、社協ホームページからダウンロードできるほか、社協事務所で配付しています。



千歳市社協で  
検索するか、  
右のQRコード  
を読み込んで  
アクセス！



おさんぽなびは、  
「無料」で配付しています

地域でお茶のみができる場所や高齢者が参加できるサロン・サークルの情報をマップで紹介！その他、宅配可能なお店の情報や気軽に頼れるまちの電気屋さんなど生活のお役立ち情報も満載です！

《おさんぽなび》のデザインを担当していたいただきましたイラストレーターの  
神田和音さんにお話を伺いました。

『使いやすい・見やすい』に配慮

《おさんぽなび》は、地域のサロン情報など高齢者向けの情報を多く掲載しています。「使いやすい・見やすいものとなるようにレイアウトや文字サイズ、配色などに配慮しました。作成期間の都合上、細部まで作りこめなかつたことが少し心残りですが…」と神田さん。

完成した《おさんぽなび》については「マップにない情報を追加したり、仲間と新しい情報を共有し合うなど、マップとお散歩と共に充実していきたいいきライフに役立てていただければと思います。」とお話してくださいました。



神田 和音さん

《おさんぼなび》

作成メンバーに聞きました

西区圏域（新富在住）

鵜川 武夫さん

日ごろから地域福祉活動の重要性を感じていたので力になりたいと思っておさんぼなび作成会議に参加しました。

情報掲載先のカラオケ店では、店長さんが快く利用割引などの協力もしてくれました。出来上がった《おさんぼなび》は自分たちの集めた地域の情報がよくまとまっており、仕上がりにも大満足です。

今後の《おさんぼなび》発行にも、免許返納者に役立つ地域のバス停や路線情報や、住んでいる地域にかかわらず、だれでも参加できるサロン活動の紹介などができたらいいな...等のアイデアが膨らみます。社協においてありますので、使っていて感じたこと等ぜひ聞かせていただきたいと思います。



グループで共有して活用してもらえたら嬉しいです。

地域の魅力を再発見できました。サロンに足を運ぶ方が増えると嬉しいです。



北区圏域（富丘在住）

今野佳代子さん

おさんぼなび作成会議では地域で様々な仕事や活動をしている方の地域に対する考えが聞けて勉強になりました。

地域のおでかけ先情報を掲載するために、訪問取材も行いました。そこで今まで知らなかったお店や人と出会えて、地域の魅力を再発見することができました。

《おさんぼなび》を手にして、今回初めて市内の日常生活圏域が5ヶ所に分けられていることを知ったという方が多くいました。《おさんぼなび》の表紙に記載されている自分の住んでいる圏域の概要と他の圏域を比べ、見るだけでも楽しいと思います。たくさんの方にこのマップを知ってもらえると嬉しいです。

私たちは、千歳市社会福祉協議会の活動をサポートします。

ようこそ — ホットな出逢いをお約束します。

# 株式会社 小笠原商店

本社事務所 / 千歳市朝日町8丁目1206 ☎23-5576

- 総合おみやげ品店……《スカイショップ小笠原》  
新千歳空港ターミナルビル内 ☎46-2021
- 本格和雑貨おみやげ品店……《小笠原商店》  
新千歳空港国際線旅客ターミナルビル内 ☎46-2255
- お土産をWEBで……《小笠原商店通販部》  
千歳市朝日町8丁目1206 ☎0120-81-3149

## 株式会社 日建企画

NIKKEN KIKAKU TEL 0123-27-2707  
〒066-0038 千歳市信濃2丁目13-3  
HP <http://www.nikken-kikaku.com>  
注文住宅の設計 施工監理 防音工事  
不動産売買 リフォーム 仲介

株式会社 **ビジュアルコーポレーション**

本社 / 千歳市末広7丁目8番6号（ビジュアルビル1F）  
TEL 0123-22-2385 FAX 0123-22-7841  
URL <http://www.v-ltd.jp/> メールアドレス mail@v-1.jp

**正社員募集!!** [ちとせの仕事 ビジュアル](#) [検索](#)

政府は2020年度をめどに白熱灯と蛍光灯の製造・輸入を実質的に禁止する方針を固めました!!

●カラオケ機器の販売とリース	●太陽光発電のシステム
●芸能・各種イベントのプロデュース	●防犯カメラのシステム
●賃貸ビルの経営（第1ビジュアルビル～第13ビジュアルビル）	●LED照明のシステム

ISO14001 認証取得

開発 株式会社 **クリーン開発**

〒066-0019 千歳市流通1丁目4番7号

**TEL:0123-24-7787 FAX:0123-26-0023**

**介護福祉用品レンタル・販売**

## リバーサイドゴルフセンター株式会社

リバーサイドパークゴルフ

ゴルフ練習場 1球5円 格安!!  
パークゴルフ場 72H回り放題 900円

**営業時間** ゴルフ練習場 AM7:00 ~ PM10:00  
パークゴルフ場 AM8:00 ~ PM 5:00

千歳市根志越19番地の41 ☎0123-23-2211

## N-BOX

Honda Cars 札幌中央千歳店 | ホンダオートテラス 千歳  
TEL:0123-27-7111 | TEL:0123-22-5500  
千歳市新富3丁目2-2

# 介護予防は 地域づくり！

千歳市介護予防センターでは、市民も地域も元気になるための「介護予防サロン」の支援を行っています。

「介護予防サロン」は、「いきいき百歳体操」や「ノルディックウォーキング」などの活動を通して、高齢者が生きがいを持って、元気にいきいきと住み慣れた地域でいつまでも暮らすことができるための「通いの場」です。

介護予防リーダーというボランティアを中心に市民の皆様が主体となつて、活動されています。

令和元年5月31日現在で、49の団体が登録し、毎月1,000人近い方が参加されています。

千歳市介護予防センターは、介護予防リーダーや参加者が効果を実感できるよう、体力測定を行ったり、楽しんで活動を続けられるように、脳トレの紹介などを行い活動の支援を行っています。

介護予防リーダーの活動の一部を紹介します。

体力測定の様子



重りのつけ外しをお手伝い



さり気なく、参加者に目配り・気配り



ノルディックウォーキング



いきいき百歳体操  
かみかみ百歳体操

▼介護予防サロンでは何をしているの？

「介護予防サロン」は、「いきいき百歳体操」、「かみかみ百歳体操」、「ノルディックウォーキング」のいずれかを行っていただきます。

▼介護予防リーダーはどんな役割をするの？

「介護予防サロン」の運営（会場の設営、体操の先導など）を主にを行っています。皆様、参加者と笑顔で会話をしながら、いきいきと活動をされています！

▼介護予防リーダーになるには？

介護予防センターが開催する。「介護予防リーダー養成講座」を受講していただく、介護予防リーダーとして認定されます。今年度は、7月と9月にも養成講座を開催予定です。詳細は、下記の案内をご参照ください。

▼介護予防サロンに参加を！

前項で紹介している、「おさんぼなび」で介護予防サロンが紹介されています。お近くの介護予防サロンを確認して、ぜひご参加ください。

## 介護予防リーダー 養成講座受講者募集！

と き：7月29日（月）、30日（火）  
13:00～17:00

ところ：総合福祉センター4階 402号室

受講料：無料 定員：30名

対象者：65歳以上の千歳市民

申込先：千歳市介護予防センター

TEL.23-0012 FAX.23-0022



## 特集 地域づくり

7月は「社協会員募集」の強調月間です

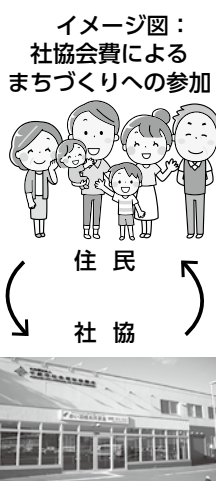
# 地域福祉推進の サポーターをお願いします

千歳市社会福祉協議会（千歳市社協）の活動に賛同し、サポートして下さる会  
員を募集しています。千歳市社協では、市民の皆さまをはじめ、福祉関係機関・団  
体やボランティアなど多くの方々々と協働して、地域福祉向上のため様々な事業を行っ  
ています。

会員加入とは、地域福祉推進に取り組み千歳市社協の運営やサービスへの参加・  
協力を財政面でお願ひするものです。ぜひ、ひとりでも多くの方にご賛同いただき、  
会員として地域福祉を支えてくださいますようお願いいたします。

## 【会員の種類と年額】

会員の種類	目標数	年会費
個人賛助会員 千歳市社協の活動に賛 同して入会した個人	375人	1口2,000円
団体賛助会員 住民組織、福祉団体、 社会福祉事業者、地 域福祉推進に必要な 諸団体などで、千歳 市社協の活動に賛同 して入会した団体	270団体	1口2,000円
企業会員 会社、事務所等で社 会貢献活動の一環と して、千歳市社協の 活動に賛同して入会 した法人等	120法人	1口10,000円



## 千歳市社会福祉協議会 平成30年度決算報告

【収入総額】 649,904,700円  
【支出総額】 563,607,009円

### 【収入】

会費・寄附金	9,297,226
補助金・受託金・共募配分金	248,026,755
貸付金償還金	1,859,000
事業収入	393,500
介護保険収入	210,477,324
その他	1,906,400
積立金取崩繰入金等収入	78,262,722
前期未支払資金残高	99,681,773
合計	649,904,700

### 【支出】

人件費	363,502,221
事務費	49,727,314
事業費	92,713,255
積立繰出金	4,085,455
区分間繰入金支出	51,185,581
その他	2,393,183
合計	563,607,009

## 千歳市社会福祉協議会

# 平成30年度事業報告

次の6つの重点事項に取り組みました

### 1 地域見守りネットワーク事業の推進

- 9月と2月の「高齢者見守り強化月間」に併せて啓発活動を促進
- 緊急時の安否確認のために活用する「事前登録制度」に新たに4名が登録し、民生委員やケアマネジャーと連携した見守り体制づくり、制度の説明をし普及活動の促進

### 2 ボランティアセンター機能の強化

- 平成30年9月に発生した北海道胆振東部地震災害を踏まえ、「千歳市災害ボランティアセンター」設置・運営マニュアルの改訂
- 市内小中高等学校における「福祉の授業」において、実施校19校（前年度比1校増）、実施回数54回（前年度比2回増）、参加人数3,471名（前年度比186名増）また、担当講師と支援ボランティア養成講座の開催

### 3 高齢者の健康づくりと介護予防を支援する事業の推進

- 町内会など介護予防サロンの実施団体数は49団体となりました（前年度比6団体増）
- 各地域で213名の介護予防リーダーが活躍（前年度比28名増）
- ノルディックウォーキングボールの貸出888組（前年度比23組減）を行い、介護予防の推進

### 4 日常生活自立支援事業の推進

- 判断能力に不安のある高齢者及び障がい者の地域での自立した生活を支える日常生活自立支援事業利用者数28名（前年度比3名増）
- 認知症高齢者、知的障がい者、精神障がい者など意思決定が困難な人を支えていく法人後見事業利用者数5名（前年度比3名増）

### 5 新たな制度、権利擁護などの課題に対応する事業や仕組みの検討

- 地域づくりを支援する生活支援コーディネーターの増員
- 外出のきっかけにつながる場を紹介したガイドマップ「おさんぽなび」の作成
- 地域公益活動に係る情報交換
- 住民相互の助け合いを基本に、制度の狭間にある生活のちよつとした困りごとを支援する「暮らしのちよつと応援サービス」について、説明会や養成講座の実施
- 各機関と連携した相談支援や現物給付による経済的援助を行う「生活困窮者等に対する安心サポート事業」の実施

### 6 良質な介護保険サービス・障がい福祉サービスを提供するための体制強化

- 改正された介護保険法を利用される方々への説明に努め適正なサービス提供を実施しました。
- ネットワークづくり、地域包括ケアシステムの構築

こんにちは！  
**ドンちゃん**  
加古ゲンゴロー



あなたの脳に刺激を！ /

# やってみよう脳トシ

- 1) ななひくにたすろくひくに =
- 2) きゅう+イチひくナナ-いち =
- 3) よんタス六ひくなな+4たすじゅう =
- 4) 三ひく1たす4たすごひくいち =
- 5) じゅうタス八ひくニヒクヨン =
- 6) にかけるよん+6ひくごタスイチ =
- 7) 五カケルいちヒクヨんタスじゅういち =
- 8) 八たすロクたすよんひくイチたすさん =
- 9) ロクタスニカケルさんたす2ひくじゅう =
- 10) ななかけるさんヒクにじゅう×1 =

- 1) 7-2+6-2=9  
2) 9+1-7-1=2  
3) 4+6-7+4+10=17  
4) 3-1+4+5-1=10  
5) 10+8-2-4=12  
6) 2×4+6-5+1=10  
7) 5×1-4+11=12  
8) 8+6+4-1+3=20  
9) 6+2×3+2-10=4  
10) 7×3-20×1=1

脳機能をきたえる事は認知症予防だけではなく、運動機能を高める事にもつながり、スポーツにも効果が期待できます！  
「平仮名・カタカナ」、「数字」、「記号」、「漢数字」がまぜこぜになっている計算を解いてください。  
(答えは左下にあります。)

## ワンポイント手話

簡単な手話を覚えてください。  
今回は「こんにちは」を紹介し  
ます。  
①人差し指と中指をおでこに当て、時計の12時を表します。



②両手の人差し指を向かい合わせで立て、お辞儀するように折り曲げます。



## 愛情銀行寄付のご紹介 (平成31年4月~令和元年5月受付分) (順不同・敬称略)

### 金銭預託

本会への善意の寄付やチャリティイベント、バザーなどの益金をご寄付いただきました。  
地域福祉を推進するための貴重な財源として活用させていただきます。

- |   |                               |
|---|-------------------------------|
| ●鎌田 高雄 ..... 2,600円                       | ●竹腰 孝橘 ..... 1,500円           |
| ●岩村 芳榮 ..... 2,000円                       | ●井上 学 ..... 4,500円            |
| ●佐藤 政幸 ..... 5,000円                       | ●高田 一 ..... 2,600円            |
| ●長濱 繁満 ..... 2,200円                       | ●二瓶 幸雄 ..... 1,000円           |
| ●池本智恵子 ..... 2,000円                       | ●西森 満恵 ..... 1,800円           |
| ●小山 智枝 ..... 3,000円                       | ●浦川佐和子 ..... 1,800円           |
| ●瀬川 和子 ..... 2,200円                       | ●秋葉かがり ..... 1,500円           |
| ●大澤 町子 ..... 2,000円                       | ●大郷 静枝 ..... 1,600円           |
| ●千歳カラオケフレンド ..... 30,000円                 | ●おさつ団地町内会 ..... 5,000円        |
| ●山本雄一郎 ..... 311円                         | ●松井 孝一 ..... 50,000円          |
| ●戸大建設工業株式会社 ..... 50,000円                 | ●北新商店街振興組合 ..... 476円         |
| ●千歳文化団体連絡協議会 ..... 1,006円                 | ●チャリティYOKO#水田容子 ..... 53,868円 |
| ●佐藤水産株式会社 ..... 100,000円                  |                               |
| ●富丘1丁目げんき会 (解散に伴う寄付) ..... 1,226円         |                               |
| ●ちとせ集団資源回収紙パック奨励金福祉寄付賛同団体一同 ..... 63,802円 |                               |

### お香典 (社協会葬礼状利用) 寄付

社協会葬礼状を利用し、故人の志を社会福祉事業に寄付することができます。社協が展開する福祉事業に活用させていただきます。

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| ●村田 研一 ..... 50,000円 | ●北國谷 勉 ..... 50,000円 |
|----------------------|----------------------|

### 福祉機器購入積立金寄付

車いす等の福祉機器の購入に活用させていただきます。

- |                  |
|------------------|
| ●匿名 ..... 3,100円 |
|------------------|

### 物品預託

#### リングプル

換金し、車いすなどの福祉機器購入に活用しております。購入した福祉機器は、貸出しています。

一般社団法人日本血液製剤機構、新富中町内会、東雲町4・5丁目会、橋本 榮治、有限会社堀自転車商会、花園コミュニティセンター、梅ヶ丘1丁目町内会、千歳長都駅前郵便局

#### ペットボトルキャップ

愛キャップ市民回収運動実行委員会へ

株式会社報業社、千歳市立向陽台小学校児童会、東千歳パーベキュー、千歳市立末広小学校、いずみワークセンター、明治安田生命千歳営業所、新川老人クラブ、千歳市無線赤十字奉仕団、東郊町内会、千歳印刷株式会社、北栄東寿クラブ、北海道スバル株式会社新千歳店、千歳末広郵便局、ANAシステムズ株式会社、富士通エフサス・クリエ株式会社、黒畑 博子

#### リングプル・ペットボトルキャップ

千歳市立日の出小学校児童会、若草町内会、阿部 慶子、山口 桃果、山口 優奈、山口 大翔、日本高圧コンクリート株式会社千歳工場、弥生町内会、障がい者支援センターきらり、マルハン千歳店、神子 愛弓、株式会社三友石油、千歳プロバスクラブ、住吉北町内会、青葉丘町内会、やまとの社団地自治会、北星館、北新商店街振興組合、松田 明子、ゆうまいシニア、ANA新千歳空港株式会社、藤永 真弓、北海道フジフード・サービス株式会社、栄町西区町内会、坂本 純一、航空自衛隊千歳基地准曹会、千歳市立北進小中学校児童生徒会

#### 使用済み切手・カード・書き損じハガキ

神戸のNPO法人「誕生日ありがとう運動本部」へ送ります。

川端 香穂理、阿部 慶子、千歳プロバスクラブ、航空自衛隊千歳基地准曹会

#### 点訳絵本

千歳市点字図書室へ  
北海少年院