

# とまこまい 社協だより

おかげさまで200号

ふくしの力、**彩**発見



2026年(令和8年)1月 200号

## ボラセン・フェスティバル2025

素敵な歌声でカバー曲とオリジナル曲を歌っていただきました♪

かっこいいダンスを披露していただきました😊



### TANZ DANCE STUDIO & 門田しほりさん

年中の皆さんに鍵盤ハーモニカとお遊戯を披露していただきました!



### 認定こども園 幼稚舎あいが

#### 主な記事内容

- P2 ハートマSTS事業ボランティア募集、とまこまい演劇会、figocoti[kamakura]からのお知らせ
- P3 日常生活自立支援事業のご案内、出張相談会のお知らせ
- P4 教育支援資金、出張市民相談のお知らせ
- P5 赤い羽根共同募金からピンバッジデザイン募集のお知らせ、男女平等参画推進センターからのお知らせ
- P6 各種表彰一覧、給食サービス・福祉人材バンクからのお知らせ
- P7 社協会員・会費のご案内、寄付報告
- P8 「サロン」[Peace][風まち]からのお知らせ、「防災ボランティア登録者研修交流会」「家族でチャレンジ防災シミュレーション」のお知らせ

お健やかに新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。皆さまにおかれましては日頃より、本会の事業推進に対しまして、温かい御支援、御協力を賜り、心より感謝申し上げます。

さて、広報誌「社協だより」は、昭和47年3月に創刊して以来、地域の皆さまに社協活動を発信し続け、お陰様で200号を迎えることができました。今後も、より多くの情報を分かりやすく興味を持っていただける「社協だより」をお届けできるよう取り組みます。

昨年は、「相談支援、参加支援、地域づくり」を一体的に行う重層支援体制整備事業が本格的にスタートしました。市内中心部には常設の居場所事業として「社協BASE」を開設し、世代や属性に関わらず交流できる場として地域の皆さまに御利用いただき、地域交流の活性化を図るとともに、もしもの時の相談に対応してまいりました。

また、本会は「ともに支えあい みんなの笑顔が見えるまちづくり」を基本理念に日々活動しております。この地域福祉活動が認められ、令和7年10月に北海道社会福祉協議会会長顕彰「優良社会福祉協議会」として表彰されました。これもひとえに地域住民の皆さまや関係機関の皆さまの温かい御支援があったからこそこの受賞と改めて感謝申し上げます。

この受賞を励みに、本年も地域住民同士の顔が見える関係づくりを構築し、相談者に寄り添った継続的な伴走支援に取り組んでまいります。

今後も気持ちを新たに、役職員一同、地域福祉の推進のため精進してまいりますので、引き続き市民の皆さまのお力添えをいただきますようよろしくお願い申し上げます。

結びに、皆さまの御健勝と御多幸を祈念申し上げ、新年の挨拶とさせていただきます。



社会福祉法人  
苫小牧市社会福祉協議会  
会長 渡邊 敏明

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。



## ハートマSTS事業

# 運転ボランティア大募集!!

勇払・樽前にお住いの方で、公共交通機関での病院受診が難しい方を対象に、自宅から病院までの移送サービスを行っています。

主婦・主夫の方も大歓迎です!

ちょっとしたスキマ時間にボランティア参加しませんか?

### 登録までの流れ

①まずはお問い合わせください!

②安全運転講習会を受講

③講習会の後、ご登録となります

※万が一の時の保険にも加入しますので、安心して活動していただけます!

※安全運転講習会は年2回程実施しています。  
日程は決まり次第、ご案内します。

## 居場所「とまとま」講演会

「わかる」ことからはじまるつながり

～発達障がい・ひきこもりを理解するために～

居場所「とまとま」は、ひきこもりで悩む当事者やご家族の方、支援者がゆるやかにつながる場づくりを進めています。地域の中で、誰もが安心して過ごせる居場所づくりを一緒に考えてみませんか?

【日時】 1月17日(土)

14:00～16:00(開場13:30)

【場所】 市民活動センター 多目的ホール

【講師】 二通 諭 様(札幌学院大学 名誉教授)

【対象】 ひきこもり当事者・経験者、ご家族、支援者、地域住民など

【参加費】 無料、予約不要

## コミュニティカフェ



ひとりひとりが  
自由に過ごせる  
おうち以外の居場所

西店 【日時】1/13(火) 2/10(火) 3/10(火) 14:00～19:30

【場所】Café *aura* 美原町2-5-9

中央店 【日時】1/14(水) 2/18(水) 3/11(水) 14:00～20:00

【場所】Tomakomai Hub 大町1-1-7

東店 【日時】1/28(水) 2/25(水) 3/25(水) 14:00～19:30

【場所】法華寺 沼ノ端中央4-16-8

年齢制限無し

ゲーム(switchやボードゲーム)、Wi-Fi完備

ちょっとした悩みごと相談できます

※「赤い羽根共同募金」助成事業



～子ども・わかものそうだん所～



大人(家族)のかわりに、ケアや家事をがんばっている子どもたちが安心してすごせる場所です。ちょっと「話したいな」と思ったら、ぜひ来てください。

大成児童センター 1/15(木) 2/13(金) 3/13(金)

みんなの食堂ma'am 1/21(水) 2/18(水) 3/18(水)

日新児童センター 1/16(金) 2/20(金) 3/13(金)

沼ノ端児童センター 1/23(金) 2/27(金) 3/27(金)

いずれも 13:30～16:30

木と花の大ぼうけん 1/6(火) 1/8(木) 1/13(火)

3/25(水) 3/30(月) 4/3(金)

いずれも 10:00～13:00

苫小牧市委託事業

各種SNSでも、  
最新情報を発信しています♪

問合せ 地域福祉課地域福祉第1係 TEL 84-6635



Instagram



X(旧Twitter)



ホームページ



CSW公式LINE相談

私たちは地域福祉の推進をサポートします

**DUSKIN.**  
喜びのタネをまこう

**ダスキンの介護・福祉用具のレンタルと販売店**

快適で、心地よい生活をサポートいたします。



○レンタル(ベッド、車イス、歩行器、手すり他)

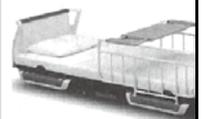
○販売(入浴用品、トイレ用品、靴他)

○住宅改修(手すり、スロープ他)

**ダスキンヘルスレント  
苫小牧ステーション**

〒053-0054 苫小牧市明野新町6丁目28-16  
TEL.0144-55-8428 FAX.0144-55-8484

Health  
**HR**  
Rent  
ヘルスレント



# とまこまい成年後見支援センターからのお知らせ

## ～「日常生活自立支援事業」のご案内～

高齢や障がいにより、日常生活に不安のある在宅で生活している方を対象に地域で安心した生活が送れるよう、利用者(具体的な援助内容の理解ができる方)との契約にもとづいて、日常生活のお手伝いをします。

### どんなお手伝いをするの？

- ①福祉サービスの利用援助(基本事業)
- ②日常的な金銭管理サービス
- ③書類等の預かりサービス
- ・福祉サービスの情報提供や利用手続きなど。
- ・公共料金の支払いや預金通帳からの払い出し、適切な家計の管理サポートなど。
- ・定期預金通帳等、大切な書類の預かりなど。



### 利用の手続きの流れ、費用などは？

- ①電話、来所にて相談をお受けします。その後、担当者が訪問して、具体的な困りごとや生活状況を確認します。(本人自身が利用を希望していることなど)
- ②利用対象となる方には、提供するサービスの内容や回数等具体的に定めた計画を作成し、利用される方と契約を結びます。
- ③計画にもとづいて、社協に登録している「生活支援員」(研修を受けた地域の方)がサービスを提供します。(平均月1～2回、その他臨時支援あり)
- ④利用料は1回1時間程度で1,200円と生活支援員の交通費300円をいただきます。  
※生活保護受給者は無料です。

## ひとりでじゃない！あなたの味方になる制度 成年後見・日常生活自立支援事業相談会を開催します

成年後見制度は、精神・知的障がいや認知症などで、いろいろな手続きや契約、金銭管理などを一人で適切に行うことが困難な場合、不利益にならないよう支援する制度です。成年後見支援センターでは2/12(木)、2/19(木)に成年後見制度や日常生活自立支援事業について出張相談会を開催します。心配なことや、気になることがありましたらお気軽にご相談ください。

2/12(木)

のぞみコミュニティセンター  
講習室

2/19(木)

沼ノ端交流センター  
ミーティングルーム1

開催時間

いずれも 13:30～16:00まで

(相談受付15:30まで、

相談時間は20分程度)

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

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 胆振(1)第1063号

株式会社 売 苦 七

TEL 0144-38-3131

〒053-0047 苫小牧市泉町2丁目4番5号

お早めに  
相談ください

# 教育支援資金のご案内



苫社協  
貸付相談HP

対 象

低所得世帯

障がい者世帯

高齢者世帯

高等学校、高等専門学校、短期大学、大学の進学に必要な経費が対象となります。

資 金 種 類		貸 付 限 度 額	利 子
就学支度費(入学に必要な経費)		500,000円以内	無 利 子
教 育 支 援 費 (就学に必要な経費)	高 等 学 校	月額35,000円以内	
	高 等 専 門 学 校	月額60,000円以内	
	短 期 大 学	月額60,000円以内	
	大 学	月額65,000円以内	

※申込みから審査、決定、送金まで2か月程度かかります。

問合せ 暮らし支援課 地域支援係(貸付相談室) TEL 32-7111



暮らし支援課  
インスタグラム

## 出張 市民相談所

相談無料!  
直接会場へ!

相続や離婚、子育てや介護等の困りごとや、学校や仕事でのトラブル、将来への不安等、親しい人にも話にくい心配ごとはありませんか?

相談員がお話を伺いながら、ともに整理できればと思っています。気軽にお越しください。

**夜間開催**です。近隣の方だけでなく、学校帰り、仕事帰りの方もぜひお立ち寄りください!

日時：1月29日(木)  
17:30~20:00(受付終了19:30)  
場所：住吉コミュニティセンター講習室

1人30分を目安としてお話を伺います。

※予約不要のため、順次ご案内をさせていただきます。不明点がございましたら事前にお問合せください。

### 市民相談所各種相談日程(令和8年1月~3月分)

項目	相談方法	実施日時	対応	申込方法
心配ごと相談 (相談時間30分程度)	電話/来所	開所日(平日) 8:45~17:15	相談員	予約不要/来所優先 ※来所受付は終了時間30分前まで
夜間心配ごと相談 (相談時間30分程度)	電話/来所	3月10日(火) 17:30~20:00		予約不要/来所優先 ※来所受付は終了時間30分前まで
出張市民相談所	市内公共施設を会場とし、随時実施。 ※詳細は上段の案内をご覧ください。			
無料法律相談 (相談時間20分程度)	来所	1月16日(金) 13:30~15:30	大谷和広 弁護士	法律相談は事前予約が必要です。 月初めの平日~相談日2日前(土・日・祝を除く)15:00までに市民相談所に相談内容をお伝えください。
		2月10日(火) 18:00~19:30	邨山達哉 弁護士	
		3月19日(木) 13:30~15:30	高田耕平 弁護士	

申込 暮らし支援課 地域支援係(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

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 TEL:0144-51-2551 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



O A 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



ありがたい気持ちをピンバッジに!

応募〆切  
2/27(金)

2026 赤い羽根共同募金 苫小牧市限定 ご当地ピンバッジ

# デザイン募集



## 応募資格

・苫小牧市民(在勤や在学もOK)

## デザインの条件

- ①未発表の本人制作のものに限る。 ※生成AIの利用は、要項をご確認ください。
- ②「赤い羽根」「市名(表記自由)」「2026」「苫小牧市の名所や名物」が盛り込まれている事 【参考・2025年デザイン】
- ③「赤い羽根」の赤を含め6色以内にまとめる事 ※グラデーション不可
- ④細かすぎるデザインを避ける事 ※ピンバッジ原寸は22mm～25mm

採用作品賞  
5000円分の  
ギフトカード

## 応募方法

・手書き、データ制作問わず…持参・郵送・メール・申込フォームいずれかの方法にてご応募ください。  
 ※専用の応募用紙もご準備しておりますが、必要事項を記入いただければ、任意の様式で構いません。  
 ※データの場合には、ファイルサイズ2MB以下、PNG・JPEG・PDFいずれかでご提出ください。



詳細は  
こちら



問合せ 苫小牧市共同募金委員会

苫小牧市若草町3-3-8 市民活動センター内

TEL 0144-32-7111

E-mail kurashi@tomakomai-shakyo.or.jp

## 男女平等参画推進センターからのお知らせ

### ■ジェンダーの「はて?」

#### 【目的】

無意識のジェンダーバイアスに気づくことが、社会を変える力に。対話を通じて、「常識」を見直すきっかけを共有します。

#### 【内容】

「現代のはて?ジェンダーコレクティブの時代とは」  
～ジェンダーギャップ解消はなぜ必要なのか～

#### コーディネーター

HTB北海道テレビアナウンサー 森 さやか 氏

日時 2月26日(木) 13:30～15:30

場所 市民活動センター4階

定員 20人(先着順)

託児 無料、1歳以上(10日前までに要予約)

申込 直接または電話、ホームページで

### ■弁護士による無料法律相談

家庭・離婚問題、雇用問題や職場でのさまざまなトラブルなどの相談を弁護士がお受けします。

弁護士 竹田 美由紀 氏(とまこまい総合法律事務所)

日時 3月17日(火) 13:30～16:00

場所 市民活動センター 4階

相談時間 1人20分以内

定員 7人(申込順)

託児 無料、1歳以上(10日前までに要予約)

申込 電話受付による先着順、予約制です。

### ■防災セミナー

誰もが安心できる避難所を考える  
～保健師が語る、胆振東部地震からの学び～

#### 【目的】

災害発生時、日頃から様々な困難に直面している人は、より大きな影響を受けることが指摘されています。自分たちの地域でひとり一人が尊重される避難所をつくるために、ともに考えます。

【内容】 胆振東部地震でのむかわ町の避難所から見たこと  
・日の経過と共に変化した様子 ・今思う避難所の在り方など

講師 むかわ町保健師 今井 喜代子 氏

トークセッション むかわ町前教育長 長谷川 孝雄 氏

日時 1月22日(木) 13:30～15:30

場所 市民活動センター 4階

定員 20人(申込順)

託児 無料、1歳以上(10日前までに要予約)

申込 直接または電話、ホームページで(申込順)

主催 男女平等参画推進センター

協力 苫小牧市ボランティアセンター

各種  
SNS



ホームページ



Instagram



フェイスブック

詳しい情報は  
ホームページ  
やSNSをご覧ください

問合せ

### 男女平等参画推進センター

〒053-0021 若草町3丁目3番8号 市民活動センター 4階

TEL 32-3544 E-mail danjo00@tomakomai-shakyo.or.jp

私たちは地域福祉の推進をサポートします

仏壇・仏具・御宮・神具 創業大正6年

お焚き上げ・仏壇移動承ります

**(株) 吉本仏壇店**

苫小牧市錦町2丁目1番17号  
(ホテルドーミーイン横)

TEL (0144) 32-2563・34-3615

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)

# 栄えある受賞おめでとうございます

☆厚生労働大臣表彰

苫小牧手話の会

☆全国社会福祉協議会会長表彰

上原 毅

☆北海道社会福祉協議会会長顕彰

優良社会福祉協議会表彰

苫小牧市社会福祉協議会

民生委員・児童委員功労表彰

- 篠原 美恵子 ・ 石塚 茂子 ・ 佐々木 修三
- 大崎 孝子 ・ 小塚 浩二 ・ 戸村 綾子
- 生田 千代子 ・ 大村 千佳 ・ 清川 清
- 丹内 栄子 ・ 山端 京子 ・ 田丸 幹代
- 保浦 昌子 ・ 武田 真理子 ・ 上田 涼子
- 石垣 盛子 ・ 勝田 ヨネ子

(敬称略)



北海道社会福祉協議会から  
優良社会福祉協議会表彰状を受けとった  
渡邊会長(左)と前田常務理事(右)

この度、苫小牧市社会福祉協議会は北海道社会福祉協議会会長から優良社会福祉協議会として表彰されました。優良社会福祉協議会の受賞は昭和46年北海道社会福祉協議会会長表彰、昭和49年全国社会福祉協議会会長表彰で51年ぶり3度目です。

## 高齢者給食サービス事業

身体や生活の状況により食事の確保が困難な方に月から土曜日まで弁当を自宅にお届けするとともに、その方の安否確認をいたします。

おおむね  
65歳以上  
の世帯

夕食の  
お弁当1食  
400円

自宅まで  
お届け  
月～土

問合せ 総務課総務係 (Tel) 32-7111

福祉人材無料職業紹介所

## 福祉・介護・保育のしごと相談

福祉の職場と働きたい人の出会いをサポート  
♪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 ※祝日・年末年始は除きます
- ハローワーク出張相談 13:00～15:00
- ワークプラザ苫小牧 毎月 第1・3火曜日
- ハローワーク室蘭 毎月 第1金曜日 ※要予約
- ハローワーク伊達 毎月 第3金曜日 //
- ハローワーク浦河 偶数月 第4金曜日 //
- ハローワーク静内 奇数月 第4金曜日 //

問合せ 苫小牧市福祉人材バンク ☎ 32-7111

●●●●●●●●●● 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

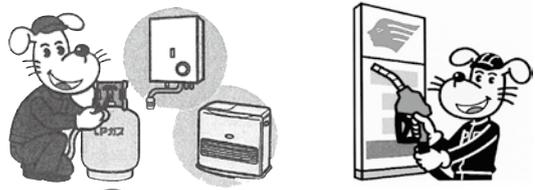
人権相談専用電話があります

☆みんなの人権110番  
0570-003-110

☆こどもの人権110番  
0120-007-110



人権イメージキャラクター  
AKENももる AKENあゆみちゃん  
苫小牧人権擁護委員会



**アジダ産業株式会社**  
☎059-1374 苫小牧市晴海町32番地  
☎0144-53-1111(代表)

年会費および寄付金は  
税制上の優遇措置が受けられます

## 苫小牧市社協会員を募集しています!

### 社協会員とは

苫小牧市社会福祉協議会の活動趣旨にご賛同いただき、会費を納めていただいている法人や団体、個人の方々です。社協会員には、以下の種類がございます。

- 特別会員・・・1号会員(個人) 年間一口 500円以上  
2号会員(法人・団体) 年間一口 1,000円以上
- 普通会費・・・各町内会から町内会加入世帯分 年間一世帯 50円

令和7年11月30日現在、1号会員は87名、2号会員は237の団体・法人・企業に加入していただいております。皆さまからお預かりした会費は社協で行うふれあいサロン事業や犬・猫一時預かり事業などの地域福祉事業に活用させていただきます。

本会に対する会費は、所得税法第78条3項及び法人税法第37条第1項、第4項に該当し、寄附金控除及び損金の取り扱いができます。

ご協力  
お願いします



協力2号会員の皆様

## 皆さまからの寄付一覧

～令和7年9月から令和7年11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

- 医療法人社団生き生き会 光洋いきいきクリニック 20,000円
- JP 労組苫小牧日高支部 10,000円
- 苫小牧家庭生活カウンセリング協会 750,000円
- TOMAJU 建設産業イメージアップ委員会 54,000円
- 柏木町町内会女性部 17,990円
- 長森正昭 10,000円
- 三浦実 1,000,000円
- 株式会社 三星 1,000,000円
- エア・ウォーター・ライフソリューション株式会社苫小牧営業所 17,885円
- 富士ホームエナジー株式会社苫小牧営業所 28,000円
- 植苗ファミリーセンターまつり実行委員会 50,000円
- 静内高等学校同窓会苫小牧支部 1,871円
- 橋本泰子 1,871円
- 新日本プロレスリング株式会社 Tシャツ150枚 スケッチブック150冊

- 大東開発株式会社 1,000,000円
- 医療的ケア児者親の会 咲くシオンの会 50,000円
- 一般社団法人生命保険協会苫小牧協会 200,000円
- 苫小牧市南地域包括支援センター 12,000円

### 愛情銀行(物品等)

- 青藍会 トイレtpーパー 1,944ロール
- 苫重建設株式会社 使用済切手 500g
- 柏木町町内会女性部 拭き布 1,700枚 衣類 5袋
- JAとまごまい広域農協 お米 51.8kg
- 苫小牧視覚障害者福祉協会 拭き布 577枚
- 苫東石油備蓄株式会社 お米 40kg
- 豊川町内会 お米 100kg
- 上野恵美子 拭き布 2,870枚
- 中野百寿会 拭き布 853枚 白布 25枚
- 日吉町町内会婦人部 タオル 15枚 タオルケット 4枚
- 幸町町内会女性部 拭き布 3,037枚 紙オムツ 7袋
- 尿取りパッド 6袋
- 北海道苫小牧工業高等学校 生徒会 拭き布 2,300枚 紙オムツ 5袋
- 駒澤大学附属苫小牧高等学校 バasketボール部 尿取りパッド 2袋
- 室蘭経営研究会 インスタント食品 216食
- お米 50kg

### 愛の小箱

- 株式会社 三星 49,987円
- 大東開発株式会社 3,687円
- たかせ内科クリニック 30,444円
- グランドホテルニュー王子 苫小牧 4,042円

### 愛情銀行(寄付金)

- 山本カツエ 50,000円

私たちは地域福祉の推進をサポートします



## 株式会社 進和鉄工所

代表取締役社長 二瓶 英幸

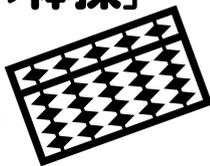
本社 〒059-1306 苫小牧市ウトナイ北4丁目4番20号  
電話 0144-57-6722 FAX 0144-57-6723  
王子構内事業所 〒053-0801 苫小牧市白金町1丁目1番4号  
電話 0144-73-6722 FAX 0144-73-6942



## 日本珠算連盟苫小牧支部 珠道館

「そろばんは頭の体操」

双葉教室・双葉町2丁目7-15  
明野教室・明野柳町総合福祉会館  
西町教室・西町総合福祉会館  
携帯でんわ 090-8278-2688  
090-2059-6254



## レンタルで経費削減! 準備も楽々! イベントレンタルは

ダスキンレントオール苫小牧イベントセンター  
〒053-0001 北海道苫小牧市一本松町15-19  
TEL 0144-55-8336 FAX 0144-55-8340

## 労働者と商工業者・会員同士の助け合い!

労働保険事務代行

## 労働保険事務組合 苫小牧商工連盟

苫小牧市大町2-2-5  
TEL 33-2655 FAX 33-2660

## 「安心・信頼の墓じまいサポート。 大切な人を見送るお手伝い」

「大切なご先祖様のお墓を整理することは心の整理でもあります。私たちの墓じまいサービスは責任を持ってしっかりと対応し、安心できる形で終活をサポートします。」



苫小牧墓石解体 お問い合わせ 0144-82-7766  
苫小牧市元中野町3-3-13

## 創業53年 住宅と土地の買取

不用品や不要家具等 そのままでも買取します!

まずはご相談だけでも、お気軽にご連絡ください

北海道知事免許持合(13)第383号 (公社)北海道宅地建物取引業協会会員 本社/苫小牧市若穂町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.daitokaihatu.co.jp/



市民のいこいの場♪お気軽にご参加ください

## 社協 ふれあいサロン

### at 市民活動センター

日時 1/15(木) 2/19(木) 3/19(木)

いずれも10:00～12:00

場所 若草町3-3-8

内容 シルリ八体操、ふまねっと運動  
レクリエーション、セラピューティックケア

### at 勇払

日時 1/19(月) 2/16(月) 3/16(月)

いずれも10:00～15:00

場所 勇払45-1 勇武津一會

内容 おしゃべりによる交流、  
セラピューティックケア

※「赤い羽根共同募金」助成事業

## ☆☆ おしゃべりカフェPeace ☆☆

一人一人が自由に過ごすことができ  
不安や悩みごとに寄り添い  
一緒に考えてくれる人がいる  
「居場所」を提供しています

日時 1/20(火) 2/17(火) 3/17(火)

14:00～18:00

場所 ココトマラウンジ 表町5-11-5

対象 小学生から18歳まで

お菓子を食べたり  
ゲームをしたり

不安なことや、  
恋愛相談なんかも  
OK

苫小牧市委託事業

## 不登校座談会 <sup>かざ</sup> 風まち

「不登校や学校に疲れちゃった…」  
ちょっとひといき…  
おしゃべりしませんか

日時 2/19(木)18:30～20:00

場所 市民活動センター

若草町3-3-8

対象 学校に行きづらいお子さんや

ご家族、不登校経験者等

※Zoom参加も可能

(お問合せください)

※「赤い羽根共同募金」助成事業

申込・問合せ

地域福祉課地域福祉第1係

TEL 84-6635

## 令和7年度 第3回 防災ボランティア 研修交流会

日時 2月7日(土)  
10:00～15:00

場所 市民活動センター 多目的ホール

詳細は、社協HP、ポスター等にてご確認ください。  
また、ご登録を検討中の方の参加も  
受付けておりますので、お問合せ下さい。



申込・問合せ

ボランティアセンター

TEL 84-6481

FAX 34-8141

## 令和7年度 家族でチャレンジ! 防災シミュレーション

日時 2月11日(水)  
10:30～13:00

場所 市民活動センター 多目的ホール  
対象 小学生とその保護者や祖父母を含み、  
家族で構成されるグループ  
(※1グループは、2名以上、6名以内)

募集人数 5グループ

参加費 無料



申込・問合せ

ボランティアセンター

TEL 84-6481

FAX 34-8141

## 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。いいことあるかも♪

### 問題

昭和47年3月に創刊した社協だよりが「〇〇〇号」を迎えることとなりました。今後も地域の皆さまに分かりやすく情報発信を行ってまいります。〇の中にはどんな文字が入りますか?

「〇〇〇号」

ヒントは表紙をよく見てね!

正解者の中から抽選で20名に

図書カード1,000円分をプレゼント!

【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8年1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199号(令和7年10月)の答え「ボラセン」  
合計89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
・市民相談所	Tel 0144-33-2345
・地域福祉第1係	Tel 0144-84-6635
・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





**ボランティアセンター**  
ボランティアとして協力していただける方と、支援を必要とする方をつなぎます。  
災害対応の準備や介護予防を目的とした介護支援いきいきポイント事業の実施、高齢や障がいのため自力で除雪できない世帯を対象とした雪かきボランティア事業などを行っています。  
また、福祉学習の出前講座、各種ボランティア講座、ボランティア保険の窓口など安心して支え合える地域を目指して事業に取り組んでいます。

**地域福祉課**  
年齢や不自由さに関わらず生活上の困りごとを抱える方が地域で安心して暮らしていくために、生活支援コーディネーターやコミュニティソーシャルワーカーが支援方法を一緒に考えます。また、地域の支え合いの仕組みづくりを地域住民や関係機関の協力をいただきながら取り組んでいます。



**男女平等参画推進センター**  
世代や性別を超えて人権を尊重する社会を目指し、人権講演会など各種講座を開催します。また、女性の生き方・働き方を応援する事業なども行います。



**くらし支援課**  
「市民相談」や「貸付相談」では、生活に関する困り事や経済的な自立に向けた貸付制度等、様々な相談に対応しています。また、「赤い羽根」がシンボルの「共同募金委員会」や高齢者のいきがいづくりを応援する「老人クラブ連合会」、戦没者遺族関係団体である「遺族会」の事務局を担っています。

**とまこまい成年後見支援センター**  
住み慣れた地域で安心して暮らせるように、成年後見制度についての相談支援、普及啓発や市民後見人の養成・フォローアップを行います。また、どのような人が本人の成年後見人として望ましいかを考え、家庭裁判所へ意見書の提出や法人で成年後見を受任し実際に成年後見業務なども行います。

**総務課**  
法人運営をはじめ、社協だよりの発行、市民活動センター指定管理業務、福祉人材バンク、給食サービスなどの事業を通じて地域活動の促進に取り組んでいます。

# ともに支え合い みんなの笑顔が見えるまちづくり

## 地域のつながり・支え合い

### 苦社協ハートマSTS事業(移送サービス)

自動車販売店と運転ボランティアの協力により、勇払・樽前にお住いの高齢者の通院送迎を行います。



### だけボラ

地域にある「ちょっとした困りごと」をボランティアにお手伝いいただきながら、地域での支え合い活動を行います。



## 子どもや若者の居場所

### ピース おしゃべりカフェ Peace

小学生から18歳までがおしゃべりや交流、ゲームなど好きなことをして過ごせる居場所づくりを行います。



### こども・わかものそうたん所 kamakura

大人(家族)のかわりに、ケアや家事を頑張っている子どもたちが安心して過ごせる居場所づくりを行います。



### コミュニティカフェ igocoti

ひとりひとりが自由に過ごせるおうち以外の居場所づくりを行います。



### 犬猫一時預かり事業

飼い主(高齢者)が安心して入院するために、一時的に犬・猫をボランティア宅でお預かりします。



### ふれあいサロン

身近な場所で気軽に集まり、おしゃべりなどで仲間と楽しく過ごせる地域の「憩い」の場づくりを行います。



## その他

### 車いす、福祉車両貸出

通院、介護などで一時的に車いすや福祉車両が必要な方に無料で貸出を行います。

### 福祉レク物品貸出

地域活動で住民同士の交流に活用いただけるレクリエーション物品の貸出を行います。

## 高齢になっても安心して暮らす

### 給食サービス

おおむね65歳以上の一人暮らし又は夫婦世帯で心身及び生活環境上などの理由で調理が困難な方を対象に安否確認と配食を行います。



### 愛の一声運動

乳酸菌飲料をお届けしながら独居高齢者の健康確認を行います。



## 相談をしたい

### 【成年後見制度】

高齢や障がいなどで判断力に不安がある方の、後見制度利用に向けた相談・支援を行います。

### 【日常生活自立支援事業】

高齢や障がいにより、日常生活に不安のある在宅で生活している方を対象に、利用者との契約に基づいて、日常生活の手伝いを行います。

※その他「無料法律相談」をはじめ、解決に向け、提案できる仕組みもあります。「ひきこもり、不登校、ヤングケアラー」に関する悩みについてもお気軽にご相談ください。

### 【市民相談】

相談者に寄り添い、生活の困り事や悩み事の整理、解決に向けた助言を行います。

### 【貸付相談】

経済的な自立や生活の安定を目的とした各種貸付制度の相談・支援を行います。

## 会員のご案内

社協会費には以下の種類があります。お預かりした会費は地域福祉推進事業に活用させていただきます。

**普通会員**  
各町内会の方が対象  
町内会加入世帯に応じて、  
1世帯当たり500円/年を  
乗じた額

**1号会員**  
個人の方が対象  
1口500円/年  
以上

**2号会員**  
特別会員  
法人・団体・事業者の方が対象  
1口1,000円/年  
以上

## 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
- 市民相談所 Tel 0144-33-2345
- 地域福祉第1係 Tel 0144-84-6635
- 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 苫小牧市連誼会 苫小牧市ボランティア連絡協議会