



# 北斗市 社協だより

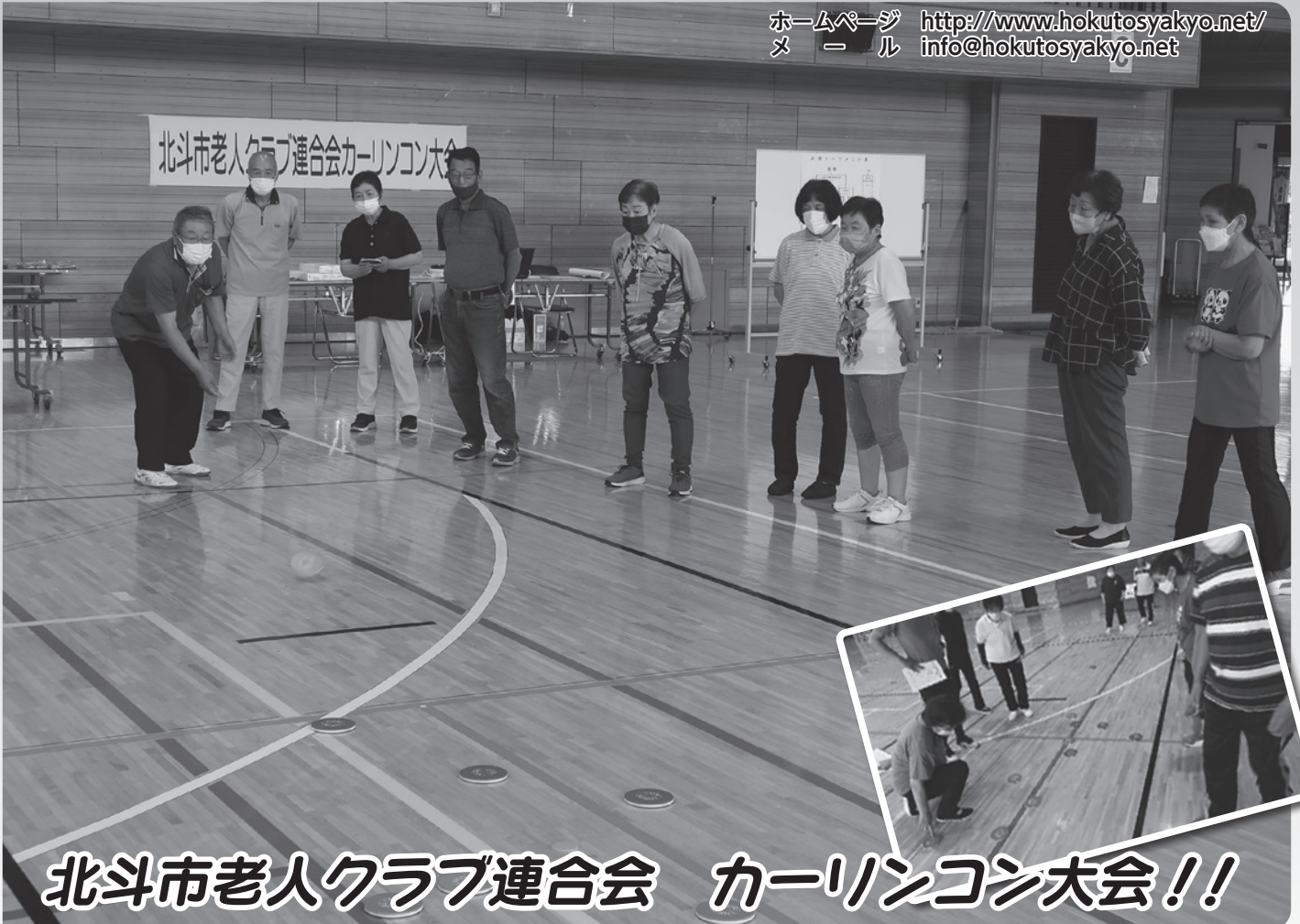
第68号

令和5年9月  
秋号

発行：北斗市社会福祉協議会

## Hokutocity Social Welfare Information

ホームページ <http://www.hokutosyakyo.net/>  
メール [info@hokutosyakyo.net](mailto:info@hokutosyakyo.net)



### 北斗市老人クラブ連合会 カーリンコン大会!!

7月20日、北斗市総合体育館でカーリンコン大会を開催し、12チーム36名の参加がありました。参加された皆さんは夏の暑さを吹き飛ばす熱戦を繰り広げ、楽しみながら汗を流し、体を動かす良い機会となりました。

### わんぱく相撲大会

7月8日、北斗市戦没者慰霊祭のあと、慰霊碑横の土俵で、4年ぶりとなる『わんぱく相撲大会』が開催されました。30人以上の参加があり、大変白熱した取組みを見せてくれました。当日は大変暑い日となりましたが、競技する子どもや応援する家族、市民のみなさんはその暑さを超える熱気に包まれていました。



# 赤い羽根共同募金

赤い羽根共同募金がスタートします! (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スタートします。

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、市民の皆さま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。

令和4年度の募金額は、目標額5,500,000円に対して5,341,347円となりました。今年度も同様に取り組みますので、共同募金にご理解とご協力をよろしくお願い致します。



~歳末たすけあい募金運動~ (強化期間: 11月15日~12月15日)



「歳末たすけあい募金運動」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、3,149,772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、また一人暮らし高齢者の見守り活動に活用しました。一人ひとりの優しい気持ちがまちの福祉を支えています。

\* 今年もみなさまの温かいご協力をよろしくお願い致します \*

## ~赤い羽根共同募金 ピンバッチ~

今年度のピンバッチは、『きじひき高原』をイメージしたピンバッチとなっており、500円以上の募金で1つプレゼントしております。ピンバッチ募金は製作費以外は全て募金となり、主に北斗市内で活用されております。取り扱いは、北斗市社会福祉協議会、七重浜支所となります。



【問い合わせ先】 北斗市社会福祉協議会 ☎74-2500

# 令和5年度 北斗市社会福祉大会

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。式典終了後は、講演会を予定しております。

**日時** 10月17日(火) 13:30~15:30

**場所** 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** 講師 医療法人鴻仁会 深瀬医院

副院長 二木 克明 氏

看護課長 笹田 順一 氏

演題 『新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) の感染症法上の位置づけ変更後の対応について』

【お問合せ先】 社会福祉法人 北斗市社会福祉協議会 (電話) 74-2500 【入場は無料です】

## ふれあい福祉まつり in 北斗

新型コロナウイルスの影響により中止となっていました「ふれあい福祉まつり in 北斗」ですが、4年ぶりに開催します。赤い羽根チャリティーカラオケ、ふまねっと、ポッチャ体験、レザークラフト、授産施設販売などの催しがあります。福祉活動を楽しく身近に感じる機会となりますので、ぜひご来場ください。

**【日時】** 10月21日(土) 午前10時~午後12時30分

**【場所】** 北斗市総合文化センター かなで〜る

**【催し】** 赤い羽根チャリティーカラオケ、健康チェック、授産施設販売、おもちゃづくり、レザークラフト、サロン活動パネル展、高齢者総合相談、軽食販売、日赤救急法(展示)、コーヒー・ポップコーン販売、赤十字無線奉仕団(無線機展示等)、防災関係グッズ展示(北斗市防災会議)、ふまねっと・ポッチャ体験、介護ロボット展示、朗読サークル、しいたけ販売

※軽食については、テイクアウト販売となります。(売り切れの場合もあります)  
※催しの内容については変更となる場合があります。

【お問合せ先】 社会福祉法人 北斗市社会福祉協議会 (電話) 74-2500

## 赤い羽根チャリティーカラオケ 出場者募集!!

★参加ご希望の方は、北斗市社協までご連絡ください。

★参加費 1曲 500円

~チャリティーカラオケの益金は、すべて募金になります。ご協力お願いいたします~

※出場人数については、15名を予定しております。予定人数に達した場合は、受付終了いたします。

※高得点者(1位~3位)の方には景品を用意しております。(採点方法は、カラオケ機器による採点となります。)

赤い羽根チャリティーカラオケは、共同募金運動に関心を持ってもらうこと、共同募金運動を通して、地域福祉を推進することを目的としています。参加、観覧される方は、ぜひ募金にご協力ください。

# ートセンター



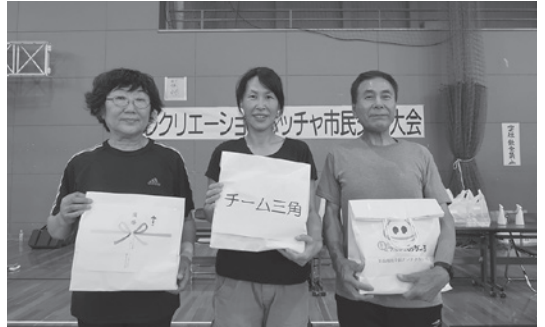
「支え合うことができる地域づくり」を目指しています。その実現  
トし、またその担い手の育成や各種事業等に取り組んでいます。

## 令和5年度第2回レクリエーションボッチャ市民交流大会のお知らせ

パラリンピックの正式種目「ボッチャ」を、子どもから大人まで楽しむことができるよう、簡単なルールにアレンジしました。初めての方でも楽しみながら参加できますので、ご家族やご友人と一緒に参加してみませんか。

**11月11日(土) 13時~15時30分**

**会場：北斗市総合体育館  
32チーム限定(先着順) 参加費無料**



令和5年度第1回優勝チーム チーム三角

### ●参加資格

- 市内に居住、勤務、通学する小学生以上
- ※1チーム3人で構成
- ※小学生でチームを構成する場合、保護者の引率をお願いします。

### ●競技方法

- 試合は4チーム8ブロックでの予選リーグを行い、各ブロック上位2チームで決勝トーナメント戦を行う。
- ※参加チーム数によっては、試合方法を変更することがあります。

### ●申込方法

- 次の申込事項をご確認のうえ、10月16日(月)までに、電話またはメール、FAXにて申込みください。
- ①チーム名、②氏名、③住所、④電話番号
- ※参加者には行事用保険を掛けますので、申込みの際、チーム全員の氏名・住所・電話番号が必要となります。

## 有償ボランティア事業

有償ボランティア事業は、公的サービスで対応できない日常生活のちょっとした困りごとを抱える方(依頼会員)に対して、ちょっとしたお手伝いができる方(提供会員)を紹介し解決する、住民参加型の助け合い活動です。

### ご利用にあたって



提供会員随時募集中!



- 【対象者】 市内に在住で、65歳以上の方(介護保険制度を利用できる場合は、制度を優先とします)
- 【利用料】 提供会員1名につき30分300円(時間の計算は、提供会員が依頼会員宅についてから活動終了までとします)
- 【時間】 月曜日~金曜日 午前9時~午後5時(土日・祝祭日及び12月29日~1月3日は利用できません)
- 【サービス内容】 買い物代行、ゴミの分別・ゴミ出し、掃除、電球の交換、家具の移動、草取り、話し相手など



草取り



窓拭き



ゴミの分別



ゴミ出し

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 FAX 74-3655  
【メール】 info@hokutosyakyo.net



# 市民活動サポ

市民活動サポートセンターは、「住民同士が互いに助け合い、  
のため、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

## ふまねっとサポーター養成講習会受講者募集

ふまねっと運動を安全に楽しく効果的に指導するための「ふまねっとサポーター」養成講習会を開催します。  
これまで、多くの地域住民の皆さんが受講し、お住いの地域のサロン活動などでふまねっと運動の指導を行っています。  
資格取得後も、毎週月曜日にふまねっとサポーターが集まり練習会を行っていますので、初めての方でも安心して資格を  
取得できます。

日時 令和5年10月30日(月) 13:00~16:30  
場所 北斗市保健センター多目的室 (中野通2丁目18番1号)  
受講料 無料 (ただし、サポーター資格登録に3,000円かかります)  
申込方法 10月16日(月)までに、電話でお申し込みください。  
その他 サポーター資格取得には、NPO法人ふまねっとへの正会員  
入会が必要です。

ふまねっと運動は、大きなマス目でできた“あみ”  
を踏まないようにゆっくり慎重に歩く運動です。  
歩行機能や認知機能の改善にも  
効果があり、レクリエーションと  
しても楽しむことができます。



北斗市社会福祉協議会ホームページトップ画面  
に市民活動サポートセンターが追加されました。  
是非ご覧ください!!



## ほくと市認知症の人と家族の会

～すみれの会～

会員募集

### 【認知症の予防について】

アルツハイマー型認知症は、脳に  
ゴミ (アミロイドβ) が溜まり、それが神経細胞を破壊し脳が委縮して発症します。このゴミ (アミロイドβ) は、起きている間に溜まり、深い睡眠をとることで除去されます。脳には、アミロイドβなどの老廃物を食べてくれる神経細胞があり、深い睡眠の時にたくさん働いてくれるそうです。睡眠が浅い、何度も目覚めるなど、良い睡眠ができないと掃除の時間が短くなって、逆にアミロイドβが溜まりやすくなります。良い眠りをすることは、認知症予防につながります。日中、楽しく活動をして、良い眠りができるように心がけましょう。



認知症の予防とは  
「認知症になるのを遅らせる」  
「認知症になっても進行を緩やかにする」という意味です



すみれの会では、情報交換、介護の相談など、気軽に語り合います。当事者や認知症の人を介護している家族だけでなく、認知症のことをもっと知りたい人など誰でも参加できます。一人で悩まず、お話しください。

◆定例会：毎月第3月曜日 (祝日の場合、第4月曜日) 13:00 ~ 北斗市保健センター  
連絡先 ☎74-2530 北斗市地域包括支援センターかけはし



# 賛助会員になりませんか？



各企業・事業所等が賛助会員となり、北斗市社会福祉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、随時募集しておりますのでご加入よろしくお願ひ致します。

8月20日現在、次の129社が賛助会員にご加入をいただき、1,064,000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 ♥♥♥

《順不同 敬称は省略させていただきます》

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	かけはた動物病院	(株) サンメディック
(有) 竹山商会	(株) 石田文具	(株) 星幸舎
朝日印刷	(株) 小西工務店	平田博巳内科クリニック
(有) すずき印刷	コスモ石油 (株) 函館物流基地	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)
函館ヤナセ (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	北邦製機 (株)	(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)	(株) 玉森塗装店
三協自動車 (株)	北斗市建設協会	カーファクトリー
インテリア明久 (株)	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	かみいそこどもクリニック
北海アウル石油販売 (株)	(株) 北斗工業	池田工業 (株)
(株) 福地建装	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) 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	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	田島緑地前川コルポラッション (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	斉藤容器 (株)	(有) 高砂造園
ロード建設(株)	(株) 小野運送	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	道南生コンクリート協同組合
(有) 武田自動車工業	(有) ともえ文教木村店	青木造園土木
渡島地区種苗協議会	横山石油 (株)	(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	西友エンジニアリング
佐藤自動車	(株) 斉藤組	(株) 日精機器
(株) 上磯建設	(株) 江藤美装	(株) 椿谷商会
焼肉ホルモン 丸亀	干場産業 (株)	相互商事(株)
(有) 菅野設備	(株) 上磯事務器	(株) 新星ハイヤー
(有) 宮崎新聞販売所	(株) 竹原建設	(株) タカフジ
道南うみ街信用金庫 七重浜支店	やまに旅館	田島木材 (株)
藤光鋼材 (株) 函館営業所	(有) 澤田商店	白崎商店
(株) 坂下組	(株) 花巻	(有) 澤田米穀店
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	久保工業 (株)
(株) 三公開発	谷杉クリーニング店	モードいし岡
大黒屋	日東製網 (株) 函館工場	(株) みちのく銀行七重浜支店
三品自動車 (株)	ヤンマー船用システム (株) 函館支店	(株) 函館ホームエンジニアリング
(株) フジワラ	泰興 (株) 函館工場	(有) 佐々木工業所
(株) 本庄電気	(株) 和田配管工業	たや内科
(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	小笠原部品商会

# ～介護あんしん講座開催のご案内～

【テーマ】『在宅介護～もしものために～』

今回は『「在宅介護」～もしものために～』というテーマで行います。近年の高齢化に伴い、65歳以上の方も増加し、それに伴い介護を必要とする方も増えています。そのような中、在宅介護の手助けをしてくれる居宅サービスの紹介や、自宅での介護が難しくなった場合の対策などをお話しします。

【日時】令和5年10月14日(土) 10:00～12:00

【会場】北斗市押上1丁目3-2 北斗市林業協業センター

【定員】先着20名程度(希望者は送迎も致します)

【申込】お電話でお申込み下さい。(※送迎をご希望の方は、申込時にお申し出ください。)

【その他】新型コロナウイルス感染予防のため、マスクの着用をお願いいたします。参加費用は無料です。



## ●申込・お問合せ先●

在宅介護支援センター 清華園 ☎74-3066 (担当: 貴田・土田・伊勢)

## ◆社会福祉法人民生博愛会 在宅介護支援センター清華園◆

清華園では、北斗市や北斗市地域包括支援センター、また介護サービス事業所との連携を図りながら、介護に興味をお持ちの方であればどなたでも参加できる『介護あんしん講座』を開催しております。地域住民の方々との交流を深め、地域に貢献する事業を目指しております。

## 北斗市老人クラブ連合会女性部施設演芸慰問

7月25日、美ヶ丘敬楽荘デイサービスセンターで北斗市老人クラブ連合会女性部の慰問活動をおこないました。たくさんのデイサービス利用者様の前で歌や踊りを披露し、利用者の方々は大変喜ばれておりました。



## ボランティア 第56回ゆうあい祭ふれあい広場2023「ほくと」 ～ボランティア募集のご案内～



第56回ゆうあい祭ふれあい広場2023「ほくと」では、利用者の方と一緒に過ごしていただける方、出店スタッフや会場環境整備のお手伝いをしていただけるボランティアを募集しております。

【日時】令和5年10月1日(日) 8:50～13:30予定

【場所】侑愛会 地域交流ホーム「夢」広場前

【依頼団体】社会福祉法人侑愛会

【申込方法】9月15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。

※お申込みの際は、ボランティア保険の関係で氏名、住所、電話番号をお知らせください。

【お問い合わせ先】市民活動サポートセンター(北斗市社会福祉協議会内) ☎74-2500



こんにちは！

# 北斗市地域包括支援センター「かけはし」です

認知症は誰にでも起こりうる病気です。認知症の初期サインを理解しておくことで、「おかしいな？」「なんか変だな？」と気づき、受診をすることで早期治療・早期対応につながります。

## 認知症とは

認知症は、様々な原因で脳細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったためにおこる脳の病気によるものです。誰にでも起こる可能性があります。

加齢による物忘れ	認知症の物忘れ
体験の一部を忘れる	体験全体を忘れる
ヒントで思い出せる	ヒントで思い出せない
人や時間、場所などがわかる	人や時間、場所などがわかりにくい
日常生活に支障がない	日常生活に支障がある

## ★早期診断・早期治療が大切な理由★

「認知症は治らないから病院へ行っても仕方ない」と考えていませんか？  
認知症も他の病気同様、早期診断・早期治療が大切です。

### 記憶や意識が明確なうちに備えることができます

早期診断により、ご本人、ご家族が今後の生活への備えをすることができます。生活が安定し、その後に起こるトラブルに柔軟に対応することもできます。

### 治療により改善することがあります

正常圧水頭症や硬膜外血腫による認知症など、早期発見・治療により改善する場合があります。

### 進行を遅らせることが可能な場合があります

アルツハイマー型認知症では薬で進行を遅らせることが可能な場合があります。



「もしかして…」そんなときは一人で悩まず  
かかりつけ医や地域包括支援センターへ相談して下さい。



## 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  
電話 0138 - 74 - 2530

相談は  
無料です

◎北斗市社協だより◎  
令和5年秋号(第68号)

発行  
北斗市社会福祉協議会

北斗市中野通2丁目18番1号  
☎(0138)74-2500 ㊚(0138)74-3655

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。