


# とまこまい 社協だより

191  
号

ふくしの力、発見

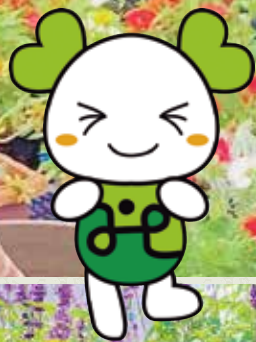
2023年(令和5年)10月

苦小牧市民活動センター  
自主事業  
花壇づくり

## 今年も綺麗に咲きました!



令和5年度苦小牧市民活動センター自主事業花壇づくりの様子 協力: (一社)苦小牧風花の会の皆さん



主な記事内容	P2	苦小牧市社協 令和4年度事業報告と決算
	P3	共同募金開始・ピンバッジ販売のお知らせ
	P4	市民講演会・相談会、市民後見人養成講座のお知らせ
	P5	ボランティアセンター、福祉人材バンクからのお知らせ
	P6	男女平等参画推進センター、くらし支援課からのお知らせ
	P7	寄付・道社協表彰、灯油運搬ボランティア対象者募集のお知らせ
	P8	「igocoti」「サロン」「とまとま」「不登校座談会」のお知らせなど

### 赤い羽根寄付金付 好評頒布中! ピンバッジ

500円の寄付で1つ差し上げます

今年の「とまチョップ」「ハートマちゃん」ピンバッジのデザインは北海道苦小牧南高等学校美術部の皆さまにご協力いただきました  
[詳細3ページ]



社協だよりは、赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています。





10月1日～3月31日

# 赤い羽根 共同募金運動 がはじまります。

10月1日から3月31日までの間、赤い羽根共同募金運動が全国一斉に行われます。

苫小牧市でも町内会・企業・老人クラブ・民生委員・ボランティアの方々をはじめ、多くの市民の皆さまのご協力をいただきながら、募金運動を実施してまいります。

今年度も皆さまの温かいご支援・ご協力を心よりお願い申し上げます。

**皆様からお寄せいただく募金が、福祉団体の活動を支える資金となっています。**

共同募金にはさまざまな募金方法があります

### 戸別募金

町内会の協力により各戸訪問して集める募金

### 法人募金

企業や商店などにご協力をいただく募金

### 街頭募金

ボランティアの方が街頭で呼びかける募金

### 職域募金

企業や団体などで働く方にご協力をいただく募金

### その他の募金

- ★ふるさとサポート募金(右のQRコードをお使いください)
- ★寄付型自動販売機の設置や募金箱の設置による募金
- ★寄付金付商品の頒布による募金



## 募金額に応じて限定グッズプレゼント

初音ミク・映画プリキュアオールスターズF・日本ハムファイターズ

- ・クリアファイル：300円募金で1枚進呈
- ・ボールペン：300円募金で1本進呈
- ・缶バッジ：200円募金で1個進呈



市民活動センター受付にて  
お取り扱いしています  
平日8:45～17:15

限定グッズのデザイン・詳細は  
←こちらをご覧ください

## 『寄付金付ピンバッジ』～500円の寄付で1つ差し上げます!～

実寸  
26mm

### 苫小牧市限定

北海道苫小牧南高等学校美術部の  
皆さまによるデザイン

### 北海道限定



①とまちょっ  
スケートver.



②とまちょっ  
ハナショウプver.



③ハートマちゃん  
スケートver.



④ハートマちゃん  
ハナショウプver.



エゾナキウサギ



初音ミク

Art by いらすとがかり © CFM

取扱い場所：風花の会売店、苫小牧商工会議所、苫小牧観光協会、道の駅ウトナイ湖 他 お問い合わせください。

市民活動センター 取扱い時間 平日8:45～17:15 問合せ 苫小牧市共同募金委員会 TEL 32-7111(担当:沖田・荒井)

私たちは地域福祉の推進をサポートします

人も地球も健康に

# Yakult

苫小牧ヤクルト販売株式会社

〒053-0853 苫小牧市花園町1丁目2番11号  
TEL(0144)73-8960 FAX(0144)73-8959



売却不動産募集中!!!

まずはご相談ください!!

北海道知事免許胆振(7)第755号

イーセブン株式会社 苫小牧店

TEL0144-38-3131

〒053-0047 苫小牧市泉町2丁目4番5号

# とまこまい成年後見支援センターからのお知らせ



令和  
5年度

成年後見支援センター  
市民講演会・相談会を開催します

# 成年後見制度



成年後見制度について、市民の皆様にご覧いただく機会として市民講演会、後見制度説明会を開催します。講演会、説明会にあわせて成年後見制度にかかわる様々な疑問、質問にお答えします。お気軽に参加、ご相談ください。

日時 令和5年10月24日(火) 14:00~16:00

場所 市民活動センター

- 内容
- ①漫才 青空一風・千風  
「笑って学ぼう!成年後見制度」
  - ②座談会 「後見人に聞こう」  
一風さん・専門職後見人・  
市民後見人の皆さんがお話します。
  - ③弁護士、行政書士の無料相談会  
(後見、相続、遺言など)

参加費 無料

申込 問合せ とまこまい成年後見支援センター  
TEL 38-7291 FAX 38-7292

令和  
5年度

## 市民後見人 養成講座

### 夜間の部

今年度よりスタート!!

を開催します

問合せ

とまこまい成年後見支援センター

TEL 38-7291 FAX 38-7292

- 内容 認知症高齢者や精神・知的障がいなどで判断能力が十分ではない方のために、ご本人に代わって金銭管理や身上配慮などの支援を行うことが成年後見制度です。  
市民後見人は、同じ地域に住み共に生活している地域住民の立場から後見活動を行ないます。  
当センターが開催する市民後見人養成講座を修了し、センターに登録後、後見業務を担っていただけます。
- 日時 令和5年10月13日、17日、20日、24日、31日 11月7日、10日、14日、17日、21日、24日  
火曜日、金曜日の18:00~20:50(全11回) ※別途日中時間帯で実習有り
- 場所 市民活動センター(若草町3丁目3-8)
- 対象者 25歳以上で苫小牧市に居住している方、市民後見人として活動する意欲がある方
- 定員 30名(定員になり次第締め切ります)
- 参加費 無料
- 申込期間 10月6日(金)メ切
- 申込 別紙「市民後見人養成講座受講申込書」を成年後見支援センターへご提出ください。申込書はとまこまい成年後見支援センターや苫小牧市役所、苫小牧市社協のホームページからダウンロードもできます。



私たちは地域福祉の推進をサポートします

高い技術と誠実な仕事で社会に貢献します

建設コン◇補償コン◇測量・地質・水質調査◇計量証明

 株式会社 **タナカコンサルタント**

代表取締役社長 田中 雄太

本社:苫小牧市新開町2丁目1番3号 TEL0144-51-2551 FAX:0144-51-2550  
(ホームページアドレス) <https://www.tanakaconsul.co.jp>

**FUJIFILM**

Value from Innovation

アペオス

Apeos C7070/C6570/C5570/  
C4570/C3570/C3070/C2570

ビジネスを、働き方を、もっとスマートに



OA機器 (株)阿部文具  
オフィス家具

〒053-0045 苫小牧市双葉町2丁目1番19号  
電話(0144)32-3779(代) FAX(0144)32-3778





朗読(音訳)  
ボランティア

# 初心者講習会

参加者  
募集

日時 令和5年11月2日~11月30日  
毎週木曜日13:30~15:30(計4回)  
【※11月23日(木・祝日)を除く】

場所 市民活動センター  
対象 16歳以上の苫小牧市民の方

募集人数 10名  
申込期間 令和5年10月2日(月)から定員に達し次第、  
締め切ります。

受講料 500円(保険代等)

問合せ ボランティアセンター

申込み TEL 84-6481



介護支援いきいきポイント事業

# 登録研修会

参加者  
募集

日時 令和5年10月31日(火)  
13:30~15:00

場所 市民活動センター  
対象 40歳以上の苫小牧市民の方

持ち物 筆記用具  
内容 事業の説明、ボランティア活動の心構え、  
登録手続き、手帳交付 他

問合せ ボランティアセンター

申込み TEL 84-6481



# ボラセン・フェスティバル 2023 を開催します。

ボラセン・フェスティバルは苫小牧市ボランティアセンターに登録している個人・団体による活動紹介と発表の場です。ボランティアの体験、紹介を行っています。事前申込みも不要ですので、ぜひ、当日、市民活動センターへお越しください。

日時 令和5年10月28日(土)  
場所 市民活動センター

問合せ ボランティアセンター TEL 84-6481

令和  
5年度

# 雪かき ボランティア事業 大募集

高齢や障がい等のため自力での除雪が難しく、かつ親族や隣近所の支援が見込めない世帯を対象に、ボランティアの協力による除雪支援を行う事業です。

ボランティア・利用者双方が相手を思いやる心で接しあい、支え合いの輪を広げましょう。

活動期間 令和5年12月~令和6年3月まで  
活動場所 場所や担当件数等は相談のうえ決定します。

活動 除雪車が入った時を目安に依頼者宅を訪問し、無理のない範囲で実施していただきます。  
※個人で、グループで、ご家族で、又は職場の皆さんで、ぜひご参加ください。

問合せ  
ボランティアセンター  
TEL 84-6481  
FAX 34-8141  
E-mail  
volucen@tomakomai-shakyo.or.jp

# 福祉人材無料職業紹介所 福祉・介護・保育のしごと相談会

問合せ 苫小牧市福祉人材バンク TEL 0144-32-7111

福祉専門

どんなお仕事…?

- ・高齢者、障がい者の介護、介護補助
- ・看護、児童保育
- ・介護施設内栄養、調理、運転手
- ・介護施設内管理、事務の仕事 等

福祉のお仕事



第2回 福祉職場説明会 in 苫小牧 令和6年 1月17日(水)

第3回 福祉職場説明会 in 室蘭 令和6年 2月2日(金)

※福祉のお仕事に興味のある方、是非ご参加ください

♪ 福祉のお仕事なんでも相談受付中 ♪

市民活動センター 月~金曜日 9:00~17:00

◆ハローワーク出張相談◆

ワークプラザ苫小牧 毎月第1・3火曜日 13:00~15:00

ハローワーク室蘭 毎月第1金曜日

ハローワーク伊達 毎月第3金曜日

ハローワーク静内 奇数月第4金曜日

ハローワーク浦河 偶数月第4金曜日

※祝日・年末年始は除きます。

要予約  
13:00  
~15:00

申込み  
TEL 0144-32-7111

私たちは地域福祉の推進をサポートします



快適なオフィス環境をご提案します。

# サニー事務器株式会社

〒053-0852 苫小牧市北光町4丁目3番8号  
TEL:0144-76-1212 FAX0144-73-4661



# 総合ビルメンテナンス

(一社)北海道ビルメンテナンス協会々員  
(一社)北海道警備業協会々員



株式会社 とまビルサービス

苫小牧市表町2丁目1-14 (王子不動産第3ビル7F) TEL.33-1234 (代)

女性の人権講演会

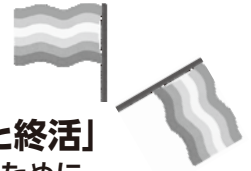
「どうする!? 大人の性教育」  
～明るいセカンドライフを送るために～



講師 **村瀬 幸浩 氏**  
元一橋大学講師、日本思春期学会名誉会員  
開催日 **令和5年11月11日(土) 13時半～15時半**  
場所 **市民活動センター**  
定員 **100名**  
参加費 **無料**  
申込 **直接・電話・ホームページより**  
※先着順

苫小牧にじいろライブvol.4

「性的マイノリティの老後と終活」  
～みんなが地域で暮らしていくために～



講師 **NPO法人パープル・ハンズ**  
事務局長 **永易 至文 氏**  
進行 **一般社団法人にじいろほっかいどう**  
理事長 **国見 亮佑 氏**  
開催日 **令和5年11月18日(土) 13時半～15時半**  
場所 **市民活動センター**  
定員 **100名**  
参加費 **無料**  
申込 **直接・電話・ホームページより**  
※先着順

全講座無料託児付! 1歳以上 定員10名・開催の1週間前までに要予約

申込み・問合せ

**男女平等参画推進センター** TEL 0144-32-3544  
〒053-0021 苫小牧市若草町3丁目3番8号 市民活動センター 4階

HPへのアクセスは  
こちらから



facebook

講座案内

令和  
5年度

## 第2回 在宅介護者の集い

在宅で介護をしている方を対象に、悩みや体験をもちより交流して、心身のリフレッシュをしませんか?

日時 宿泊:10月25日(水)9:45～26日(木)12:00迄  
日帰り:10月25日(水)9:45～14:20  
場所 市民活動センター(若草町3-3-8)  
(宿泊 ホテルゆもと登別)  
内容 体験談:「家族介護の経験から」  
講話:「認知症の理解とその予防」  
懇談会:「わたしの悩み みんなの悩み」  
対象 市内在住で現在、在宅等でご家族を介護している方  
定員 宿泊15名、日帰り10名  
参加費 宿泊4,000円、日帰り500円  
申込み 10月4日(水)～10月11日(水)までの  
平日9:00～17:00に電話で受付いたします。(土日祝日除く)



問合せ **くらし支援課 在宅福祉係**  
TEL 32-7111



情報はインスタグラムでも↑

## 市民相談所からのお知らせ!

◆夜間心配ごと相談(相談員対応)

10月10日(火) 11月14日(火)、  
12月12日(火)  
18:00～20:00(最終受付19:30)

希望される方は市民活動センター1階受付へ

◆無料法律相談(弁護士対応)

10月27日(金) 11月24日(金)  
12月22日(金) 定員7名  
いずれも午前(相談時間20分)

希望される方は相談月の初日から前日午前中までに市民相談所に来所もしくはお電話にて相談員に内容をお話してください。

平日8:45～17:15の間は、相談員が来所及び電話による心配ごと相談を受け付けています。些細な相談でも構いません。お気軽にご相談ください。

問合せ **くらし支援課 相談支援係**  
(市民活動センター1階 市民相談所)  
TEL 33-2345

私たちは地域福祉の推進をサポートします

## ひとりで悩まず、まずはお電話を

3つの人権相談専用電話があります

☆みんなの人権110番  
0570-003-110  
☆子どもの人権110番  
0120-007-110  
☆女性の人権ホットライン  
0570-070-810



人権イメージキャラクター  
AKEN ぼんぼり AKEN ぼんぼり  
苫小牧人権擁護委員協議会

株式会社 **セルオート** CEL AUTO  
株式会社 **セルオート** CEL AUTO  
株式会社 **セルオート** CEL AUTO  
ボディーコート  
タイヤ・ホイール  
修理・板金塗装  
えんぴつとか  
etc.etc.

〒053-0033 苫小牧市木場町3丁目12番16号  
代表電話: 35-7766 事務機部門: 61-1212



# 灯油運搬のお手伝い(だけボラ)が10月より開始します!

●対象者 備付けホームタンクのある、中層階公営住宅にお住まいで65歳以上のすべての方、または65歳未満の方で下記の認定をお持ちの方 ※なお、同居家族がいる場合、同居者も基準を満たす場合は対象です。

介護認定	要支援1以上をお持ちの方	身体障害者手帳	1級～3級
療育手帳	A判定	精神障害者保健福祉手帳	1級

●対象地区 勇払 東開町 沼ノ端中央 住吉町 弥生町 青葉町  
●内容 市内の高校生や企業、団体等のボランティア協力により、各戸の玄関先までポリタンクの配達を月2回程行います。灯油ポリタンクを運ぶのにお困りの方、また、事業の詳細等につきましては、担当までご連絡ください。  
※指定燃料店との契約が必要です。

問合せ 地域福祉課 地域福祉第1係  
TEL 32-7111 FAX 84-6650

## 皆様からの寄付一覧

～令和5年6月から令和5年8月末までに寄せられたものです～(敬称略)

### 一般事業寄付金・物品

長森正昭	10,000円
全国水越会 苫小牧本部	車いす1台
日吉町明和会	11,044円
苫小牧ママさんバレーボール連盟	22,000円
苫小牧福島県人会	50,000円
苫小牧LPガス事業協同組合	118,400円
JP 労組苫小牧日高支部	20,000円
医療法人社団生き生き会 光洋いきいきクリニック	30,000円

桜木町町内会福祉女性部	拭き布	1,467枚
社会福祉法人百合愛会	認定こども園幼稚舎あいか コキア	38鉢
フットケアサロントマコマイ	拭き布	1,000枚
山手北光クラブ	拭き布	1,468枚
	タオル	8枚
	シーツ	1枚
	タオルケット	1枚
	ポリエチレン前掛け	150枚
藤江利津子	お米	100kg
浄土真宗本願寺派 真宗寺仏教婦人会真和会	拭き布	2,500枚
苫小牧ママさんバレーボール連盟	拭き布	182枚
	尿取りパッド	24枚
	使用済切手	0.28kg
渡邊 聡	ミニひまわり	38鉢
トヨタ自動車北海道株式会社	ハスカップジャム	160g 28個
		210g 34個

### 愛情銀行(寄付金)

苫小牧中央ライオンズクラブ	50,000円
学校法人聖公会北海道学園幼保連携型認定こども園苫小牧聖ルカ幼稚園	37,247円
サニー事務器株式会社	100,000円

### 愛情銀行(物品等)

あすなろクラブ	拭き布	3,976枚
	ハスタオル	13枚
上野恵美子	雑巾	100枚
株式会社ダイナックス	飲料水	80ケース
大場早希子	紙おむつ	2袋

私たちは地域福祉の推進をサポートします

## 栄えある受賞

おめでとございます

令和5年度北海道社会福祉協議会  
会長顕彰受賞者(敬称略)

社会福祉施設職員功労者  
(在任20年以上)

・岡田 郁子

民生委員・児童委員功労者  
(在任15年以上)

・秋元 達子・阿部のぶ子・伊藤由紀子  
・植田百合子・尾野 幸子・金子屋博典  
・北口美智子・後藤 郁子・澤井 美幸  
・戸出 照美・中島 浩子・久木 朋子  
・平山あつ子・湯原 昭雄・若山 照子  
計16名

警備業務・ビル総合管理・電気、ボイラー保守管理  
消防設備点検工事・貯水槽清掃業務・産業廃棄物収集運搬業  
一般廃棄物収集運搬業

(一社)北海道警備協会々員・(一社)北海道ビルメンテナンス協会々員・(一社)北海道消防設備協会々員

### ピケンビルサービス(株)

代表取締役 阿部 勲  
本社/苫小牧市矢代町1丁目2番26号  
TEL(0144)71-3651

## 余山大岩倉グループ 岩倉商事株式会社 山大産業株式会社

北海道苫小牧市末広町3丁目9番21号  
電話(0144)33-9171 FAX(0144)33-0715

Go! ガステナブル

エコジョーズ化宣言  
ガス給湯器はエコジョーズへ。

### 苫小牧ガス株式会社

苫小牧市末広町2丁目10番19号 ☎(0144)32-5381  
<http://www.tomagas.co.jp/>

地域から信頼される電気工事会社を目指します

### 一本松電気工事株式会社

苫小牧市一本松町8番地2  
TEL(0144)53-8155

創業51年 住宅 買取 致します  
土地

直接買取でスピーディ! まずはご相談だけでも、お気軽にご連絡ください

北海道知事免許証(13)第383号 (公社)北海道宅地建物取引業協会会員 本社/苫小牧市若草町2丁目1-6

大東開発(株) TEL(0144)32-9523  
営業時間 平日9:00~18:00 土日9:00~17:00  
<http://www.daitohkaihatu.co.jp/>

葬儀の流れ 逝去 搬送の手配 安置 出棺 火葬

ご遺族のご負担を最小限に、直葬という選択肢があります

静かに故人をお送りするお葬式  
苫小牧市直葬協会

フリーダイヤル 0120-400-592

事務所:苫小牧市柏木町6丁目1-1





# お知らせ

## コミュニティカフェ igocoti (いごこち)

無料のゲーム(Switchやボードゲーム)、iPad、Wi-Fiを完備し、勉強や読書など自由に過ごせる場所です。おうち以外の居場所として誰もが“いごこちのいい場所”となるよう、開催しています。8月より、以下3か所での開催になっておりますので、お近くやご都合に合わせてお気軽にご参加ください♪

※[北海道社会福祉総合基金]助成事業  
※生活困窮者支援フードバンク等活動支援事業

### 中央店

【日時】 R5.10/11、11/8、12/13、  
R6.1/10  
(毎月・第2水曜日)  
14時～20時まで  
【場所】 苫小牧市大町1-4-22-2階  
シガーシュガーカフェ

### 東店

【日時】 R5.10/25、11/22、12/27、  
R6.1/24  
(毎月・第4水曜日)  
14時～19時30分まで  
【場所】 苫小牧市東開町5-15-16  
お食事処八ちゃん

### 西店

【日時】 R5.10/10、11/14、12/12、  
R6.1/9  
(毎月・第2火曜日)  
14時～19時30分まで  
【場所】 苫小牧市美原町2-5-9  
お惣菜labぱらしゅん

お気軽にご参加ください

## 社協ふれあいサロン

申込不要! 初めての方大歓迎!

### 社協ふれあいサロンat市民活動センター

日程 10月19日(木)  
11月16日(木)  
12月21日(木)  
時間 10:00～12:00  
場所 市民活動センター  
(若草町3-3-8)

ふまねつ運動や  
レクリエーションで  
楽しんでいます

### 社協ふれあいサロンat勇払

日程 10月16日(月)  
11月20日(月)  
12月18日(月)  
時間 10:00～15:00  
場所 勇払一会(旧八戸商店)  
(勇払45-1)

おしゃべりで  
楽しい時間♪  
お気軽にどうぞ

## 居場所

## とまとま

居場所「とまとま」はひきこもりで悩んでいる当事者や家族の方たちが集い、気持ちを楽にして語り合う場です。開設6年目を迎える今年度は本会が主催となり開催いたします。予約不要ですので気軽にご来場ください。

日時 R5年11月2日(木)  
R6年1月11日(木)  
R6年3月7日(木)  
各日14:00～16:00  
場所 市民活動センター  
若草町3-3-8  
料金 無料  
※[北海道社会福祉総合基金]助成事業

## 不登校座談会

## 圓まち

主に、不登校家族・本人のお話の場です。ホッと話すことで明日の自分が軽くなれば…そんな思いで開催しています。初めても久しぶりも大歓迎です!

日時 10月19日(木)  
12月21日(木)  
偶数月・第3木曜日  
18時30分～20時30分まで  
場所 市民活動センター  
若草町3-3-8  
※ZOOMミーティングでの  
ご参加も可能  
料金 無料  
※[北海道社会福祉総合基金]助成事業

問合せ 地域福祉課地域福祉第1係 TEL 32-7111 FAX 84-6650

## クイズ ハートマQuiz

※社協だよりや社協についての  
ご意見・感想をお待ちしております。

### 問題

今年のピンバッジは苫小牧南高等学校美術部の生徒さんがデザインしました。皆さんもおひとついかがですか。「〇〇〇付ピンバッジ」  
○の中にはどんな文字が入りますか?

「〇〇〇付ピンバッジ」

ヒントは  
社協だよりを  
よく見てね!

正解者の中から抽選で5名に図書カード1,000円分をプレゼント! 前回、好評だった苫協マスキングテープも合わせて当選者5名に特別記念品としてプレゼント致します。

【はがき・FAX・メールでの応募】①クイズの答え②感想やご意見③氏名④住所⑤電話番号⑥年齢を全て明記の上、「社協だより ハートマクイズ」係まで右記の宛先にご応募ください。

【HPからの応募】苫小牧市社会福祉協議会HPトップページの「社協だよりハートマクイズ応募フォーム」または、右記のQRコードからも応募できます。

【応募締切】令和5年10月31日必着

※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。  
※感想やご意見を社協だよりに匿名で掲載する場合がございます。

社協だより190号(令和5年7月)の答え「燻製」  
合計94通のご応募をいただきました。ありがとうございました。



## 【編集・発行】 社会福祉法人 苫小牧市社会福祉協議会

〒053-0021 苫小牧市若草町3丁目3番8号  
市民活動センター1階

- 代表 TEL 0144-32-7111 FAX 0144-34-8141
- 介護事業所 TEL 0144-38-2251
- 市民相談所 TEL 0144-33-2345
- ボランティアセンター TEL 0144-84-6481
- 成年後見支援センター TEL 0144-38-7291
- 男女平等参画推進センター TEL 0144-32-3544

・ホームページ <http://www.tomakomai-shakyo.or.jp>  
・Eメール [info00@tomakomai-shakyo.or.jp](mailto:info00@tomakomai-shakyo.or.jp)

### ●団体事務局

- ・苫小牧市共同募金委員会
- ・苫小牧市老人クラブ連合会
- ・苫小牧市遺族会
- ・苫小牧市ボランティア連絡協議会

