



北斗市

# 社協だより

第54号

令和2年4月号  
春号

発行：北斗市社会福祉協議会

Hokuto City Social Welfare Information



## 依頼会員と提供会員 冬の交流会!!

(くすみボタンマグネットとデコパージュ・カレンダーづくり)

## 南渡島ファミリー・サポート・センター

令和2年1月18日、せせらぎ保健センターでプラバンなどを使って、親子でクラフト作業を楽しみました。昼食は悪魔のおにぎり風混ぜご飯とスープやデザートを両方の会員でいただきました。参加された会員さんからは、「とても楽しかった」という声が聞かれました。



## 浜分中学校からつれづれの郷へ 車いす寄贈

令和2年1月31日、浜分中学校で車いすの寄贈式が行われました。浜分中学校では、1学年の授業の一環として、学校区内の民家等を訪問し、リングプルを集め、福祉施設に車いすを寄贈する活動を行っております。生徒が一生懸命活動した成果が、今回の車いす寄贈へとつながりました。つれづれの郷の佐々木施設長は、「施設に入所している利用者様の大半は車いすを利用しています。みなさんの活動によりいただいた車いすは大切に使いしていきたいと思っております」と話されていました。



# 福祉協議会 事業計画

た、地域の人びとが互いに支え合える相互扶助を復活させ、地域住民一人ひとりの暮らしが生きがいをもって安心して暮らせる地域を目指し、互いに支え合う地域力の強化を図り、強いては災害時にもその地域力が発揮できるよう、元気高齢者をはじめとする地域住民、関係団体、行政、関係機関及び社会福祉法人・福祉施設等とともに、北斗市社協の基本理念である「ともに支え合う、やさしさとぬくもりのある福祉の地域づく

り」の実現に向けて取り組んでまいります。

また、「地域共生社会」の実現に向けて求められている多機関の協働による相談支援体制づくりのため、社協が北斗市から委託されている地域包括支援センターと生活困窮者自立支援事業による北斗市生活相談支援センターが中心となって、市内にある多職種の相談支援機関及び行政と連携強化を図り、総合相談支援体制づくりに取り組んでまいります。

## 基本目標

# 2

## 福祉の心を育む人づくり

### 《実施事業》

- ❖ 社会福祉大会の開催
- ❖ ふれあい福祉まつり in 北斗の開催
- ❖ ふれあい広場の開催
- ❖ 社協だより発行
- ❖ 福祉講座の開催
- ❖ ボランティア体験講座の開催
- ❖ 市民活動サポートセンター事業
- ❖ ボランティア団体活動支援
- ❖ 地域福祉・ボランティア活動推進助成事業
  - ❖ ボランティア連絡協議会活動支援
  - ❖ 老人クラブ連合会活動支援
  - ❖ 身体障害者福祉協会活動支援

- ❖ 母子寡婦会活動支援
- ❖ 遺族会活動支援
- ❖ 戦没者慰霊会（慰霊祭の実施） など



斗市社会福祉協議会策定) 基本理念

# 「のある福祉の地域づくり」をめざして

## 基本目標

# 3

## 安心して暮らせる福祉のまちづくり

### 《実施事業》

- ❖ 居宅介護支援事業
- ❖ 訪問介護事業
- ❖ 軽度生活援助事業（市委託事業）
- ❖ 生活管理指導員派遣事業（市委託事業）
- ❖ 除雪サービス事業（市委託事業）
- ❖ 食の自立支援事業（配食サービス）（市委託事業）
- ❖ 家族介護者交流事業（市委託事業）
- ❖ 移動支援事業（市委託事業）
- ❖ 外出支援サービス事業（市委託事業）
- ❖ 福祉有償運送事業
- ❖ ファミリー・サポート・センター事業（市委託事業）
- ❖ 養育訪問支援事業（市委託事業）
- ❖ 産前産後支援ヘルパー派遣事業（市委託事業）
- ❖ おもちゃサロン（あそBiBa）事業
- ❖ 日常生活自立支援事業（道社協委託事業）
- ❖ 法人後見事業
- ❖ 生活困窮者自立支援事業（市委託事業）
- ❖ 生活応急資金貸付・生活福祉資金貸付
- ❖ 地域包括支援センター運営事業（市委託事業）
- ❖ 生活支援体制整備事業（市委託事業）
- ❖ 災害ボランティア活動の強化 など



# 令和2年度 北斗市社会

## ◆ 基本方針 ◆

今日の少子高齢社会の一層の進展と人口減少社会を背景に、地域のつながりの希薄化などによって、孤立死や引きこもりなどの社会的孤立が増え、地域住民の抱える課題は多様化、複雑化、深刻化しています。そうした中で、国では、地域に暮らす全ての人々がそれぞれに役割を持ちながら、ともに支え合い、住民一人

ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創り、高め合うことができる「地域共生社会」の実現を目指し、住民が主体的に地域課題を把握して解決を試みる地域づくりへの支援とともに、複合化・複雑化した課題を包括的に受け止める総合的な相談支援体制づくりを進めています。

このような状況を踏まえ、社協では「地域づくり」をキーワードに、かつての「おたがいさま」などといっ

## 基本目標

# 1

## みんなで支え合い・助け合う地域づくり

### 《実施事業》

#### ◇ 介護予防運動から始める地域づくり ◇

住民同士が気楽に、無理なく集える「ふれあい・いきいきサロン」等による地域づくりの動機づけを図るため、ふまねっと運動によって誕生したボランティア団体「ほくねっと」とともに、誰もが楽しみながら行える「ふまねっと運動」や「レクリエーションポッチャ」などの介護予防運動の普及活動に取り組みます。

- ❖ 小地域ネットワーク活動事業
- ❖ サロン活動支援事業
- ❖ 「介護予防運動から始める地域づくり」活動事業
  - ▶ ふまねっと運動普及事業（市委託事業）
  - ▶ ふまねっとサポーター・インストラクターの育成等
  - ▶ レクリエーションポッチャ市民交流大会の開催
- ❖ 高齢者見守り活動等の充実
  - ▶ サンタクロース活動事業
  - ▶ 福祉五目ちらし配付事業
  - ▶ 歳末福祉見舞金の支給
- ❖ 買い物・お出かけ支援事業 など

## 第2期 北斗市地域福祉実践計画（北

# "とともに支え合う、やさしさとぬくもり

## 基本目標

# 4

## 組織体制の強化と基盤づくり

### 《実施事業》

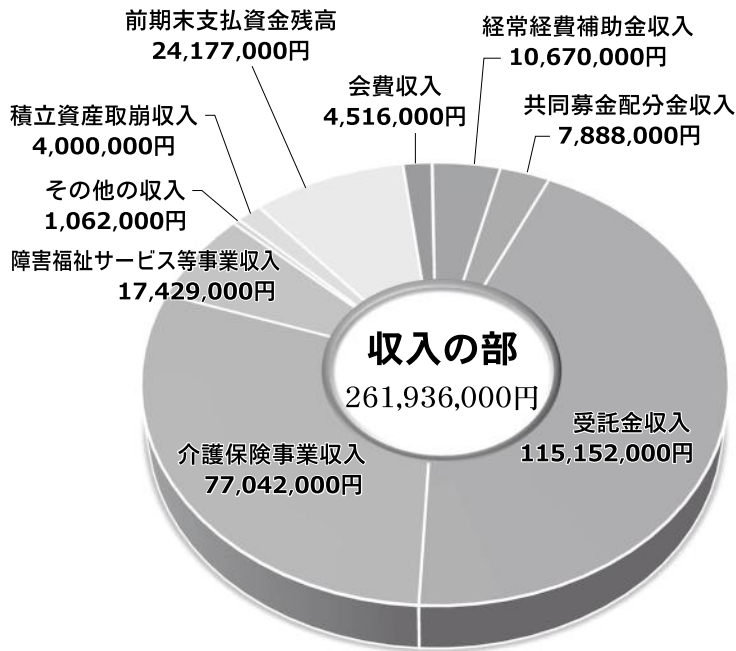
#### ◇ 地域づくりのための活動基盤の整備 ◇

地域住民が主体となって互いに支え合える地域づくりに取り組むことができるよう、地域の実情に応じて小学校区などを単位に、地域福祉推進のための組織づくりに取り組みます。

- ❖ 社協会員増強運動
- ❖ 役職員の研修強化
- ❖ 福祉人材の確保
- ❖ 事務局体制の強化
- ❖ 福祉懇談会
- ❖ 北斗市共同募金委員会事務局
- ❖ 赤い羽根共同募金活動
- ❖ 歳末助け合い募金活動
- ❖ 保健センター指定管理（市委託事業）
- ❖ 包括的相談支援体制の整備
- ❖ 地域共生社会の実現のための支援の充実
- ❖ 地域づくりのための活動基盤の整備 など

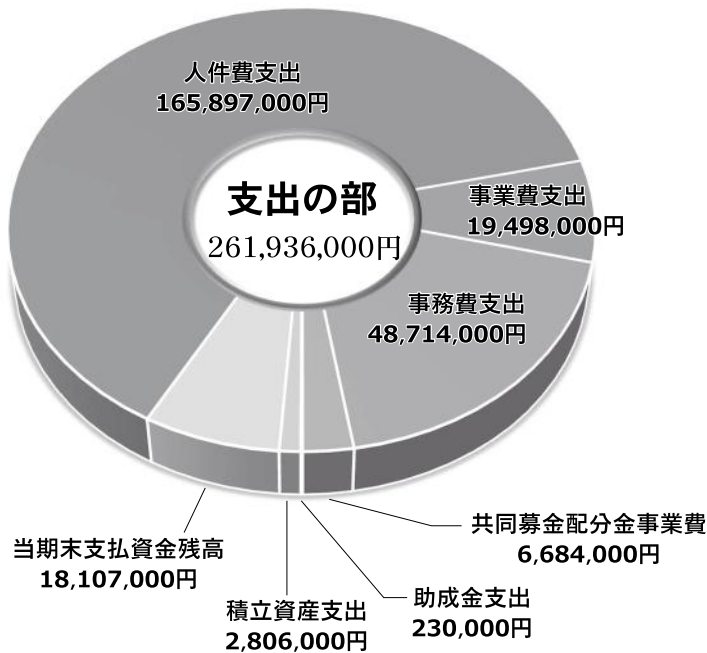


# 令和2年度 北斗市社会福祉協議会 収支予算



## ◆受託金収入の内訳

食の自立支援事業	6,894千円
ファミリーサポートセンター運営事業	4,000千円
養育支援訪問事業	650千円
除雪サービス事業	11,132千円
生活困窮者自立相談支援事業	14,870千円
ふまねっと活動事業	1,850千円
ふれあい・いきいきサロン活動支援事業等	950千円
生活支援体制整備事業	1,913千円
産前産後サポート事業	800千円
保健センター管理事業	10,541千円
地域包括支援センター事業	45,269千円
介護予防ケアマネジメント事業	16,173千円
その他の事業	110千円
受託金収入合計	115,152千円



## ◆共同募金配分金の使いみち

事業費支出	1,010千円
地域福祉推進事業費支出	980千円
在宅福祉活動費支出	30千円
事務費支出（社協だより発行）	1,300千円
共同募金配分金事業費	5,578千円
一般募金配分金事業費	
小地域ネットワーク活動費	1,440千円
老人クラブ等団体活動費	
ボランティア活動育成事業費	
歳末たすけあい配分金事業	
歳末福祉見舞金事業	4,138千円
福祉五目ちらし配付事業	
サンタクロース事業活動費など	
支出合計（共同募金配分金支出）	7,888千円

## 社協会費・募金活動にご協力をお願いします

社会福祉協議会とは、社会福祉法第109条に基づき、「地域福祉の推進を図ることを目的とする」営利を目的としない民間組織で、全国、都道府県、市区町村にそれぞれ設置されています。

北斗市社協の財源は、会費、補助金、委託金、共同募金配分金等ですが、その中でも市民の皆さまや福祉団体、各企業・事業所等からの会費と共同募金配分金は、福祉活動の重要な財源となっています。

本年度も社協会費・共同募金活動にご理解とご協力をお願いいたします。

会員区分	会費
戸別会員(町内会会員)	200円
個人会員(社協役員等)	1,000円
特別会員(町内会等)	2,000円
団体会員(福祉団体等)	3,000円
賛助会員(個人・企業等)	1口 2,000円



## 令和元年度

# 赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金運動

昨年10月1日から全国一斉に展開されてきました赤い羽根共同募金、ならびに歳末たすけあい募金にご支援とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

## 赤い羽根共同募金

募金額 **6,203,095 円**

赤い羽根共同募金は、町の人のやさしい気持ちを集める活動です。「じぶんの町をよくするしくみ」として、募金総額の約7割は北斗市の福祉活動で活用されます。残りの約3割は道内全域の広域的課題（災害など）の解決のために活用されます。



## 歳末たすけあい募金

募金額 **3,953,710 円**

歳末たすけあい募金については募金総額のすべてが北斗市内で活用されています。令和元年12月に北海道共同募金会から助成を受け、歳末福祉見舞金事業を実施し、低所得の独居老人世帯、遺児世帯等の世帯に歳末福祉見舞金として配布しました。

- ◇戸別募金（4,588,182円）  
町内会・自治会のご協力による募金
- ◇法人募金（945,000円）  
企業や事業所のご協力による募金
- ◇職域募金（117,243円）  
企業や事業所の従業員の方のご協力による募金
- ◇学校募金（91,501円）  
学校で生徒の皆さまのご協力による募金
- ◇街頭募金（23,244円）  
スーパー等の前で呼びかけた募金
- ◇イベント募金（40,180円）  
催しに集まった皆さまからの募金
- ◇BOX募金（126,254円）  
お店などのご協力により設置していただいた募金箱に集まった募金
- ◇その他（271,491円）  
ピンバッチ募金等



じぶんの町をよくするしくみ  
まちの人のやさしい気持ちを集める活動です



～ 皆さまのやさしい気持ち、ご協力ありがとうございました ～

### ● 北斗市社会福祉協議会では、ホームヘルパーを募集しています ●

【 賃 金 】 時給 870円～1500円

【お問い合わせ先】 北斗市社会福祉協議会 訪問介護事業所

**74-2515**（直通）

資格をお持ちの方はもちろんですが、資格がない方でも仕事ができます。資格がない方は、採用後に資格取得費用を助成します。2～3時間程度なら働ける方、家事援助ならできる方など、詳しくは北斗市社会福祉協議会訪問介護事業所にお問い合わせください。



# 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皆さんをサポートし、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、各種事業等に取り組んでいます。

## わたしたちのまちの、ふれあい・いきいきサロン

「ふれあい・いきいきサロン」は、地域の皆さんが身近な場所で、気軽に仲間と集い、楽しみながら過ごすことができる「憩いの場」です。

今回は大野地区にある、2つのサロンをご紹介します。

### サロン「たまゆらの家」

**開催場所** たまゆらの家（市渡643）  
市渡会館（第4火曜日 13:30～）  
**開催日時** 毎週火・水曜日 10:00～15:00  
**開催内容** 百歳体操（第4火曜日）、カラオケ、茶話会、畑  
**参加対象** どなたでも参加できます  
**参加費** 1回会員 200円（別途年会費 2,000円）、  
非会員 300円  
**問合せ** 鈴木庫三 電話 090-9435-9753



### サロン 楽活の会

**開催場所** 北斗市公民館  
**開催日時** 第2・4月曜日 10:00～12:00  
**開催内容** ストレッチ体操、ふまねっと運動、  
茶話会  
**参加対象** どなたでも参加できます  
**参加費** 1回 100円  
**問合せ** 横山和子 電話 77-6759



## 「ふれあい・いきいきサロン」を始めてみませんか!!

### 1 開設のお手伝いをします!

サロンの活動内容、開設に向けた準備など、サロン活動を始めるにあたっての準備の相談をお受けします。また、実際に活動しているサロンの見学などの調整も行います。

### 2 介護予防運動の協力

地域でふまねっと運動を指導するサポーターが活動しやすいよう、活動計画やプログラムづくりなどのお手伝いをします。また、ふまねっと運動やレクリエーションポッチャ、カーリンコンの用具の貸出や体験会を行っています。

### 3 サロン活動費の助成

介護予防運動を継続して実施しているサロンに、「月額2,500円から5,000円を上限」に活動費の助成を行っています。また、ふまねっと本体やレクリエーションポッチャ用具等購入費の助成制度もありますので、お気軽にお問い合わせください。

## 「ふまねっと運動」や「レクリエーションポッチャ」を体験してみませんか!?

ふまねっと運動を指導する「ふまねっとサポーター・インストラクター」で組織するボランティア団体「ほくねっと」が、誰でも楽しみながら行える「介護予防運動」の普及活動を行っています。

皆さんも、「ふまねっと運動」や「レクリエーションポッチャ」などの介護予防運動を通して一緒に楽しく過ごしませんか。

参加は自由です。お気軽にご参加ください。

**日時** 毎週月曜日 9時45分から12時

※最終月曜日はお休みとなります

**場所** 保健センター（中野通2丁目18番1号）



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 FAX74-3655

# ボランティア活動紹介

## 二爺の会



二爺の会は、北斗市在住の佐藤さんと七飯町在住の佐々木さん2人で活動されており、北斗市や七飯町、函館市の高齢者施設を訪問し、アコーディオンで懐メロを演奏し皆で歌ったり、多彩なキャラクターを演じながら人情劇場やダンスを披露し、利用者の皆さんに喜んでいただけるよう活動しています。また、これまでに東日本大震災の被災地慰問も実施し、仮設住宅を訪問。現地の方との交流も深めています。

2月13日には、美ケ丘敬楽荘生きがいデイサービスで披露し、皆さんに大変喜ばれていました。

## 日常生活自立支援事業

社会福祉協議会では、日常生活自立支援事業を実施しています。この事業は判断能力が不十分な方（認知症高齢者、知的障害者、精神障害者等）が地域において自立した生活が送れるよう、利用者との契約に基づき、福祉サービスの利用援助等を行います。

### 対象者・援助の内容

#### ◇ 次のいずれにも該当する方 ◇

- ① 判断能力が不十分な方（日常生活上の判断に不安を感じている方）
- ② 事業の契約について、理解・判断できると認められる方
- ③ 在宅で生活している方

#### ◇ 援助の内容 ◇

- ① 福祉サービスの利用援助事業
- ② 日常的金銭管理サービス
- ③ 書類等の預かりサービス



（利用料：1回1時間程度1,200円、交通費実費）

## チャイルドシート

ご寄附を  
お願い致します



不要になったチャイルドシートを寄附していただき、必要な方、希望者に利用していただいております。チャイルドシートが不要な方、必要な方は下記までご連絡ください。

※ 要印鑑

（この事業は皆さまの善意で行われているボランティアな事業です。破損品はお受け取りできません）

（問）南渡島ファミリー・サポートセンター 77-0788（午前9時～午後5時）

こんにちは

北斗市地域包括支援センター「かけはし」です！



# 『くち 口の健康に気を付けていますか？』

## 「くち」の働きについて

歯や歯肉、舌などがある口は「食べる」「呼吸する」「話す」「笑う」など生命の維持や暮らし、表情をつくるなどの場所として大切な役割を持っています。



## 高齢者の「くち」の特徴

### ①舌や口腔粘膜の状態が変化

唾液の出る量が減るために、舌や粘膜に変化があらわれ、口臭の原因や味覚障害を引き起こしやすくなります。



### ②歯肉の炎症が起きやすくなる

歯肉が衰えることで、歯垢や歯石が付いたり、入れ歯があたる刺激などで炎症が起こりやすくなります。



### ③入れ歯が合わなくなる

入れ歯は使っているうちに歯の部分ですり減ったり、自分の歯や歯肉の状態が変化して、合わなくなっていくます。この状態を放置すると、食べ物がかみにくくなり、口の中を傷つけたりします。

## 「くち」のトラブル

### ◆誤嚥性（ごえんせい）肺炎

飲み込む力が弱くなると食べ物や唾液が誤って気管に入ってしまいます。この時に口の中の細菌が肺の中に入ることによって誤嚥性肺炎を起こします。高齢者の場合は命取りになったり、寝たきりの原因となるため注意が必要です。

### ◆口腔乾燥症（ドライマウス）

高齢になるとストレスや薬の影響、かむ力が弱くなるなどの原因で唾液の量が減るため、口の中が乾燥する人が多くなります。のどが渇く、食事が摂りにくい、話しづらいなどの症状が出る方もいます。

## 唾液のはたらき

唾液には歯や口の粘膜を守ったり、むし歯の予防をするなど、さまざまな効果があります。そのため、唾液を分泌することも大切です。

## 唾液腺のマッサージ



**耳下腺マッサージ**  
手のひらを頬に当てて後ろから前に回すようにもむ



**顎下腺マッサージ**  
親指で顎の軟らかい部分を耳の下から顎の下までもむ



**舌下腺マッサージ**  
親指で顎の下から舌の下を押し上げるようにもむ

## 予防のポイント

- ①かむ回数を増やして唾液の分泌を促進する
- ②こまめに水分補給をする
- ③うがいの回数を増やす
- ④室内の温度、湿度に気を付ける



## 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

電話 0138-74-2530

相談は  
無料です



※北斗市地域包括支援センターは、北斗市から委託を受けている公的な相談機関です。  
※秘密厳守のうえ、相談・支援にあたります。電話や来所相談のほか、ご自宅へお伺いします。  
※どんなことでも構いませんので、気軽にご相談ください。

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◎  
令和2年春号（第54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  
☎ (0138) 74-2500  
☎ (0138) 74-3655  
（支所）北斗市本町4丁目3番20号  
☎ (0138) 77-2941  
☎ (0138) 77-8528