

やさしさ織りなす S A P P O R O

やさしいまち

2023. **3** No.254

特集「つなげる」

シニアの社会参加

～ボランティア活動で充実した毎日を～



社協の「S」と札幌市民の「S」を組み合わせ、「ハート」をモチーフに、心の糸を紡ぐ社協のネットワークが、やさしく包む生地(札幌のまちの基盤の目)をつくりだす様子を表しています。

まもりん
ツイッター
更新中!

満開の桜に癒される～

#おさんぽまもりん

#南区 真駒内公園



特集 つなげる

シニアの社会参加

ボランティア活動で
充実した毎日を

札幌市ボランティア連絡協議会

たかはし ただゆき
会長 高橋 唯之氏



活動中の介護ボランティア

はじめに

札幌市ボランティア連絡協議会は平成7年3月30日の設立総会を経て、当初14名の役員でスタートしてから早や28年が経過いたしました。その間、当協議会はボランティア活動の一般的な支援を行い、関心の高い方の活動のきっかけ作りとしての場面提供や研修会・各種の講座、そして関連するイベントなどを企画し、事務局を担う札幌市社会福祉協議会（以下市社協）とはまさに車の両輪として活動して参りました。



ボランティア活動を学ぶ 研修会

市内ボランティア団体の動向

ボランティア活動と一口に言っても、その種類や取り組み方などについては広範多岐に及び、活動の対象や活動者の年齢層も多種多様です。

また、ボランティア活動は、ご自分の得意な分野の活動において条件が合致すれば無理なく活動をすることができるので、自分自身のライフスタイルに合わせた活動ができるのも魅力のひとつです。

市社協ボランティア活動センターによりますと、登録している団体数は562団体で構成人数は32,123人（令和4年9月30日数値）であり、平成7年の設立当時と比較しても団体登録数は約2倍に増加しています。阪神淡路大震災、東日本大震災等における災害支援領域でのボランティア活動が注目され、これを機としてボランティア活動の発意が促進されたことも理由ではないでしょうか。

共感
する育成
するつな
げる支援
するチャレンジ
する組織を
強くする

ただし、ボランティア活動者を含む年代層は60歳以上の割合が全体の7割を占めていることからわかるように、定年を迎えて新たなセカンドステージで活躍したいと考えているシニア世代の方たちが多いことも考えられます。

このように災害支援だけでなく、高齢者や障がいのある方など、誰もが活動できることに大いに期待が高まりますので、人生経験の豊富なシニア世代の活躍が今後ますますボランティア活動に興味を持つ方々の指標となってくることでしょう。



災害ボランティア活動の様子

コロナ禍とシニア世代の社会参加

このコロナ禍においては、高齢者施設などにおいては軒並み活動ができなくなるなど、大変に苦しい状況に追い込まれました。いわゆる“波”の繰り返しにより、活動者や受け入れ施設が翻弄されていることは、高齢のボランティア活動者に限ったことではありません。

市社協では単身の高齢者宅を中心とする地域見守り運動を推奨していますが、これまでの「顔と顔」が認識できる状況から一転、巡回訪問をすることもできなくなる状態が続きましたが、活動の仕方を変えて地域でのつながりを絶やさずに感染防止策を徹底して活動を続けています。

私自身も地域の福祉のまち推進センターが主催する高齢者サロン活動や各種の行事支援のボランティアとして、シニア世代の立場から携わっているのですが、参加者からの一言がこの活動を支える大きな励みとなっています。この世代の方々の多くは人生経験を積み重ねた人間的包容力や、様々な技術をもっておられます。その方たちが自身の活動により、あたたかな地域社会の基盤づくりに役立っているという達成感を享受できるのも、ボランティア活動の大きな魅力と言えるのではないのでしょうか。



介護支援のボランティア体験講座

これからのボランティア活動

近年、急速な少子・高齢化が進行し、次世代につながるボランティアの担い手の人材育成が大きな課題です。環境整備のための制度・施策の充実はもちろんのこと、これらを支えるボランティア活動者はとても大切です。

ライフスタイルの変化と共に、ボランティア活動として従来認知されていた事柄も市民活動として受け止められ、私たちの日常の中での活動となってきています。様々な立場や考えの違いがあっても「必要とする誰かのために役立ちたい」という率直な思いはどんなに時代が変わろうとも不変であり、そのような思いを体現できる活動の場の確保や活動者の確保は優先課題です。

市社協においては次代を担う子どもたちに福祉を理解してもらって、思いやりの心を育んでもらう事を目的として「社会福祉協力校事業」が展開されていますが、まさにこれも担い手養成の取り組みと言えるでしょう。そのほかにも様々なボランティア活動に取り組むための講座も開催されており、私も札幌市ボランティア連絡協議会の役員も、講師としてシニア世代のボランティア活動だからこそできる事を中心にお話しをさせていただいています。

「ミネルバの梟は黄昏に飛ぶ」という格言の通り、多くの人生経験を積み上げた世代だからこそ惹きつける力や活動に対する感動をすべての人と共有することができるのだと思います。この広報誌を今手に取ってお読みいただいているあなたもボランティア活動にチャレンジしてみませんか？

きっとそこには共感できる素晴らしい世界が待っているに違いありません。



さらに知識を深めるボランティア参加者

お問合せ

札幌市社会福祉協議会ボランティア活動センター
札幌市中央区大通西19丁目1-1
札幌市社会福祉総合センター4階
TEL:011-623-4000
FAX:011-623-0004
E-mail:vc@sapporo-shakyo.or.jp



HPIはこちら

～やさしいまち「パズルで脳トレ!」連載中!～

高齢者の社会参加と生きがいつくり

認定NPO法人シーズネット「脳活塾」 塾長 かきぬま ひでき 柿沼 英樹氏



「脳活塾」とは

こんにちは! 柿沼英樹です。釧路市出身。釧路湖陵高校卒業後、日本福祉大学に学び、社会福祉法人溪仁会の特別養護老人ホームやデイサービスセンターで、社会福祉士・介護支援専門員としての勤務を経て、2015年に認定NPO法人シーズネットに出向し、現在に至っています。

翌2016年、認知機能低下の予防に取り組む「脳活塾」を立ち上げました。おかげさまで今までに約12,000人の方に体験していただいています(令和4年12月時点、WEB脳活塾を含む)。参加者の平均年齢は75歳前後で、女性が多い印象です。脳活塾では、自己紹介のあと、座ったままでできる手足の運動で体をほぐして、漢字や算数のドリルの他、パズルやクイズにチャレンジしています。全問に挑戦する必要はありません。間違ったと思っても、そこから新しい回答につながる場合もありますので、気負わず無理せずご自身のペースで楽しみながら進めていただいています。

北海道新聞やこの広報誌「やさしいまち」でもクイズを連載していますが、ほとんどがオリジナルです。「やさしいまち」の「パズルで脳トレ!」は、難易度を★の数で表しています。★が多いほど難しいのですが、今月号はたまたま★4つになっています。皆さまはもう、挑戦されましたでしょうか?



「体験! 脳活塾」での様子※

数字クイズにチャレンジする参加者※



なぜ今、「脳トレ」なのか

「脳活塾」は、認定NPO法人シーズネットの活動の一つです。シーズネットは「役割づくり」「居場所づくり」「仲間づくり」「支えあい」をキーワードに活動している団体です。「脳活塾」が学校形式をとっているのも「仲間づくり」や「役割づくり」から来ています。授業が始まる前のワイワイとした空間では、「元気だった?」「こんなことがあってさ～」「あそこのケーキおいしかったよ!」など参加者の皆さんは話に花を咲かせています。体操や問題など認知症予防のプログラムに参加していただくのも大切ですが、集うこと自体が社会参加や居場所づくりとなり、生きがいのひとつとなっています。

2020年8月に、コロナ禍でZOOMを使った「WEB脳活塾」を開講するに先立ち、シーズネット事務局ではZOOM講習会を開催しました。脳活塾に参加したいという意欲がZOOMにチャレンジする原動力となり、結果的に多くの方の生きがいつくりにつながっています。

脳活塾のこれから

塾という通い形式の「脳活塾」と、道内各地での「出張脳活塾」はこれからも継続し、皆様へ脳活の楽しさを広めていこうと思っています。以前「出張脳活塾」において、配られた問題用紙が真っ白なままの方がいました。聞いてみるとご自身もサロンで脳トレをおこなっており、進行方法や問題の作成を参考にしたいとのこと。今後は脳トレに携わっているリーダー的な方々への、問題作成のポイントや進め方などのレクチャーを行い、「脳トレ」の普及と研究を一緒に進めていきたいと思っています。



クイズの前に楽しく体をほぐしている様子※

お問合せ

認定NPO法人シーズネット
札幌市北区北10条西4丁目1番地SCビル2F
TEL:011-717-6001
FAX:011-717-6002
E-mail:seedsnet@abelia.ocn.ne.jp



HPはこちら

※市社協「わたしの生き方セミナー」2022年11月24日開催から

ふくしを紡ぐ

生きがいがづくりは健康づくり！ 得意を生かして社会貢献

一般社団法人 健康生きがいがづくりアドバイザー北海道協議会
会長 渡邊 一栄氏



健生北海道とは

本会は、一般財団法人健康・生きがい開発財団が養成・認定する資格「健康生きがいがづくりアドバイザー」を中心とする北海道地区の地方組織です。

平成9年に設立され、平成28年より一般社団法人となり、現在約80名の会員がいます。健康と生きがいは密接な関係があります。養成講座では、人生100年時代に対応した健康、福祉、生きがいがづくり、社会参加などについて学び、社会活動参画への道筋を理解します。地域の活性化、健康寿命の延伸へ向けた各分野での取り組みを担う人材が求められている今、会員一人一人がそれぞれの地域で特技や趣味等を生かして「仲間づくり」を中心に活動しています。

健生北海道の主な活動

- 1 アドバイザー養成講座
- 2 健康寿命延伸のための「フレイル予防」啓発セミナー
- 3 「100歳大学推進」
- 4 講師派遣
- 5 サークル活動
(南京玉すだれ、アウトドア、カラオケ、物作り、自分史作り等)



20周年イベントで南京玉すだれを披露



ゆうゆう体操(市協シニア講座「知っ得ひろば」)

人と人とのつながりがフレイル予防！

本会では「フレイル予防啓発セミナー」を開催しています。フレイル予防のポイントは、「健康長寿の3つの柱」の「栄養・口腔ケア」「運動」「社会参加」と言われています。筋力等の低下がフレイルの原因ですが、「社会とのつながりを失う」ことがフレイルの最初の入り口だそうです。

人とのつながりは重要です。人間関係の希薄により、孤独感などから閉じこもりになったり、同時に生きがいを失うことで心身に不調をきたすこともあります。また「役割があると健康度が上がる」「社会関係が豊かな人ほど健康寿命が長い」そうですので、ボランティア、地域の活動等を通じた「社会参加」をお勧めします。人は、他者との関係性の中において「生きがい」を感じるものです。「人の役に立っている」と感じると老化や衰えを遅らせることもできるのです。ご自分のできることなら何でも構いません。人と比べるものではありませんので、「生きがい」を持って社会・人とのつながりを持っていただきたいと思います。

人生100年時代、ウイズコロナ時代のリタイア後の人生2幕目・3幕目を充実するために、マルチに活動する「健康生きがいがづくりアドバイザー」自身の得意技を通した「仲間づくり」で、これからも地域共生社会の実現に、少しでも寄与していきたいと思っています。

お問合せ

一般社団法人 健康生きがいがづくりアドバイザー
北海道協議会
札幌市中央区南1条西28丁目1-6
祐興ビル302号室
TEL:011-211-4416



HPはこちら



まもりん だより

社協をお気軽に
ご利用ください!



札幌市・区社会福祉協議会の法人合併に関するお知らせ

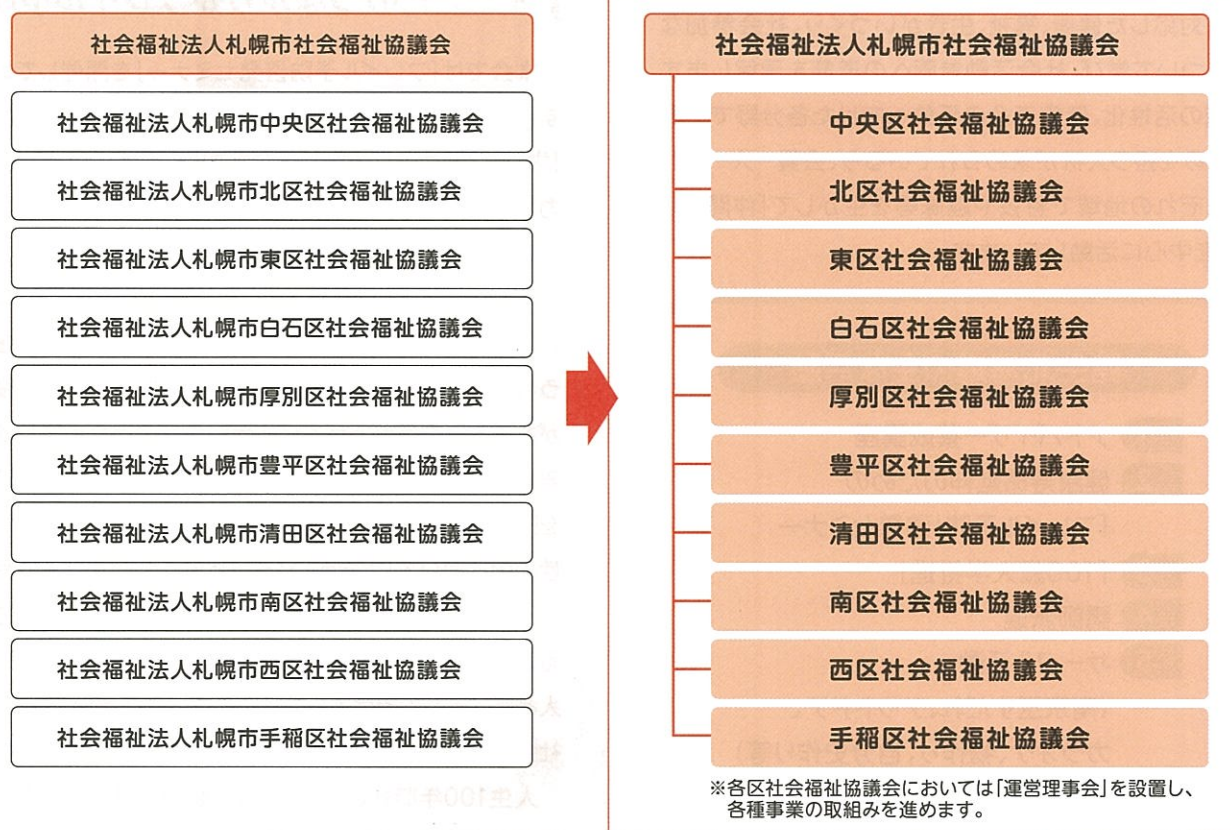
この記事へのお問い合わせは
総務課へ

令和5年4月、社会福祉法人札幌市社会福祉協議会と市内10か所の社会福祉法人各区社会福祉協議会が、法人合併し、一つの法人となります。

各区社会福祉協議会の事業、サービス、事務所所在地・連絡先、職員配置等に変更はありません。

今後、より一層、市・区社会福祉協議会が一体となり、地域の福祉課題によりきめ細かく対応するための各種取り組みを進めてまいりますので、引き続きのご支援ご協力を何卒よろしくお願いいたします。

【合併後の市・区社会福祉協議会体制 イメージ図】



／ これからも、オール社協で「やさしいまちづくり」を進めます! /





※掲載しているイベント・研修は、新型コロナウイルス感染症対策のため中止または延期になる可能性があります。

この記事へのお問い合わせは
ボランティア活動センターへ

令和5年度ボランティア活動保険の受付について

新年度の保険受付は、令和5年3月15日(水)より開始いたします。ご加入手続きの際は、お釣りのないよう保険料をお持ちいただきますようお願いいたします。



詳しくはこちら

「ボランティア活動保険」とは

ボランティアが活動中の事故によりボランティア自身がケガをしたり、他人に損害を与えたことにより賠償問題が生じた場合に補償する保険です。

お問合せ・
手続き窓口

お住まいの区社会福祉協議会(巻末参照)
又はボランティア活動センター

【ボランティア活動保険】

令和4年度のボランティア活動保険の補償期間は令和5年3月31日(金)にて満了します。4月1日(土)以降も活動継続される場合は加入手続きをお願いいたします。

ボランティア活動保険は、おひとり様一口加入を原則としています。介護サポーターとして登録をされている方は、札幌市社会福祉協議会にて更新手続きを行いますので個人での更新手続きは不要です。この他、所属団体が一括して更新手続きを行う場合もありますので、団体に所属されている方は、所属先にお確かめの上、更新手続きをお取りください。

【そのほか】

福祉活動やボランティア活動を目的として、または市民活動の一環として非営利の団体が主催する行事に参加中に、①参加者が偶然の事故でケガをした場合の障害補償と②行事主催者が参加者等他人の身体や財物に損害を与え、法律上の賠償責任を負った場合の賠償責任補償がセットになった「ボランティア活動等行事用保険」も取扱っております。

お問合せ

お住まいの区社会福祉協議会(巻末参照)
又はボランティア活動センター

わたしの生き方セミナー いつまでも自分らしく～終活2023～

この記事へのお問い合わせは
広報戦略室へ

人生で欠かすことのできない「衣(医)・食(職)・住(充)・財(才)」をテーマに、様々な分野の講師を迎え講座を行います。思い通りに「終活」してみませんか？

※新型コロナウイルス感染症対策のため、事前申込制(先着順)、定員制となっています。

詳しくはこちら



申込みはこちらからどうぞ



第8回の講師
認定NPO法人シーズネット「脳活塾」
塾長 柿沼 英樹 氏
※P04の「ふくしを紡ぐ」もご覧ください



第9回の講師
北海道防災士会
防災士 金子 のりとし 氏



日時 毎月第4水曜日10時00分～11時30分
(質疑応答30分程度)

費用 無料

会場 大研修室
(札幌市社会福祉総合センター 4階)

定員 150名程
先着順で順次受付(定員に達した場合はキャンセル待ちで受付)

お申込み 随時受付中(電話・FAX・窓口でどうぞ)

※新型コロナウイルス感染症対策により開催中止となった場合は、講座の模様を録画して後日ホームページで動画配信を行います

開催日	内容	講師
令和5年 3月22日 (水) テーマ 「充」	西20丁目界限 歴史散歩 ～雪が解けたら 歴史と歩こう～	街歩き研究家 和田 哲 氏
4月26日 (水) テーマ 「才」	特殊詐欺… 狙われる シニア世代！ ～豊富な事例で 手口を知る!!～	内閣総理大臣認定 特定適格 消費者団体 特定非営利活動法人 消費者支 援ネット北海道(ホクネット) 監事 弁護士 鈴木 賢治 氏

SHAKYO TOPICS

今月のトピックス

ほっ・とプラザ

ほっ・とプラザで協力会員 (有償ボランティア)の活動をしてみませんか？

札幌市社会福祉協議会では、市民の参加と協力をいただいて、日常生活にお困りの高齢の方、障がいのある方、産前産後の方、病弱な方などを対象にして、会員制の有償ボランティア事業(地域支えあい有償ボランティア事業)を行っています。

加齢などに伴って足腰が痛くなるなど、今まで生活を送るうえで大丈夫であったことが急にたつらくなることがありますが、その困ったことをお手伝いしていただくのが、地域のボランティアである協力会員です。主にお部屋の掃除・片付け・窓拭きや買物の付き添いなどを行っていますが、なんと協力会員の平均年齢は66歳！70～80代の元気な協力会員も大活躍しています。

少子高齢社会の中で、できる範囲で、地域で支え合い、日常生活に困ったことを支援したい活動に参加してみませんか？

協力会員に入会希望の方は、毎月1回行っている協力会員登録前説明会に参加のうえ、登録手続きが必要となります。(本会ホームページで日程を掲載しています) ※P9の「社協♥INFORMATION」もご覧ください。

サービス提供時間

午前8:00～午後5:00
月曜日～金曜日(土・日・祝・年末年始お休み)

年会費 2,400円(年度更新)

ほっ・とプラザは会員登録制です(初年度のみ月割り有)。利用会員の年会費と協力会員の入会金で運営されています。

利用料金 (利用料金のうち150円は事務費)

サービス名		利用料金	
えぶろんサービス	標準	30分	600円
	ごみ出し	1回	350円
お出かけ同行サービス (軽度の身体介護を含む外出)		30分	650円

※他、交通費(実費)

※活動できる協力会員がいない場合は、ご依頼に対応できないことがあります。 ※令和5年4月1日以降に適用されます。



社協♥INFORMATION

※掲載しているイベント・研修は、新型コロナウイルス感染症対策のため中止または延期になる可能性があります。
※当日はマスク着用、手指の消毒など、感染症対策へのご協力をお願いします。

福祉除雪地域協力員の募集

自力で除雪が困難な高齢の方や障がいのある方を対象に、道路に面した出入り口部分と玄関先までの通路部分(敷地内)の除雪活動をしてくださる個人・団体・企業を募集しています。

協力員には、12月1日～3月25日の活動期間終了後に1世帯21,000円を活動費としてお支払いします。

みなさんの優しさをスコープに込めて、活動を通じてご自身の健康づくりにも役立つ福祉除雪へご協力をお願いします。



<お申込み・お問い合わせ>

地域福祉係・各区社会福祉協議会



▲詳しくはこちら

福祉専門職員を募集しています!



あなたの資格を活かしてみませんか?

札幌市社会福祉協議会では、各種事業を推進するために福祉専門職員を募集しています。



介護福祉士・ホームヘルパー



社会福祉士



介護支援専門員

<お申込み・お問い合わせ> 職員係



フォロー
してまも!



@mamorin93



▲詳しくはこちら

ほっ・とプラザ協力会員の募集

日常生活に支障がある、高齢の方や障がいのある方、病弱な方、産前産後各8週以内の方への家事の手助けや外出時の付き添い、除雪などを行う「有償ボランティア事業」を行っています。会員登録制で、以下の日程で実施する登録説明会(前半は登録説明、後半は活動前研修)を受講することで、経験のない方でも有償ボランティア活動に参加することができます。

日時 令和5年3月17日(金)・・・① 4月14日(金)・・・②
5月12日(金)・・・③

いずれも9時30分～13時00分

会場 社会福祉総合センター 3階

①第3会議室、②第2会議室、③4階 ボランティア研修室

対象 有償ボランティアに関心のある方

費用 入会金 1,200円

申込開始 ①受付中、②③令和5年3月13日(月)から



<お申込み・お問い合わせ> ほっ・とプラザ

▲詳しくはこちら

さっぽろ子育てサポートセンター 提供会員募集

育児の援助を受けたい人と行いたい人が会員になり、育児を手助けする「有償ボランティア事業」を行うための登録説明会。子どもの見守りや保育園の送迎など、子育て中の方が、ちょっとした手助けが欲しい時のサポートです。登録後、23時間の講習があるので、安心して活動に入ることができます。

日時 令和5年5月15日(月) 10時00分～11時30分

会場 社会福祉総合センター 4階 視聴覚兼会議室

対象 札幌市在住、18歳以上の方

申込開始 令和5年4月11日(火)から



<お申込み・お問い合わせ>

さっぽろ子育てサポートセンター

▲詳しくはこちら

情報センター資料室!
福祉関係者に
おすすめの一冊

『私だけ年を取っているみたいだ。』

水谷 緑 著/文藝春秋 定価/1,210円(税込価格)

統合失調症を発症した母親に代わって物心つく前から家事をしてきた少女ゆいは、成長する過程で、医療・福祉関係者の存在を知り、周囲の助けを借りながら、ようやく自分の人生を取り戻していくことに…。複数のヤングケアラーのエピソードを、一人の女性の物語としてマンガで描く。身近な大人に頼れない子どもたちの現実を伝える一冊。



情報センター資料室で貸出している本やDVDの蔵書検索は、こちらからご覧になれます。
本の貸出を希望される方は情報センター資料室にお越しください。



今月の 社協のひと



PROFILE

ふじや きょうこ
藤谷 恭子

介護事業部 中央事業所 ナイトケアセンター
(夜間対応型訪問介護) サービス提供責任者

入職日

平成24年2月

休日の過ごし方

ひとりで温泉
ホテルに連泊!

ケアすることで心と心が 響き合う、やさしい職場

人と接するのが大好きな性格

私は4人兄妹で、道北で生まれ札幌で育ちました。人と接するのが好きだったので、学校卒業後は販売の仕事を経て、興味のあったアート系の広告会社に就職しました。接客やコミュニケーションの面でお客様にも育ててもらいながら、忙しくも刺激的で充実した毎日を送っていました。

感動!リハビリの現場

そんなある日、母が60歳で脳梗塞に倒れました。一命をとりとめましたが、麻痺が残った母を見て、当時知識のなかった私は「もう長くはない」と思い、毎日職場から病院に通いました。母も突然の変化にショックを受け、落ち込んでしまいましたが、どうしてあげることもできませんでした。

1週間後、リハビリがスタートしました。担当の先生は、母と目線をあわせて笑わせながら、まるで家族のように明るく母に寄り添ってくださいました。あんなに落ち込んでいた母と一緒に笑い合い、積極的にリハビリを行う姿を見て、介護は心と心が響き合う、なんて素晴らしい仕事だろうと衝撃を受け、感動しました。私も介護の仕事に就きたいと思ったのがこの時でした。

あこがれの介護職で味わった挫折

その後介護保険制度が開始され、資格も整備されましたので、研修機関でホームヘルパー2級(現 介護職員初任者研修)などの資格を取得し、介護事業所に就職しましたが、そこでは思っていたような活動ができませんでした。1年半後に別の事業所に移るつもりで退職を申し出たところ、担当していたご利用者に泣かれてしまいました。もっと人に寄り添った支援ができるとして活動場所を変えようとした私の行動が、ご利用者を傷つけてしまったと思うとやりきれず、それからしばらく介護の仕事から遠ざかってしまいました。



豊平事業所時代。
訪問介護の活動中

社協に導かれて福祉職に復帰

その後、様々な仕事を転々としていましたが、以前勤めていた会社の近くに、現在の市社協の介護事業所があり、求人広告を見かけたので、思い切って応募したところホームヘルパーとして採用されました。

訪問介護は、家事援助から身体介護までご利用者の「自宅で暮らしたい」という思いに寄り添います。ご利用者との心のふれあいや活動が楽しくて、天職として続けたいと思い、介護福祉士の資格を取得し、サービス提供責任者(以下 サ責)への転用試験を受けました。その時に、ナイトケアセンターなら、高齢だけでなく色々な障害をお持ちの方に関わることでスキルアップも可能と聞き、その言葉に後押しされた形で現在のナイトケアセンターにサ責として配属されました。

ナイトケアセンターの魅力

夜間対応型訪問介護のサービス提供を行うナイトケアセンターの業務時間は、20:00～翌朝8:00で(職員の勤務時間 16:30～翌朝9:30)、ご利用者宅を巡回訪問し、必要な介護を行います。緊急通報



巡回訪問へ!

にも対応し、就寝介助・起床介助、おむつ交換や体位交換などの身体介護を行っています。私たちが夜間に訪問することで、ご家族の方も安心して休むことができます。ご家族との在宅生活を支えているところにも、やりがいを感じています。

ただ残念なことに、ホームヘルパーは減少傾向にあります。これからも在宅介護の魅力について発信し、多くの方に訪問介護の現場で輝いていただきたいと願っています。

ナイトケアセンター
札幌市中央区北1条西13丁目4 FWD札幌ビル1F
(市社協 中央事業所内)
TEL:011-208-3800 FAX:011-272-4024



HPIはこちら



これから就職を考えている方(学生の方)へのメッセージ

社協は風通しが良く、先輩や同僚とのコミュニケーションがスムーズです。何より皆さん心が温かく、仕事の面でも精神的な面でも支えられる場面が多いです。研修も充実していますので、自己研鑽も可能です。あなたもぜひ、一緒に働きましょう!

札幌市社協応援企業のみなさん

～賛助会員企業として札幌市社協の活動を応援しています～



全ての女性と女兒が 幸せに生きることができるように

ソロプチミストの原点は
奉仕です
・暴力などで困って
いる人を助けたい
・奉仕を実践している
方を応援したい
・教育の機会を与えたい
身近におられましたら
ご相談ください



国際ソロプチミスト札幌中央 事務局 ☎ 090-3114-9238

季節の行事・多彩なレクリエーション・天然温泉のある暮らし！ 介護付き有料老人ホーム・サービス付き高齢者向け住宅



お問い合わせ・資料請求は
☎ 011-897-6610
〒004-0003 札幌市厚別区厚別東3条6丁目5-35

一般財団法人 健康・生きがい開発財団 認定 一般社団法人 健康生きがいづくりアドバイザー北海道協議会

健康長寿のためのフレイル（虚弱）予防啓発セミナーをはじめ、
人生二幕目をイキイキと過ごすためにアドバイザーの
得意分野で地域活動や講師・相談業務・サークル
活動等を行っています。
ご自分の得意技で仲間づくり！
あなたも参加しませんか？

元気なシニアを応援！！

○養成講座・資格認定講座 ○賛助会員・法人会員制度有り

〒064-0801 札幌市中央区南1条西28丁目1番6号 祐典ビル302号
電話/FAX: 011-211-4416
E-mail: jimu@kensei-hok.com URL: http://www.kensei-hok.com



こだま税理士・行政書士事務所 (児玉美由紀 税理士・行政書士事務所)

相続手続き 相続税申告 税務顧問 など

ご依頼お任せください

【4月より事務所移転いたします】
札幌市西区八軒2条東1丁目6-19中矢ビル3階
(現住所: 札幌市西区八軒6条西1丁目1-20
メディカル中田ビル3階)
TEL 011-688-8680



●各種プランご予約承り中
インターネット予約によるお得な
宿泊プランもご用意しております。
ホテルノースシティ



◆宿泊 ◆宴会 ◆会議 ◆法要

ホテルノースシティ

〒064-8645 札幌市中央区南9条西1丁目 TEL 011-512-9748

http://www.northcity.or.jp

地下鉄南北線中島公園駅より徒歩2分
地下鉄東豊線豊水すすきの駅より徒歩5分
JRさっぽろ駅南口よりタクシー10分

ご相談無料！ あんしん住まいサッポロ 一般社団法人 札幌市中央区南1条東2丁目11-1 ノーザンヒルズ大通東

〒060-0051 札幌市中央区南1条東2丁目11-1 ノーザンヒルズ大通東

高齢者のための 民間の高齢者向け住宅の情報と住み替
え相談や今のお住まいに関するさまざ
まな相談をお受けいたします。

住み替えの事なら **011-210-6224** 在宅の事なら **011-222-9800**

窓口開設時間
月～金 10:00～16:00(祝祭日休み)
民間の高齢者向け住宅に詳しい相談員が
お応えします

窓口開設時間
水・金 13:00～16:00(祝祭日休み)
建築士や不動産の専門家など、ご相談内容
に応じた各専門相談員がお応えします

相談室 札幌市中央区北1条西2丁目9番地 オーク札幌ビル1F

相続・遺言・家族信託のお悩みを お聞かせください

中嶋・佐藤 司法書士・行政書士事務所

札幌市中央区大通西十五丁目1番地
ライオンズマンション大通2階
(地下鉄東西線西十八丁目駅徒歩6分)

Tel (011) 374-4802
Fax (011) 631-7484



あいプラン

もしもの備えが
インターネットで申し込みできます

互助会の詳しい
内容を知りたい方は
あいプランシステム

お申込み
希望の方は

お問い合わせ ☎ **0120-335-924**

ご寄付ありがとうございました

札幌市協は、「税額控除対象社会福祉法人」です。

詳しくはこちら▶



- 2022年 10月 3日 北海道電力株式会社「小さな親切」運動
北海道支部 代表 瀬尾 英生 様
- 11月 7日 日立物流ソフトウェア株式会社「まごころ基金」様、
日立物流ソフトウェア株式会社 様
- 11月 9日 セブン-イレブン・ジャパン札幌地区事務所 様
- 11月18日 株式会社ツルハホールディングス様・ユニ・チャーム株式会社 様
- 11月24日 福岡 秀夫 様
- 11月25日 深田 新 様・深田 順子 様
- 11月29日 富丘親和会 会長 安澤 正美 様
- 12月 1日 札幌ろうあ老人クラブ 様
- 12月 9日 宗教法人真如苑 北海道本部 様
- 12月15日 株式会社 令和サービス 代表取締役 瀬戸 貴寛 様
- 12月19日 札幌「999人の第九」の会 会長 赤石 尚一 様
- 12月20日 エア・ウォーター・ライフサポート株式会社 代表取締役社長 吉岡 信男 様
- 12月21日 一般財団法人 北海道信用金庫ひまわり財団 理事長 吉本 淳一 様
一般社団法人 札幌青年会議所 様
- 12月23日 武藤 尚史 様

他匿名希望の方6名



※写真撮影時のみマスクを外しています

内部広報「今日のイネ!」より

「今日のイネ!」とは 職員が「これは良い!」と感じた、6つのアクションを実施する活動や行動を取り上げて紹介・共有するしくみです。



チャレンジする

投稿者: 広報戦略室

令和4年10月29日(土)・30日(日)の2日間、チカホで社協の活動をPRするイベント「札幌市協DX〜人と人とのつながりがイノベーションを生み出す〜」を開催。社協職員等総勢88名が、本会の取り組みについて直接、動画やパネル展示も含めて市民の皆さんにPR。会場では各課による相談ブースで実際に相談や質問を受け、累計2,027人の市民の方がご来場されました。

投稿者: 総務課

令和4年11月11日(金)12日(土)、3年ぶりの開催となった「ふく展 vol.6 ふくし用具機器展 in さっぽろ2022」。大盛況のうちに終了いたしました。多くの職員が、出展企業・団体、ボランティアさんと協働。856名の来場者をお迎えし、何事もなく無事に幕を閉じることができました。



つなげる

パズルで脳トレ!

難易度
★★★★★

三字熟語作成パズル

例のように、まわりの漢字と空欄の漢字を使って、4個の三字熟語ができるように、A~Dの空欄に漢字を一字入れてください。ただし、まわりの漢字はそれぞれ1度しか使えません。

[例]

運	転	口
玉	手	下
箱	握	会

・運転手
・玉手箱
・握手会
・口下手

日	大	文	番	不	扁
子	A	太	鳥	B	下
神	後	説	平	千	寝
内	札	嘩	事	悟	絵
喧	C	改	様	D	真
猪	炎	埴	孫	管	模

答えは
次号に
掲載!

制作協力:
社会福祉法人
深仁会法人本部
地域支援事業推進課
NPO法人
シーズネット「脳活塾」
塾長 柿沼 英樹

問い合わせ先一覧

●総務部

総務課・広報戦略室・展示ホール 614-3345
職員課 623-0010
経営財務課 614-3343
情報センター資料室 614-2001
社会福祉総合センター 614-2948

●地域福祉部

地域福祉係 614-3344
生活福祉係 614-0169
札幌市共同募金委員会 614-3532
ボランティア活動センター 623-4000
ほっ・とプラザ 623-4010
さっぽろ子育てサポートセンター 623-2415
成年後見推進センター(成年後見推進係) 624-6901
自立支援係 633-2941

●介護事業部

介護事業課 623-0001

●施設福祉部

施設福祉係 614-1002
養護老人ホーム長生園 614-1171
札幌市保養センター駒岡 583-8553

●地域包括部

地域包括課 623-4021
調査課 623-4022

中央区社会福祉協議会 281-6113
北区社会福祉協議会 757-2482
東区社会福祉協議会 741-6440
白石区社会福祉協議会 861-3700
厚別区社会福祉協議会 895-2483
豊平区社会福祉協議会 815-2940
清田区社会福祉協議会 889-2491
南区社会福祉協議会 582-2415
西区社会福祉協議会 641-6996
手稲区社会福祉協議会 681-2644

電子書籍ポータルサイト「hokkaido ebooks」でもご覧になれます。
<https://www.hokkaido-ebooks.jp/>

ホームページでもご覧になれます。<http://www.sapporo-shakyo.or.jp/>

