東区社協だより
ふれあいの窓（まど）
第110号　2024.3

もくじ ［Contents］

2~3　福まちかわら版
（北栄地区・栄西地区・札苗地区・東区）
4~5　東区のふれあい・いきいきサロンまとめ!!
6　・ボランティア入門講座を開催
・ボランティア活動保険について
7　北栄中学校で
「ふくしの出張講座」を開催しました
8　・ご寄付のお礼
・令和6年能登半島地震災害義援金の
募集について

栄西ちょボラ隊結成!!
～出来る人が出来る時に出来ることを!!～

「ちょボラ」とは

ちょこっと**ボラ**ンティアの略です。
くらしの中のちょっとしたお手伝いをおたがいさまの気持ちで行う栄西地区の新しい取り組みです。小学生から高齢者まで一緒に活動中です。

栄西ピカピカ大作戦（清掃活動）

独居高齢者宅の草刈り

わいわい意見交換会

編集・発行
社会福祉法人
札幌市社会福祉協議会
地域福祉部
東区社会福祉協議会
〒065-8612　札幌市東区北11条東7丁目　東区民センター1階
[TEL] 011-741-6440　[FAX] 011-721-6444　[URL] https://www.sapporo-shakyo.or.jp/

＼HPアクセス／
スマホ等のカメラで読み取り

福まちかわら版

福祉のまち推進センター（通称「福まち」）とは、地域住民による自主的な福祉活動（日常的な見守り、支え合い等）を行う組織です。
地区社会福祉協議会（概ね連合町内会単位）ごとに設置され、札幌市全体で89地区、東区では10地区の福まちが活動しています。

北栄地区 【福祉のまち推進センター】

北欧弦楽器の音色に癒されて

令和5年9月28日（木）、北栄会館で『高齢者・福祉協力員　交流演奏会』が開催され、48名の地域の方々が参加されました。この事業は、コロナ禍を経て外出する機会が減った地域の高齢者と、日ごろから見守り活動を行っている福まち福祉協力員が、音楽を通してさらに絆が深まる機会となることを目的として開催しています。

当日は、東警察署から特殊詐欺について防犯講話をしていただき、そのあとボランティアグループ「リンゴンベリー」による“カンテレ”の演奏に耳を傾け、癒しのひとときを過ごしました。

“カンテレ”とは北欧フィンランドの民族楽器ですが、あまり見かける機会のない楽器のため、演奏の合間には「“カンテレ”という楽器の名前も音色も初めて聴いた」「心が和む音色だね」など高齢者と福祉協力員の間で話も弾みます。

演奏の合間には、ボランティアグループ「リンゴンベリー」から、民族楽器やフィンランドに関するクイズ、楽器と一緒に参加者が歌をうたうなど、終始楽しい内容に参加者はいつの間にか笑顔になっていました。

藤原 地区福まち運営委員長は、「コロナ禍では地区福まち事業も中止しましたが、今まで育んできたつながりを絶やさず、町内会と協力しながら地区福まちの事業を行っていきたい」と話されていました。

栄西地区 【福祉のまち推進センター】

サンタさんがやってきた！「子どもたちのクリスマス会」開催

令和5年12月17日（日）、青少年育成委員会共催で、栄西地区の小学生を対象とした「子どもたちのクリスマス会」を開催し、たくさんの子どもたちが集まりました。

午前の部ではビー玉をスプーンで運ぶスプーンリレーや、大白熱の椅子取りゲームなど、ゲーム大会で汗を流しました。お昼ご飯は地域の方々の手作りカレーをもりもりと食べ、午後は児童会館のステージ発表など、盛りだくさんの内容でした。

最後にはみんなでクラッカーを打ちあげ、終始大盛り上がりでクリスマス会は幕を閉じ、子どもたちの思い出にのこる楽しい一日となりました。

向山地区社会福祉協議会会長は、「福まちも一緒になり子どもたちと関わることで、多世代交流の架け橋になることを願っている」と思いを語りました。

札苗地区 【福祉のまち推進センター】

見守り活動の再構築プラン ～見守り活動研修会を実施～

札苗（札苗・中沼・東雁来）地区においても、高齢化が進むことに伴い、援助を必要とする方が安心して暮らせる地域づくりがますます必要とされています。しかしながら、新型コロナウイルスによる活動自粛や社会の変化などにより援助を必要とする方に必要な援助を届けることが難しい場合があります。

そこで、札苗地区福まちでは、見守り活動の再構築プランとして、地区内の連合町内会や単位町内会を対象に見守り活動に関する研修会を実施いたしました。

開催希望のあった連合町内会と単位町内会で計３回の研修会を行い、町内会関係者や福まち事務局長と運営委員、東区社協に加え、地区で活動する関係機関職員が集まりました。

研修会では、東区社協職員から見守り活動におけるポイントを説明後、参加者による意見交換を行いました。地域で抱えている課題などについて話し合う機会を持てたことで、今後の見守り活動活性化への足掛かりとなることが期待されます。

札苗地区福まちでは、今後も見守り活動の再構築プランに取り組んでまいります。

東　区 【福祉のまち推進センター】

2024（令和6）年 福まちカレンダーを作成しました！

東区社協（東区福祉のまち推進センター）では、例年福まちの活動を広く市民にPRすることを目的として、福まちカレンダーを作成しています。

2024（令和6年）のカレンダー作成にあたり、各地区には研修会やイベントなど、福まち活動の様子を収めた写真の提供をしていただきました。

過去2年（2022・2023年）は、新型コロナウイルスの影響を受け、写真の掲載は行いませんでしたが、今回は写真が復活したことで、地域の魅力が伝わってくる素敵なカレンダーが完成しました。

各地区福まちの拠点やまちづくりセンター、会館など、東区内の様々な場所にカレンダーを掲示しておりますので、見かけた方はぜひ福まち活動の様子をご覧いただき、お楽しみください。

東区社協（東区福祉のまち推進センター）では、今後も様々な取り組みで福まち活動の魅力をPRしていきます。

東区のふれあい・いきいきサロンまとめ!!

ふれあい・いきいきサロンとは?

市民による市民のための「居場所」「交流の場」として、顔なじみの輪を広げ、そこに住む人々がつながりを持てるような地域を目指す活動です。気軽に・自由に・楽しくをモットーに東区では様々なサロンが活動をしています。気になるサロンがありましたら、気軽に東区社会福祉協議会までお問い合わせお待ちしております!!

※新型コロナウイルスの影響により、活動内容の変更や活動を休止しているサロンもあります。

栄西地区

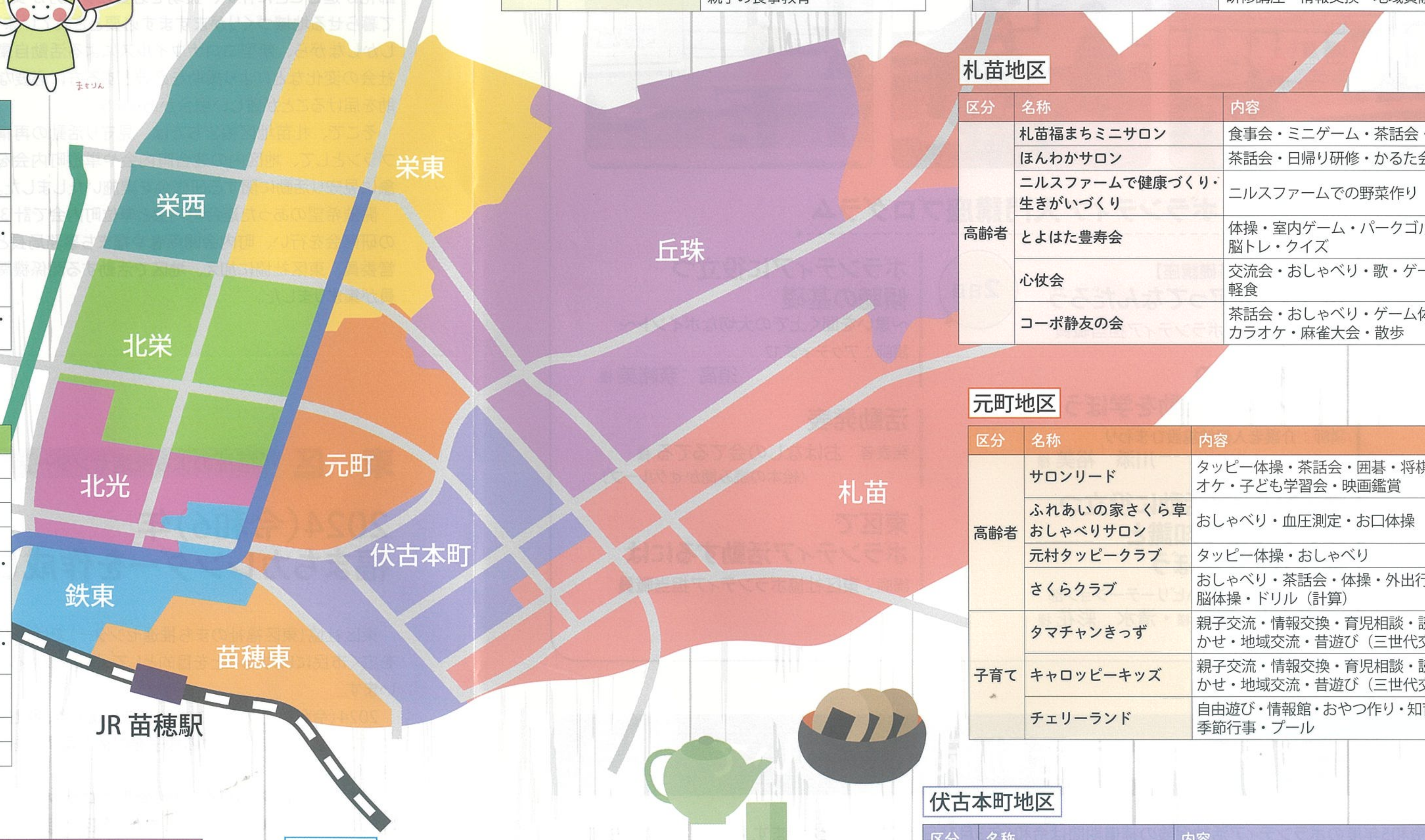
区分	名称	内容
高齢者	サロン	茶話会・折紙・カラオケ・ゲーム等
	サロンすみれ会	おしゃべり・茶話会・ミニゲーム・頭の体操・クリスマス・食事会
	つながり交流会	健康相談・食事会・手先を使った小物づくり
	サクラ会	歌・体操・ゲーム・勉強会・食事会・おしゃべり・相談・歩こう会・町内ゴミ拾い
子育て	タンポポキッズ	自由遊び・親子体操・手遊び・昔遊び・ペープサート・三世代交流・季節行事・育児講座
	子育てサロン「ぬくもり」	自由遊び・情報交流・季節行事・読み聞かせ・体操

北栄地区

区分	名称	内容
高齢者	すみれ会	懇談・ストレッチ・ゲーム・歌唱・軽食付き
	さくら	健康に関する情報交換・食事会
	元気サロン・タッピー	おしゃべり・タッピー体操・折紙など
	「おしゃべり」カフェ	タッピー体操・カーリンコン・講話・脳トレ
	昭和の若者の集いサロン「よつば」	タッピー体操・おしゃべり・オセロ・トランプ・花札・マージャン・おしるこ・流しそうめん・手芸　フラワーアレンジメント・カラオケ・もちつき
	サロンはまなす会	おしゃべり・茶話会・輪投げ・カラオケ・麻雀・敬老の日を祝う会・忘年会・日帰り旅行
	サロン東光	おしゃべり・手芸・ゲーム・麻雀・タッピー体操
	わくわくサロン	おしゃべり・脳トレ・簡単体操・ゲーム等
子育て	ひろばピース	子育て中の親子が集い、交流の場の提供

北光地区

区分	名称	内容
高齢者	ユートピア6分区	おしゃべりや楽しい歌の時間
	さつき	茶話会・頭の体操など
	ふれあい・いきいきサロン「ほっこう」	ふれあい交流・茶話会・季節行事・ものづくり・ゲーム
	ふれあい・いきいきサロン「ぽぷらの家」	茶話会・生活に役立つ研修会・手作り小物・食事会
	にじ	茶話会・ものづくり・ゲーム・食事会・その他
	手さぐりの会	絵てがみ・陶芸・茶話会・情報交換
子育て	北光なかよし広場	ひな祭り・クリスマス会・節分等



栄東地区

区分	名称	内容
高齢者	おしゃべりサロン	雑巾づくり・茶話会・おしゃべり
	サロンもみじ+α	手芸・茶話会・体操・脳トレ・健康講話
	栄町いきいきサロン	茶話会・ミニゲーム・食事会・外出行事・出前講座
子育て	ひのまるちびっ子らんど	地域に住む親子の集いの場
	グリーンピース	子育て中の親子の集いの場・親子の食事教育

鉄東地区

区分	名称	内容
高齢者	ふれ愛喫茶鉄東	おしゃべり・手工芸
	カフェサロン「瑞」	地域の方同士のつながりを深め運動、昼食、高齢者に必要と思われる情報の講習会を開催
	寿禄サロン	趣味（カラオケ・囲碁などを通した交流）・体づくり講座・茶話会
子育て	ひだまり	自由遊び・体操・育児相談・地域交流・季節行事

丘珠地区

区分	名称	内容
高齢者	お元気シニアの会	おしゃべり・茶話会・レクリエーション
	丘珠みなみふれあいサロン	茶話会・居酒屋
	ふれあい・きっさ	高齢の団地入居者による親睦と交流
	さわやか健康クラブ	タッピー体操・リズム体操
	自由の集い	カラオケ歌唱会・おしゃべり・麻雀・水彩画・習字・絵手紙・手芸
子育て	子どもの広場	おしゃべり・遊び相手・子育てサロン
	なかよし広場	自由遊び・遊び相手・季節行事・研修講座・情報交換・地域貢献

札苗地区

区分	名称	内容
高齢者	札苗福まちミニサロン	食事会・ミニゲーム・茶話会・懇親
	ほんわかサロン	茶話会・日帰り研修・かるた会
	ニルスファームで健康づくり・生きがいづくり	ニルスファームでの野菜作り
	とよはた豊寿会	体操・室内ゲーム・パークゴルフ・脳トレ・クイズ
	心伎会	交流会・おしゃべり・歌・ゲーム・軽食
	コーポ静友の会	茶話会・おしゃべり・ゲーム体操・カラオケ・麻雀大会・散歩

元町地区

区分	名称	内容
高齢者	サロンリード	タッピー体操・茶話会・囲碁・将棋・カラオケ・子ども学習会・映画鑑賞
	ふれあいの家さくら草おしゃべりサロン	おしゃべり・血圧測定・お口体操
	元村タッピークラブ	タッピー体操・おしゃべり
	さくらクラブ	おしゃべり・茶話会・体操・外出行事・脳体操・ドリル（計算）
子育て	タマチャンきっず	親子交流・情報交換・育児相談・読み聞かせ・地域交流・昔遊び（三世代交流）
	キャロッピーキッズ	親子交流・情報交換・育児相談・読み聞かせ・地域交流・昔遊び（三世代交流）
	チェリーランド	自由遊び・情報館・おやつ作り・知育遊び・季節行事・プール

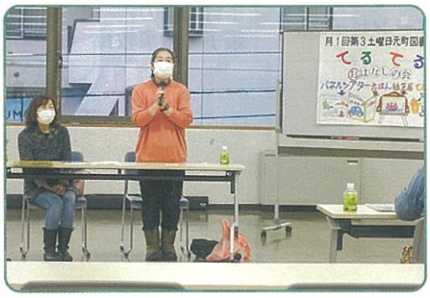
伏古本町地区

区分	名称	内容
高齢者	おしゃべりサロン茶話会	おしゃべり
	ふらっとステーション伏古	囲碁・シニアカフェ・手芸・健康麻雀等
	共栄東町内会ふれあい・いきいきサロン	脳体操や呼吸器運動を促すレクリエーション
	茶屋笑顔	おしゃべり・茶話会・歌・楽器演奏会・手芸
	華想会	近況報告・趣味活動・お食事会
	ふしこふれあい喫茶	喫茶・健康づくり・食事会・クリスマス・町内会行事

東区ボランティア入門講座を開催

令和5年11月27日（月）・28日（火）の2日間にわたって、令和5年度東区ボランティア入門講座を開催しました。全プログラム終了後には、参加者から「自分のできることから始めてみようと思った。」「すでにボランティア活動をしていたが、こんなに活動の幅があることを知った。新しい活動にもチャレンジしてみたい。」と前向きな言葉が出るなど、とても実りのある2日間となりました。

東区社協では、今後もボランティア活動に取り組むための第一歩となるような企画を開催してまいります。



ボランティア入門講座プログラム

1日目

【ボランティア基礎講座】
ボランティアってなんだろう
講師：東区社協ボランティア担当職員

**福祉施設での
ボランティア活動を学ぼう**
講師：介護老人保健施設ひまわり
川添　裕美 様

**ボランティア活動に役立つ
車いすの基本知識と
操作方法を学ぼう**
講師：東苗穂病院リハビリーテーション部
佐々木　咲花 様・清水　彩花 様

2日目

**ボランティアに役立つ
傾聴の基礎**
～思いを聞く上での大切なポイント～
講師：アクティブ 17
須高　奈緒美 様

活動発表
発表者：おはなしの会てるてる 様
（絵本の読み聞かせグループ）

**東区で
ボランティア活動するには**
講師：東区社協ボランティア担当職員

ボランティア活動保険について

令和5年度のボランティア活動保険の補償期間は令和6年3月31日（日）で終了となります。**4月1日（月）以降も加入を希望される場合は手続きが必要です。**

ボランティア活動保険はおひとり様一口加入を原則としています。介護サポータとして登録をされている方は、札幌市社会福祉協議会にて手続きを行いますので個人での手続きは不要です。そのほか、所属団体が一括して手続きを行う場合もありますので、団体に所属されている方は、所属先にお確かめのうえ手続きをお取りください。

新年度の保険受付は、令和6年3月15日（金）より開始いたします。ご加入手続きの際は、お釣りのないよう保険料をお持ちくださいますようにご協力をお願いします。

北栄中学校で「ふくしの出張講座」を開催しました

令和5年11月14日（火）、北栄中学校からご依頼いただき、「ふくしの出張講座」を開催しました。

前半は全体学習として、ボランティア担当職員から講話を行い、生徒たちは福祉や社会福祉協議会、ボランティア活動などについて学習しました。

後半には、高齢者疑似体験・手話体験・点字体験・アイマスク体験を行いました。体験セットを用いて階段の上り下りや視野が狭い状態で新聞を読んでみるなど、生徒たちが自分の身をもって、高齢者や障がいを持つ人の動作を体験しました。

今回の出張講座は、東区第1地域包括支援センター、東区介護予防センター北栄の職員にご協力いただくなど、関係機関の連携により開催しました。受講した生徒たちにとっては、福祉をより身近に感じ、学びを深めるきっかけとなったはずです。

東区社会福祉協議会では、ふくしの出張講座の他にも車いす・高齢者体験セットなど、活動機材の貸出を行っています。学校の総合学習や福祉教育を行う際には、ぜひご活用ください。

あたたかいご寄付
ありがとうございました

令和5年10月以降の
受付分を紹介いたします。

瑞玄寺サマーフェスティバル実行委員会　様

公益社団法人札幌北法人会　様

- 瑞玄寺サマーフェスティバル実行委員会　様………105,106円
- 札幌東更生保護女性会北栄分区会　様……………10,000円
- 公益社団法人札幌北法人会　様
  ……………………………………プロジェクター・スクリーン
- 札幌市東区母子寡婦福祉連合会　様………………10,000円
- 匿名　様……………………………………………………20,000円
- 宮森　繁光　様…………………………………………21,227円

皆様からいただいた善意は、地域の福祉活動（地域の見守り活動や孤立をしない地域づくり）に活用させていただいております。皆様からのお申し込みをお待ちしております。

令和6年能登半島地震災害義援金の募集について

中央共同募金会では、令和6年1月1日（月）に発生した能登半島を震源とする地震により被災された方々を支援することを目的に、義援金の募集をしております。

なお、中央共同募金会により集約される義援金は、全額、被災状況に応じて按分の上、各被災県に送金されますので、県を指定しての寄附はお取り扱いできませんのでご了承ください。

ご協力の程、よろしくお願いいたします。

募集義援金名	令和６年能登半島地震災害義援金
募集期間	令和６年１月５日（金）～令和６年６月28日（金） ※募集期間は変更となることがあります
義援金 受け入れ口座	(1) 金融機関：三井住友銀行 支店名：東京公務部支店 口座番号：普通預金　0162530 口座名義：（福）中央共同募金会 (2) 金融機関：りそな銀行 支店名：東京公務部支店 口座番号：普通預金　0126815 口座名義：（福）中央共同募金会

※この義援金は、税制優遇措置の適用対象となります。詳しくはお問い合わせください。

○東区共同募金委員会へ義援金をご持参いただいた場合は、北海道共同募金会を通じて送金させていただきます。

東区共同募金委員会（東区民センター内）にも募金箱を設置しております。