

さらべつ社協だより

No.111

ふれあい



～R8.8.9(日)福祉のお祭り「ふれあい広場」～

福祉団体等による販売や体験ブースが老人保健福祉センターの内外に並び、子どもから高齢者まで多くの方が楽しいひとときを過ごしました。

- 夏休み・食の応援事業報告・・・・・・・・・・・・・・・・・・P 2
- 赤い羽根共同募金運動のお知らせとお願い・・・・・・・・・・P 3
- おしえて！更杜協子さん「防災について」、レコードを探しています・P 4
- ボランティアセンターだより、老人保健福祉センターについて・・・・P 5－7
- 高齢者勤労事業からご案内・・・・・・・・・・・・・・・・・・P 8
- 更別社協の社窓から・・・・・・・・・・・・・・・・・・P 9
- 寄付者のご紹介、教えてケアマネNo.6・・・・・・・・・・P 10
- リサイクル協力者、高齢者等生活支援事業・・・・・・・・・・P 11
- シルバーハウジングの真鍋です！、編集後記・・・・・・・・・・P 12

「ふれあい」は、赤い羽根共同募金助成金を受けて発行しています。

夏休み・食の応援事業 配布報告

更別村の児童・生徒の長期休暇中の食をささやかながらサポートし、その成長を応援することを目的に「夏休み・食の応援事業」を実施しました。

終業式に各校に伺い、地域ゆかりの食品を子ども達に配布しました。

みんなの
笑顔と成長を
応援します！

配布したのは…

さらべつ
コーンスープ

更別村産のとうもろこしを使った、やさしい味わいのコーンスープです。



子どもたちの
健やかな成長を
地域みんなで応援しています！

この事業には、皆様からの
**赤い羽根共同募金と
社会福祉協議会会費**が
使われています。



地域をつなぐ、やさしさの輪

赤い羽根共同募金運動の お知らせとお願い



村民の皆様へ～赤い羽根共同募金運動のご協力のお願い～

日頃より、地域の福祉活動にあたたかいご理解を賜り、感謝申し上げます。
この度、北海道共同募金会において発生しました使途不明金問題につきましては、これまで赤い羽根共同募金にご協力をいただきました皆様の信頼を大きく損なうものであり、深くお詫び申し上げます。

今年7月には北海道共同募金会に対し、十勝管内の共同募金委員会と社会福祉協議会の連名で道民への謝罪・原因究明・説明・再発防止等を求めた要望書を提出いたしました。

本委員会としましては、更別村の福祉団体の来年度の活動につながる共同募金運動に、引き続き取り組んでいく考えでございます。

皆様には、10月から始まりました共同募金へのご理解を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

更別村共同募金委員会 役職員一同

【10月1日～】

赤い羽根共同募金



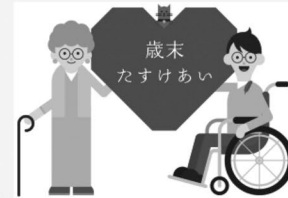
■ 主な使い道 (QR 助成団体一覧)

- ・地域ボランティアや福祉団体の支援
- ・高齢者の移動・お出かけ見守り活動
- ・子ども食堂や居場所づくりへの助成
- ・障がいのある方の社会参加活動支援

■ 令和7年度実績額・・・2,762,584 円
(管内 18 町村のうち総額 3 位、
人口 1 人当たりで 1 位)

【12月1日～】

歳末たすけあい募金



■ 主な使い道

- ・一人親世帯への支援
- ・重度心身障害者への支援
- ・高齢者世帯への支援
- ・生活に困窮される方々への支援

■ 令和7年度実績額・・・972,394 円
(同じく管内総額 3 位、1 人当たりで 1 位)

【募金の管理と使い道の公表について】

皆様からお寄せいただいた善意の募金は、規定に基づく管理のもと、今後開かれる更別村共同募金委員会理事会・評議員会・審査委員会の決定を踏まえ、ホームページ等にて逐次報告させていただきます。

お問合せ先：更別村共同募金委員会（野々村・庄司）

TEL: 0155-53-3500 / FAX: 0155-52-2161 (受付時間：平日 8:30～17:15)

あんなこと、こんなこと、**おしえて！**

さらもりきょうこ 更杜協子さん！



9月1日は「防災の日」と聞いただけ、大きな地震や台風、大雨が降った時、僕たちの地域は大丈夫なのかな？

それぞれ災害に備えることも大事だけど、実は「まち全体で助け合う仕組み」も重要なんだよ！



万が一に備えて社協でも食料や毛布などの防災資材を保管しています！



更別社協では、長期保存可能な食料品や、災害時に使用する軍手、安全ぐつ、発電機などの防災資材を備蓄しています。また、ポータブルストーブや簡易ランタンなどの貸し出しも行えます。そのほか災害時には「災害ボランティアセンター」を開設し、被災された方とボランティアをつなぐ役割も担います。



いろいろな物が用意されてるんだね！でも、社協だけで配ったり運んだりできるの？

だからこそ！

地域のみなさんの力が必要なんだ！



社協では、防災に関する研修のほか、更別村赤十字奉仕団と連携し、小中学校での防災学校のサポートを行っています。また、普段から近所・地域とつながることは大きな防災となります。

もしもの時に「大丈夫？」と声を掛け合えるよう、地域活動を支援する取り組みも社協の役割です。



**たすけ愛、ささえ愛、つながり愛で
災害に強いまちづくり！**

「地域のために何かしたい」「出来る範囲で協力したい」気持ちがあれば大歓迎！活動時の怪我や物損を保障するボランティア活動保険の保険料は社協で負担しています！

**くわしくは、
社協まで！**



**不要なレコード、
無償でお譲り
いただけませんか？**

あなたの想いのレコード、
次の世代へ繋がります。



聴かなくなった古いレコード盤(アナログレコード)を探しています。ご不要になったレコードがありましたら、ぜひお譲りください！
対象ジャンル：邦楽・洋楽・ジャズ・クラシック・アニメソングなど何でも歓迎です

お問合せ先：
更別村社会福祉協議会
0155-53-3500



ボランティアセンター だより

～ふれあい版～

ボランティアセンターは、ボランティア活動の啓発・推進等を目的に社会福祉協議会内に設置されており、ボランティア活動のコーディネート、助成、講座の開催、情報提供などを行っています。

【ボランティアセンター主催・関連事業の報告】 ～皆様からの寄付金を活用しています～

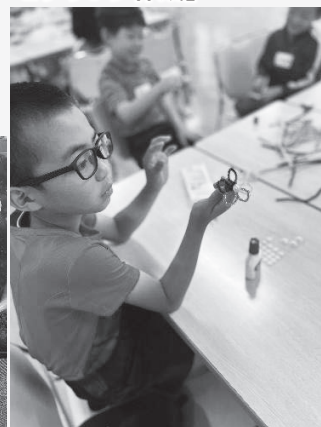
○ 夏休み・こども福祉のお仕事体験「古切手の仕分け体験&カフェゆーゆ用メモクリップ作成」



令和8年7月29日



小学生9名
参加



○ 更別小学校4年生の福祉学習 ～ 車いす体験 ～



令和8年9月15日



乗る人、押す人どちらも体験

○ 更別中央中学校総合文化部 ～ふれあい広場2026さらべつの横幕作成～



様々なことに挑戦中！



シルバーハウジングの
皆さんと一緒に作りました。

令和8年7月23日

○ ふまねっとかしわの会「ふまねっと健康教室」の日程

令和8年 10月26日(月)

11月16日(月)

12月21日(月)

9年 1月25日(月)

2月15日(月)

3月29日(月)

* 時間は10時00分～11時30分です。

* 会場は10・12・2月はma・na・ca(マナカ)、

11・1・3月は老人保健福祉センターになります。

* ふまねっとサポーターを募集中です。一緒にかしわの会で頭と身体を動かしましょう！



○ おはなしを楽しむ会おひさま「お話し会」の日程

「お話し会」は、更別・上更別小学校で開かれる、絵本の読み聞かせ活動です。



【更別小学校】 令和8年 10月20日(火)

11月18日(水)

12月16日(水)

令和9年 2月10日(水)

3月 3日(水)

【上更別小学校】 令和8年 12月21日(月)

令和9年 2月 8日(月)

* 時間はいずれも10時00分～10時25分です。

○ 更別村社会福祉協議会「さらべつ介護カフェ」「かみさらべつ介護カフェ」の日程

【さらべつ介護カフェ】

令和8年 10月19日(月)

11月 9日(月)

12月14日(月)

9年 1月18日(月)

※1月は老人保健福祉センター

2月 8日(月)

3月15日(月)

【かみさらべつ介護カフェ】

令和8年 12月16日(水)

9年 3月24日(水)



さらべつ介護カフェ



かみさらべつ介護カフェ

* 時間はいずれも10時00分～12時00分です(出入り自由)

* さらべつ介護カフェはma・na・ca(マナカ)、かみさらべつ介護カフェは、地域コミュニティホールオアシスで開いています。

○ 「ふれあいサロン」「サロンポピー」「サロンほっと」「わんぱくキッズ」

そのほか、ボランティアすずらん会の「ふれあいサロン(不定期)」、
上更別「サロンポピー(月一回)」、上更別長寿会の「サロンほっと(月一回)」、
子どもサロンの「わんぱくキッズ(月一回)」が定期開催されています。



【村内ボランティアグループの活動・今後のボランティアセンター関連事業など】

○ ボランティアすずらん会「高齢者ふれあい昼食会」のご案内



昨年度の様子

【日 時】 令和 8年 11月10日(火)

10時30分～ 受付

11時10分 開会・ゲーム、昼食会

13時30分 閉会

【場 所】 老人保健福祉センター（福祉の里温泉）

【対 象】 村内の75歳以上の方

＊ ボランティアすずらん会の活動にご興味のある方は、会長 剣持 えり子

【電話 52-2137】までご連絡ください。



○ 災害時の備蓄品紹介



＊ 更別村社会福祉協議会では、皆さんからの寄付金を一部活用し、防災用品や保存食を常時備蓄・更新しています。

災害時の支援活動に活用するほか、村外の被災地の応援にも使うことができるよう取り組んでいます。

老人保健福祉センターのお仕事をご紹介します！

※更別社協は更別村からの委託により、老人保健福祉センターを管理しています

1. 温泉施設の管理・運営



皆さまに気持ちよくお湯を楽しんでいただけるよう、日々の温度管理や衛生チェックを行い、他の清掃業者と連携し浴室・更衣室などの管理に努めています。

安心・安全なひとときをお届けしていきます。

2. 敷地内の清掃・環境整備



館内の廊下やフロアはもちろん、建物周りを含めた施設全体の清掃を行っています。

季節ごとの手入れにより、いつでも気持ちよく来館していただける環境を整えていきます。

3. 設備の点検・ちょっとした修繕



手すりのぐらつき、扉の不具合、照明の交換など、設備の劣化や破損に対応します。

気になる箇所がありましたら、お知らせください。

4. 受付・利用者様との交流



笑顔で皆さまをお出迎えし、利用案内や各種手続きのお手伝いをします。温かいコミュニケーションを大切にしながら、地域の集いの場を支えています。



5月より嘱託職員として勤務しています。わからないことも多いですが皆さんに教えていただきながら覚えていきたいと思います。

更別村社会福祉協議会 施設管理員 窪田

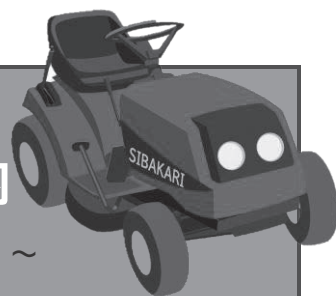




社会福祉法人 更別村社会福祉協議会

高齢者勤労事業 作業請負のご案内

地域で培った経験と技能で、皆さまのお困りごとを解決します～



元気な会員が知識や豊かな経験を活かし、丁寧・親身に作業を行います。
お庭の手入れやお掃除など、「困った」「手が足りない」時はお気軽にご相談ください！

<p>親切・丁寧な対応</p> <p>地域密着だからこそ安心・誠実・安全第一で作業に取り組みます。</p>	<p>🕒 1回・短時間 OK</p> <p>定期の依頼はもちろん、1回のみ作業も大歓迎です。</p>	<p>明朗なお見積り</p> <p>事前にお気軽にご相談可能。わかりやすく費用をご提示します。</p>
---	--	---

■ 主な請負作業内容

<p>草刈り・芝刈り</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 個人宅のお庭・敷地の草刈り・草むしり ✓ 空き地・農地周辺の刈払い作業 ✓ 芝生のお手入れ・綺麗なお庭づくり 	<p>樹木の剪定・整枝</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 庭木の剪定・整枝作業 ✓ 伸びすぎた枝落とし・お手入れ ✓ 生垣の刈り込み・景観維持 	<p>屋外清掃・各種委託</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 敷地内の枝拾い・後片付け ✓ 公共施設・村有地の景観保全 ✓ 村リサイクルセンターの資源物受け入れ作業
---	--	--



■ ご利用の流れ

<p>STEP 1</p> <p>ご相談・受付</p> <p>お電話か受付窓口でお気軽にご相談</p>	<p>STEP 2</p> <p>現地確認・見積</p> <p>作業場所を確認し費用をご提示</p>	<p>STEP 3</p> <p>ご契約</p> <p>規約確認のうえご契約手続き※</p>	<p>STEP 4</p> <p>作業実施</p> <p>登録会員が安全第一で作業</p>	<p>STEP 5</p> <p>完了・お支払</p> <p>作業完了後にお支払い</p>
---	--	--	---	---

※フリーランス新法に対応した適正な手続きを行います。

【会員(作業員)も随時募集しています！】

仲間と一緒にあなたの経験や能力を活かしてみませんか？
働くことで健康維持や生きがいづくりにも。お気軽にお問い合わせください。



会福祉法人

更別村社会福祉協議会(担当:山内)

※作業単価や利用規約、依頼書のダウンロード等は公式ホームページをご確認ください。

【お仕事のご依頼・お問い合わせ】

電話:0155-53-3500

老人保健福祉センター 現場便り／生活支援コーディネーター コラム

心配ごと相談デスクの社窓から



～やわらかなロビーの風景～

老人保健福祉センターのロビーの一角、いつもの「心配ごと相談所」に座っていると、訪れる皆さんのさまざまな表情が目に入ってきます。

特別な相談ごとがある日も、そうでない日も——相談デスクで見聞きするロビーの風景に、人生の先輩たちの温かい姿と、ふと見せる表情があふれています。

昼過ぎから聞こえる賑わいの風景

温泉が始まる13時ごろ、ロビーは活気にあふれ出します。「こんにちは、今日も元気そうだね」「昨日は来なかったから心配したよ」といった声と笑顔が広がり、ここが集いの場であり、お互いを確認し合う大切な機会であることが伝わってきます。

特に「困りごとがあるわけじゃないけれど」と、通りすがりに声をかけてくださる方の存在は、週2日ロビーに座る私達社協職員にとって大きな楽しみです。

なにげない一言や、やり取りの中に、ここで重ねられてきた時間の重みを感じます。

相談デスクで見えるもの・聞こえる音・話す声

立ち寄ってくれる方の表情は様々です。何気ない会話を楽しまれる方。少し困った様子で来られる方。それぞれのお話を、時には冗談を交えながら、またじっくりと聞いていくうちに、色々な話題へ広がっていきます。

◆ 寄せられる声と、伝わってくる日常

- ・ 健康や生活について：暮らしの中の小さな不安や先々のこと
- ・ ご家族や人間関係：身近な人との関りや揺れ動く心
- ・ 一人暮らしであることと将来：誰かに聞いてほしい話や思い
- ・ 何気ない日々の言葉：「相談はないけど顔を見にきたよ」と立ち寄ってくれる温かな交流

心配ごと相談について
(社協 HP)



ロビーにあふれる活動の輪とカフェのひととき

自由に過ごせるロビーでは、サロン活動で弾むにぎやかな声や、新聞を読みながら談笑する姿が広がっています。また「ちょっと小腹がすいたよ」と笑顔でカフェに寄られる方の姿も印象的です。コーヒーの香りと楽しそうな会話が漂うロビー全体が、お互いを気に掛け、思いを分かち合う地域コミュニティの支え合いそのものとなっています。

安心の港であり続けるために

相談デスクから皆さんの日常を眺め、耳を傾けていると、人は誰しも抱えきれない思いを持つと同時に、つながることで元気を分かち合っているのだと実感します。

だからこそ、この場所がいつでも安心して立ち寄り、心を軽やかにして帰っていただける「安心の港」であり続けられますように。今日もロビーでお待ちしています！

ご寄付ありがとうございます

(R8.6.3～R8.9.6)

金 銭 預 託



行政区	お名前・団体名	金 額	内 容
本 町	村 瀬 泰 伸 様	100,000円	災害ボランティアセンター 運営積立金として
平 和 区	赤 澤 玲 子 様	100,000円	法人のために
北更別区	高 久 保 男 様	100,000円	法人のために

- これら預託金のうち、使途の指定のないものは、「子どもボランティア体験」「行政区のたすけあい除雪への助成」「サロン活動へ助成」「貸出用福祉車両の燃料費」「歳末義援金」などのために使われます

教えて! ケアマネ NO.6

「これからの暮らし方」

家族構成や生活スタイルの変化、住宅の老朽化や維持管理（雪かき・庭の手入れ等）の負担に伴い、元気なうちから「これからの暮らし方」を考えておくことが大切です。

住まいを検討する際には、以下の視点がポイントとなります。

- ・生活環境：必要な部屋の広さ、買い物や通院の便（公共交通など移動手段の確保）
- ・安心や楽しみ：経済的負担、食事や介護等の必要な支援、温泉や地域の集まりなど

更別村においても、市街・農村地域を問わず、運転ができなくなった際の移動や冬期の除雪等を想定しておくことが欠かせません。

暮らし方の転換として、以下の「小さなシフト」が提案されています。

1. 住まい： 広い家の維持 → 必要な広さの住まいへ
2. 手 間： 全て自分で行う → 必要なサービスを利用
3. 交通手段： 車移動 → 徒歩・公共交通の利用

NEXT



住み替えは、今の生活が困難になってから行うものではなく、安心して暮らしを続けるための事前準備です。「どこで暮らすか」だけでなく「どんな暮らしを続けたい」から考えることが、安心な生活やこれからの介護に向けての第一歩となります。





リサイクル

にご協力いただいた皆様 (R8.7.16～R8.9.4)



～ アルミのリングプル ～

江別市の非営利団体「リングプル再生ネットワーク」へ送ります。規定量に達すると車いすや歩行器などの福祉用具に交換できます。

行政区	お名前
勢雄区	島田 富士子 様
勢雄区	穴戸 功治 様

ご協力いただき
いつもありがとうございます



～ 使用済み切手 ～

「(公社) キリスト教海外医療協力会」へ送っています。団体の活動資金になります。

※ 切手の消印は切らずに残してください。

行政区	お名前
柏 町	清和 武夫 様
北更別区	九々 多美子 様
香川 区	北央道路工業株式会社 様
—	更別村教育委員会 様
—	更別村役場建設水道課 様
—	更別村国保診療所 様
—	更別村役場保健福祉課 様

皆さんからいただいたリングプルは、村内の必要としている方へ貸し出すための車いすなどの福祉用具と交換します。車いすと交換するためにはリングプル 750 キロが必要となります。ぜひご協力をお願いいたします。

～ 高齢者等生活支援事業のお知らせ～

対象者：①支援が必要な65歳以上の世帯の方
②障害者手帳の所持者のみの世帯の方 など

『配食サービス』…月～金曜の昼・夕方に、見守りを兼ねお弁当を配達します。
週1回からご利用いただけます。(年末年始・祝日除く)
ごはん付きで300円、おかずのみの場合は260円です。



『軽度生活援助』…自立生活のための必要な生活援助(家屋内外の整理など)
を行います。利用料は1時間あたり150円です。



『寝具乾燥サービス』…年2回、使用している寝具をクリーニングします。
無料のため、住民税非課税世帯が対象です。



『除雪サービス』…20cm以上の積雪時に、住宅周囲の除雪を無料で行います。
住民税非課税世帯が対象です。(実施期間:12月～3月)



お問い合わせ・お申し込みは…更別村社会福祉協議会 小丹枝(こにし)まで

Vol.6 皆さんこんにちは！ まなべ シルバーハウジングの真鍋です！



今回は…シルバーハウジングの皆さんとチームオレンジ（※）による RUN 伴(ランとも)参加についてご紹介します！

令和8年9月13日(日)、更別村で「RUN 伴(ランとも)」が開催されました。RUN 伴は、認知症を患う本人やご家族、医療・福祉職などがオレンジ色のタスキをつなぐ、全国的な啓発活動です。

コムの里さらべつをスタートし、ゴールの更別運動広場まで。認知症の理解を象徴するオレンジカラーに身を包んだ認知症サポーターや関係者の行進を応援するため、シルバーハウジングの入居者がチームオレンジと協力し応援グッズを手作りしました。

当日シルバーハウジング前では、多くの入居者が声を掛け合いオレンジの旗を振り、RUN 伴関係者との再会を楽しみ、見送った後には団らん室で交流を深めました。

そしてこのイベントに向けて、団らん室の周りにマリーゴールドなどの花を植えています。まだまだ彩りを楽しめますので、ぜひシルバーハウジングにお寄りください。

※チームオレンジ：地域の認知症サポーターや理解者が集まり、認知症を患う方や家族への支援を行う取り組み。当事者もチームの一員として参加されます。認知症サポーターが新たに活躍する場として期待されています。

RUN 伴の様子



*** 編集後記 ***

さわやかな秋風が心地よい季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。さて先日開催いたしました「ふれあい広場 2026」は、多くの皆様のご理解とご協力で無事に終えることができました。心より感謝申し上げます。当日は様々なブースが開かれ、幅広い世代の方々が気軽に楽しめる姿に地域交流の素晴らしさを実感いたしました。

早いもので今年も残り少なくなってまいりました。日没が早くなる時期ですので、早めのライトの点灯等交通安全に留意し気を付けてお過ごしください。

今後とも更別村社会福祉協議会へのご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

更別社協だよりふれあい編集委員 (N)

【さらべつ社協だよりふれあい No. 111 / 令和8年10月13日】社会福祉法人更別村社会福祉協議会

〒089-1531 河西郡更別村字更別 190 番地 1 更別村老人保健福祉センター内

TEL (0155) 53-3500 FAX (0155) 52-2161

法人代表メール：sara-shakyo227@abelia.ocn.ne.jp

