



北斗市

社協だより

第48号

平成30年9月号
秋号

発行：北斗市社会福祉協議会

Hokuto City Social Welfare Information

赤い羽根共同募金運動 全国一斉に始まります



赤い羽根共同募金運動に ご協力お願い致します。

平成30年10月1日より赤い羽根共同募金運動が始まります。共同募金は自分の町をよくする仕組みとして、みなさんにご協力をいただいております。今年度も昨年度同様に募金運動を実施していきますので、ご理解とご協力をお願い致します。
(詳しくは2Pをご覧ください)



身体障害者福祉協会 視察研修旅行



平成30年6月12日から13日にかけて、江差方面へ視察研修に行ってきました。当日は、追分会館や山車会館、開陽丸を見学し、貴重な時間を過ごすことができました。



ボランティア体験研修

8月16日、特別養護老人ホーム清華園において、上磯中学校の茶道部によるボランティア体験研修を行い、生徒さんがたてたお茶を利用者の皆さんは美味しく飲んでいました。

北斗市身体障害者福祉協会では、会員を募集しております。北斗市にお住まいで、身体障害者手帳をお持ちの方であれば誰でも入会できます。興味のある方や入会を希望される方は、社会福祉協議会までご連絡ください。

じぶんの町を良くするしくみ。 赤い羽根共同募金



【赤い羽根共同募金運動】（強化期間：10月1日～10月31日）

赤い羽根共同募金運動が全国一斉に始まります。赤い羽根共同募金は住民相互の助け合いによる住民参加型の地域福祉活動です。毎年、市民の皆様の温かいご協力をいただき、北斗市の地域福祉の推進に大きな役割を果たしてきました。本年も共同募金にご理解とご協力をよろしくお願いいたします。平成29年度の赤い羽根共同募金は、目標額6,810,000円に対して6,579,108円となりました。今年度も同様に取り組みます。

【歳末たすけあい募金運動】（強化期間：11月15日～12月15日）

「歳末たすけあい運動」は共同募金の一環として、地域の住民の協力をいただきながら、誰もが安心して温かいお正月を迎えることができるように支援するものです。昨年、みなさまからお寄せいただいた募金額は4,153,083円で、市内の遺児世帯や低所得世帯などに歳末見舞金を支給し、ひとり暮らし高齢者の見守り活動にも活用しました。一人ひとりのやさしい気持ちがまちの福祉を支えています。



募金活動



高齢者見守り活動



今年もみなさまの温かいご協力をよろしくお願いいたします

2018 北斗市公式キャラクター ずーしーほっきー×共同募金

☆☆寄附金付きピンバッチ☆☆

社協だより7月号でも紹介しましたが、「ずーしーほっきー」と「桜」、「赤い羽根」がコラボしたピンバッチ募金をおこなっております。ピンバッチは500円の募金で1つプレゼントいたします。ピンバッチ募金は、北斗市社会福祉協議会、せせらぎ保健センター内支所、七重浜支所で行っておりますので、ご協力をお願いいたします。



【問い合わせ先】

北斗市社会福祉協議会
74-2500

※材料費、製作費以外が全て赤い羽根共同募金となります。

～北斗市共同募金委員会 新役員紹介～

任期満了に伴い、7月26日開催の北斗市共同募金委員会理事会で役員を選任がおこなわれました。

役職	選出母体	氏名	備考
会長	学識経験者	田島 義勝	再任
副会長	町会連合会	田畑 定男	再任
〃	民生委員児童委員連合会	田原 勝昭	再任
理事	町会連合会	山内 登喜男	再任
〃	民生委員児童委員連合会	熊本 淑子	再任
〃	女性団体連絡協議会	澤田 ミツエ	再任
〃	〃	小泉 志津子	再任
〃	社会福祉協議会	三上 裕子	新任
〃	〃	敦澤 武文	前監事
〃	学識経験者	柳谷 友明	再任
〃	〃	滝口 直人	再任
〃	〃	田村 宏美	再任
監事	町会連合会	小濱 眞太郎	新任
〃	福祉団体	川村 絹枝	再任

任期：平成30年7月26日～平成32年7月25日まで

～つなげよう！支え愛の輪！！～

ふれあい福祉まつり in 北斗

平成30年 9月22日(土)

会場：北斗市総合文化センターかなで～る

時間：午前10時～午後2時

楽しいイベント盛りだくさん！！

スタンプラリーも実施！！お祭りの最後にはお楽しみ抽選会もあります！！

お友達、家族で楽しく参加して景品GET!!

最後まで遊んで・食べて・参加して、たっぷり楽しんでくださ～い！！



赤い羽根チャリティーカラオケ大会参加者を募集しています！ぜひ、皆さまの歌声を披露してみませんか？
お申込みは北斗市社協（74-2500）まで！

催し

- 縁日
- スタンプラリー&お楽しみ抽選会
- おもちゃ作り
- 薬剤師等相談
- 授産施設販売
- 赤い羽根チャリティーカラオケ大会
- しいたけ販売
- ずーしーなまものどおーむ
- 車いす展示・体験
- 食堂
- 遊び場（ストラックアウト、カローリング、ラダーゲッター）
- レクリエーションポッチャ体験
- 福祉車両展示
- 日赤救急法・炊き出し
- 健康チェック
- 臨床美術
- パネル展示
- 犬・猫譲渡会
- 手品
- 防災マスター
- ふまねっと活動 PR 上映会・体験会
- 盲導犬体験



同時開催

ユニバーサル上映映画祭【上映作品】人生のフルーツ～Life is Fruity～
(上映開始時間) 午前10時、午後12時30分、午後2時30分

主催：北斗市社会福祉協議会 北斗市福祉まつり実行委員会

第13回 北斗市社会福祉大会

日時 平成30年10月6日(土) 13:30~15:30

会場 北斗市総合文化センター かなで〜る

【式典】表彰及び感謝状贈呈

【講演】『たくさん笑って介護予防』

～介護エンターテイナーが笑顔で元気になる方法をお伝えします～

《講師》石田 竜生 (いしだ たつき)

介護エンターテイナー 作業療法士 ケアマネジャー 芸人

介護エンターテイナーが、「笑顔」を生み出す方法を伝授します。



プロフィール

リハビリの国家資格である作業療法士として働きながら、大阪よしもとの養成所に通い、フリーのお笑い芸人・舞台俳優の活動を続けている。芸人・舞台俳優活動で培った技術を生かして、日本介護エンターテイメント協会を設立。

『人生のラストに「笑い」と「生きがい」を』をモットーに、『介護エンターテイナー』と名乗り活動している。リハビリ体操に笑いの体操、エンタメ性いっぱいのアクティビティなどを取り入れ、介護現場を『笑い』でいっぱいにするために、日本全国でボランティアやセミナーを開催中。開催したボランティアは、のべ150ヶ所を超える。

『介護×笑い』に関する取り組みへの注目度は高く、日本経済新聞に特集記事掲載。NHKでは密着取材の様子が『おはよう関西』で放送される。セミナー研修講師・イベントゲストとして日本全国を飛び回る。

北斗市社会福祉大会は、永年にわたり社会福祉に功績のあった方々を顕彰し、敬意と感謝の意を表すことを目的として開催します。また、式典終了後には「石田竜生氏」を講師に迎え、笑いのある講演会を予定しておりますので、たくさんのご来場をお待ちしております。

主催：北斗市社会福祉協議会

問い合わせ：TEL 74-2500

ご存知ですか？社協のしごと

このコーナーは、**北斗市社協とは、どのような団体なのか**を知っていただくためのものです。
社協のしごとについては、4回に分けてお伝えしています。

第2回は、「**総務課のしごと**」を紹介します！

～社協総務課は法人運営担当と地域福祉担当で構成しています～

社協総務課では法人運営担当、地域福祉担当でさまざまな仕事をしております。まず、法人運営担当では、法人運営全般、経理業務、生活応急資金貸付事業、社会福祉大会・福祉まつり、福祉講座の開催など多くのしごとを行っております。また、北斗市から北斗市生活相談支援センター、南渡島ファミリー・サポート・センターを受託し、生活の困りごと相談や子育て関係について幅広く業務をおこなっております。

地域福祉担当では、市民活動サポートセンターを設置し、ふまねっと運動普及事業、サロン活動支援事業、ボランティア団体活動支援などをおこなっております。また、老人クラブ連合会、身体障害者福祉協会などの各福祉団体の事務局業務や小地域ネットワーク活動事業、高齢者見守り活動など様々な活動に取り組んでおります。

総務課内は2つの担当で構成されていますが、各担当間で連携を取りながら「福祉のまちづくり」を目指し、日々、様々な事業・活動支援に取り組んでおります。

(※上述した以外にもいろいろな業務があります)

【**北斗市生活相談支援センター**】

生活における様々な悩み、不安のご相談を聞き、あなたの不安や心配ごとを一緒に考えます。一人ひとりの状況に合わせた支援を行い、解決に向けサポートいたします。
(北斗市在住の方、生活に不安・悩みがある方等)



【**南渡島ファミリー・サポート・センター**】

北斗市・七飯町にお住まいの方、お勤めの方を対象に、子育てを支援しています。育児の手助けをしてほしい方(依頼会員)と育児のお手伝いをしたい方(提供会員)に子どもの一時預かりや送迎などサポートしております。
(ご依頼いただく場合は、どちらの会員も登録が必要です)



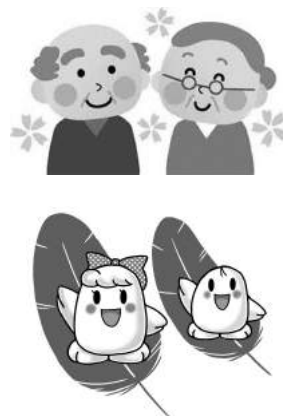
【**市民活動サポートセンター**】

平成29年4月より市民活動サポートセンターを開設し、市民活動に係る情報の収集・発信、相談、市民活動を目的とする団体支援、連絡調整などを行っております。市民活動を行なうボランティアや福祉団体とともに、「住民同士が互いに助け合い、支え合うことができる地域づくり」を目指し、ふまねっと運動普及活動事業などに取り組んでいます。



【**各福祉団体活動支援**】

北斗市老人クラブ連合会、母子寡婦会、ボランティア連絡協議会、共同募金委員会、身体障害者福祉協会、遺族会、戦没者慰霊会など、各福祉団体の事務局業務を担っています。各団体で実施している研修会や各活動、情報交換会、交流会などの活動支援をおこなっております。



◇次回の社協のしごと第3弾は「介護保険事業関係」についてお伝えします。

市民活動サポートセンター



市民活動サポートセンターでは、ボランティア活動や地域支援活動を行う個人や団体等をサポートし、地域づくりとその担い手の育成に取り組み、「住民同士が互いに助け合い・支え合うことができる地域づくり」を目指し、ふまねっと運動普及事業やサロン活動支援事業等に取り組んでいます。

皆さんの豊富な経験や知識、趣味や特技などを生かしボランティア活動をしてみませんか。

ボランティア募集情報

「ふれあい福祉まつりin北斗」でお手伝いをしてくれるボランティア大募集！！

「ふれあい福祉まつりin北斗」で、お手伝いをしてくれる方を募集しています。さまざまな福祉や活動にふれ、楽しみながらボランティア活動をしてみませんか？



募金活動のお手伝い



縁日コーナーのお手伝い



遊び場のお手伝い



販売のお手伝い

【日 時】9月22日（土）10:00～14:00 【場 所】北斗市総合文化センターかなで～る

【申込方法】ご協力していただける方は、9月14日（金）までに市民活動サポートセンターまでご連絡ください。

誰でも一緒に楽しめる
レクリエーション

ポッチャ



をご存知ですか！？

● ポッチャとは？

ポッチャは、障がい者のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目となっており、2016年リオ・パラリンピックでは日本代表が銀メダルを獲得しています。



最近では、誰でも楽しむことができるスポーツとして注目を集め、子どもから高齢者、健常者、障がいをもった方も一緒に楽しめるよう、ポッチャ競技のルールを少しアレンジした「レクリエーションルール」を採用し、地域の行事やサロン活動等で「レクリエーションポッチャ」として取り入れられています。

ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競います。カーリングのように相手のボールを弾いたりして、自分が優位に立てるよう位置取りをしていきますが、的も弾いて移動させることができるため、カーリングとは一味違う戦略、魅力があります。

● ポッチャ体験会を開催しました！！

函館ポッチャ協会事務局長の下重建治氏をお招きし、サロン活動の実践者が多い、ふまねっとボランティア団体ほくねっとの会員を対象にポッチャ体験会を開催しました。



● 町内会や老人クラブ、サロン活動等で体験してみませんか？

町内会や老人クラブの行事、サロン活動等で「レクリエーションポッチャ」を体験してみませんか？依頼のあった場合、ポッチャの貸出しと職員が会場へ訪問し、進め方についてご説明します。

詳しくは、市民活動サポートセンターまでご相談ください。

ご相談・お問い合わせ先

市民活動サポートセンター（北斗市社協内）

電話74-2500

ふまねっと運動で 転倒予防 認知症予防

ふまねっと運動で認知症予防？！

みなさんは「ふまねっと運動」を体験されたことがありますか？

ふまねっと運動は、大きなマス目でできた“あみ”を踏まないように注意しながらまたぎこす運動です。歩行機能だけでなく、認知機能の改善にも効果があるといわれています。

継続的にふまねっと運動に取り組むことにより、タッチエムという認知機能測定の合計得点が向上したとの報告が学会で発表されています。

みなさんも「ふまねっと運動」で認知症予防始めませんか。

デイサービスセンターあんじゅう七重浜でふまねっと運動を導入！！

デイサービスセンターあんじゅう七重浜では、7月から月～金曜日にかけて毎日30分程度ふまねっと運動を実施し、楽しみながら歩行機能・認知機能の改善に取り組んでいます。



賛助会員になりませんか？

北斗市社会福祉協議会は、各企業・事業所等が賛助会員となり、当協議会の運営に大きな支援をいただいております。賛助会員の会費は1口2,000円からとなっております。随時募集しておりますのでご加入お願い致します。

8月20日現在、次の137社が賛助会員にご加入をいただき、1,143,000円の会費をいただきました。ありがとうございます。

本年度の賛助会員の皆様をご紹介します。

事業所名	事業所名	事業所名
オイルショップ大野	(有) キムラ保険事務所	(株) エスイーシー
(株) 兼夕丸浅野鉄工所	治療院 一歩	(株) サンメディック
(有) 竹山商会	(株) 石田文具	(株) みちのく銀行七重浜支店
(株) 星幸舎	(有) しんわ交通	(株) 小西工務店
平田博巳内科クリニック	やまに旅館	コスモ石油 (株) 函館物流基地
(株) フジタ・プランニング	(有) 宮下建設運輸	丸英トナミ食品工業 (株)
おおきた内科胃腸科医院	沖田コンクリート (株) 北斗支店	高橋道路 (株)
ほくと小児クリニック	(株) 高野産業	(株) アオバボード
佐藤木材工業 (株)	澤田建設 (株)	(株) ニチベイパーツ北海道工場
泰興 (株) 函館工場	北邦製機 (株)	日通機工 (株) 函館支店
(有) ミキエンジニアリング	(株) 三豊 函館工場	北海道パーケット工業 (株)
佐藤自動車商会	(株) 玉森塗装店	北斗市建設協会
(株) 熊谷孝業所	カーファクトリー	インテリア明久 (株)
なかじま整形外科クリニック	治耳鼻咽喉科	(有) 菓匠ゆめや
(有) 末廣軒	(有) 松山リフレッシュサービス	北海アウル石油販売 (株)
(株) 北斗工業	池田工業(株)	(株) 福地建築
鈴木中川建設 (株)	(株) 田畑工業所	(有) 緑化園
大勇建設 (株)	(株) 金澤組	(株) 小野寺産業
(株) 上磯塵芥工業	(株) サン・グリーン函館工場	岡本ひ尿器科医院
吉田精米店	(株) 石崎公益社	(有) 宮崎新聞販売所
上磯郡漁業協同組合 上磯支所	医療法人社団ソワン 西川歯科医院	道南うみ街信用金庫 北斗支店
熊谷内科小児科医院	函館商工信用組合 北斗支店	北斗市商工会
田島緑地前川コラボラジョン (株)	(有) 上磯印刷	向井自動車修理工場
(株) 豊自動車整備工場	太平洋セメント (株) 上磯工場	斉藤徳重会
(有) 高砂造園	ロード建設(株)	(株) 小野運送
アンビックス函館倶楽部	未来環境 (株)	菓匠 一福
宗教法人燈台の聖母トラピスト修道院	函館中央三菱自動車販売 (株)	道南地区生コン協同組合連合会
(有) 武田自動車工業	(有) ともえ文教木村店	渡島地区種苗協議会
(有) ヤマザキ自動車工業	医療法人 きむらクリニック	(有) 新和物産
(株) 斉藤組	(株) 日精機器	(株) 上磯建設
(株) 江藤美装	(株) 椿谷商会	西友エンジニアリング
かけはた動物病院	(有) 八幡機工	干場産業 (株)
(株) 菅製作所	相互商事(株)	(有) 澤田商店
(株) 上磯事務器	(株) 新星ハイヤー	(株) 竹原建設
(株) タカフジ	道南うみ街信用金庫七重浜支店	焼肉ホルモン 丸亀
(有) すずき印刷	田島木材 (株)	函館ヤナセ (株)
藤光鋼材 (株) 函館営業所	三協自動車 (株)	かみいそこどもクリニック
白崎商店	(株) 坂下組	大黒屋
(株) 花巻	在宅訪問マッサージ あいにて道南	館葬儀店
特定非営利活動法人介護福祉協会 ミントハウス	海老澤医院	谷杉クリーニング店
モードいし岡	(有) 澤田米穀店	日東製網 (株) 函館工場
北斗市上磯高齢者事業団	三品自動車 (株)	ヤンマー船用システム (株) 函館支店
(株) フジワラ	小笠原部品商会	(有) 佐々木工業所
(株) 本庄電気	いいだ内科	北斗建設工業(株)
(株) 中野事業所	新函館農業協同組合上磯支店	澤田商事 (株)
北海自動車運送 (株)	しいき循環器科内科医院	



こんにちは

北斗市地域包括支援センター「かけはし」です！

『高齢者が一人でも安心して暮らすためには？』

● 北斗市における高齢者の人口と世帯の実態

北斗市の総人口は減少している一方で、高齢者は増加しており、4人に1人が高齢者となっています。（※表1）また、人口の減少に反して高齢者の1人暮らし世帯は増加しています。（※表2）

(表1)

区 分	平成30年	平成25年
総人口	46,608人	48,477人
前期高齢者（65～74歳）	6,705人	5,697人
後期高齢者（75歳～）	6,426人	5,759人
高齢化率	28.2%	23.6%

出典：北斗市 住民基本台帳 各年4月時点

(表2)

区 分	平成27年	平成22年
総世帯数	18,432世帯	18,302世帯
高齢者のいる世帯数	7,929世帯	7,059世帯
高齢者の夫婦のみ世帯	2,572世帯	2,161世帯
高齢者の1人暮らし世帯	2,160世帯	1,755世帯

出典：国勢調査結果

● 一人暮らしで心配なことってどんなこと？

心配なことには色々なことがあります。その中でも次のことがよく挙げられます。

- ① 自宅に閉じこもってしまう
- ② 物忘れや認知症が進んでしまう
- ③ オレオレ詐欺などの被害にあってしまう
- ④ 誰にも気づかれずに一人で死んでしまう



● 高齢者の一人暮らしでも必要なことは？

いつまでも元気に暮らすために色々なことがありますが、その中でも次に書かれていることが大切です。

① 生きがいがづくり

外出する機会をつくり、人と会話をしたり、体を動かしたりする場に行くことで、目標や生きがいを見つけることができる場合もあります。

② 認知症の予防

「これをすれば認知症にならない」といった方法はありません。しかし、認知症を起こさせない、時期を遅らせることは必要です。「①生きがいがづくり」とつながるところがあり、人と話をしたり、体を動かしたりして、時には大きな声で笑うなど脳を刺激することです。また、食事をきちんと摂り、健康でいることも大切です。

③ 詐欺の防止

今でも多くの高齢者が狙われており、自分は騙されないと思っても、巧妙な手口で騙されることがあります。日頃から家族や親戚等と連絡を取り合うようにし、お金や財産を狙うような話があったらすぐに連絡を取れる体制を整えていくことが大切です。



● 高齢者の一人暮らしを支えるためには？

住み慣れた地域で暮らすために家族や親戚の協力、地域での見守り等があるとより安心・安全に暮らすことができます。

① 家族や親戚等ができること

近くに住んでいる家族であれば、様子を見に行ったりして状況を確認できますが、近くに住んでいない家族であれば、電話を掛けて体の状態や生活の状況を確認することが必要になってきます。その他に親戚等が近くにいれば連絡を取り合いながら見守っていくことが大切です。

② 地域での見守り

「隣に高齢者が住んでいる」と少し気にかけてもらうだけで大きく変わることもあります。例えば、「最近姿を見かけない」「夜になっても電気がつかない」「新聞や郵便物が溜まっている」など、その気づきが命に関わることにつながることもあります。何かいつもと違うなと思った時には市役所や地域包括支援センターに連絡をください。



● 北斗市地域包括支援センターの活用（北斗市から委託を受けている公的な相談機関です）

地域包括支援センターは「高齢者のよろず相談所」です。保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員などの専門職が配置され、生活のことから高齢者の人権や財産を守るための制度の紹介、虐待や詐欺被害の防止などにも対応しています。

地域包括支援センターは、専門スタッフが連携して高齢者の相談解決を行っています
お困りごとがあれば、悩まず「地域包括支援センター“かけはし”」へご相談ください

北斗市地域包括支援センター かけはし

北斗市中野通2丁目18番1号 北斗市保健センター内 電話 0138-74-2530

この広報紙は、赤い羽根共同募金配分金で作成されたものです。

◎北斗市社協だより◎
平成30年秋号（第48号）

発行
北斗市社会福祉協議会

(本所) 北斗市中野通2丁目18番1号 (支所) 北斗市本町4丁目3番20号
☎ (0138) 74-2500 ☎ (0138) 77-2941
☎ (0138) 74-3655 ☎ (0138) 77-8528