

町内連絡回覧

梶北第3町内会

☎706-1451

●「町内ゴミステーション」の利用について！

町内のゴミステーションは、町内会の管理のもとに設置しております。町内会に加入していない集合住宅の方や、まれに会社の方も利用しておりますが、ゴミステーション利用者には曜日による分別や、利用時間、ゴミネットの掛け方などのルールを守り、カラスなどに荒らされた場合やゴミステーションが汚れていた時には、清掃をお願いしております。ただ「投げれば良い」「自分の家の前に無ければ良い」という気持ちでは困ります。掃除をしている方はいつも同じ方のように思っています。利用されている方の心くばりをお願いします。

●「複十字シール募金」に協力してください！

結核予防の活動のための「複十字シール募金」をお願いしております。結核は昔の病気と思われておりますが、無くなっておらず若い医師もあらためて学んでおります。

結核撲滅に向かったの募金に協力してください。（一口200円です）

※協力いただける方は、お金を小封筒（使用済み）に入れ、大きい封筒に入れて、次のお宅に回覧してください。班長さんは募金がありましたなら、会計さんに届けてください。後日、募金くださった方に複十字シール入り封筒をお届けします。

●「敬老のお祝い品」を届けています！

町内会加入者で70才以上の方に、ささやかですがお祝いの品をお届けしております。受け取っていない方は町内会役員まで連絡してください。

●「町内会レクリエーション」のお誘い！

9月27日（日）午前9時に町内を出発して、千歳の水族館やサーモンパークを見学、日高の鶴川温泉に行きます。帰りは5時頃です。まだ募集しています。大人1,500円・子ども700円です。23日（木）必着です。

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

宗教行事（ハッジ「巡礼月」犠牲祭の礼拝）についてのお知らせ

宗教法人 北海道イスラミックソサエティ
札幌市北区北14条西3丁目1-10

近隣の皆様へ

いつも当宗教法人の活動にご理解頂き、感謝申し上げます。

本年、イスラームの宗教行事の一つであるハッジ「巡礼月」犠牲祭が、9月24日(木)から始まることが、予定されております。従いまして、9月24日(木)早朝に、「犠牲祭を祝う礼拝」を行う宗教行事がございます。

場所 : 北13条いこい公園
(雨天の場合は、札幌マスコム内にて執り行います)
時間 : 自 9月24日7時00分
至 同上 9時00分
参加人数 : 100名～150名程度

当日は、ご迷惑をおかけしないように実施したいと思いますので、ご理解の程よろしくお願い致します。

北海道イスラミックソサエティ
代表役員 サレ・アグス



平成27年度複十字シール運動募金のお願い



複十字シール運動募金は結核や肺ガン、そのほか胸の病気をなくすための世界共通の活動で、100年の歴史をもつ由緒ある運動です。

北区の皆様方のご協力をいただきながら、長年続けております『複十字シール運動募金』は平成26年度も多大な実績を残す事ができました。誠にありがとうございました。今年も、結核・肺ガン撲滅のための事業資金造成のために、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

複十字シール運動募金の益金はさまざまなカタチで生かされています。

皆様からいただいたシール募金の益金は、結核予防団体の活動費、結核予防の普及啓発に使用させていただいております。また、皆様の善意の心は世界へと羽ばたき、アジア・アフリカを始めとする発展途上国の子供たちを結核の蔓延から守るためのBCGワクチンとなって多くの幼い命を救っているのです。「世界の人々が健康であれ」と願うやさしい思いやりの心の気持ちをこの複十字シールに込めていただき、どうか今年も一人でも多くの方々にご協力いただけますよう、よろしくお願いいたします。

平成26年度の募金		平成26年度の募金	
北海道における募金の使途		全国における募金の使途	
募金総額	6,285,670円	募金総額	242,300,163円
益金（諸経費を除く）	3,903,816円	益金（諸費用を除く）	166,957,445円
①結核予防会本部へ （普及啓発・国際協力・調査研究）	3,142,835円	①東南アジア・アフリカの結核対策に	
②結核予防団体の活動費に	576,952円	②結核予防の広報や教育資材の作成に	
③結核予防の広報や教育資材に	450,613円	③全国の結核予防団体の活動に	
		④結核の調査研究に	

当町内会も、この運動に協力しています。

運動の主催 公益財団法人結核予防会
後援 厚生労働省・文部科学省・全国結核予防婦人団体連絡協議会
※ 結核予防会は秋篠宮妃殿下を総裁とする公益法人です。



この運動の趣旨にご賛同の方には『一口あたり200円』の募金をお願いし、複十字シール・封筒の組み合わせを差し上げております。

回覧



平成27年度複十字シール運動募金

複十字シール運動募金は結核や肺ガン、そのほか胸の病気をなくすための世界共通の活動で、100年の歴史をもつ由緒ある運動です。

複十字シール運動って何だろう？

複十字シール運動は、複十字シールを媒体とした募金活動です。目的は、結核・肺がん・COPD（慢性閉塞性肺疾患）などの呼吸器疾患をなくし、健康で明るい社会を作ることです。

なぜ複十字シールなのか？

シールではなくもっと他の実用的なもので募金をお願いしたらどうか、という意見もあります。しかし、このシールの意味は、できるだけ多くの人に利用していただき、結核及び他の病気に気をつけ、健康的な生活を願うメッセンジャーとしての役割を持っています。つまり、商品ではないということです。商品は販売するためのものですから、これを媒体に募金活動をするということは、商売をすることになってしまいます。こうした理由から、社会奉仕活動としての募金に使用するものとして、非実用性、象徴性から見て世界中でシールが使われています。

シール募金運動の益金はどう使われているのか？

皆様からいただいたシール募金の益金は、結核予防団体の活動費、結核予防の普及啓発に使用させていただいております。また、皆様の善意の心は世界へと羽ばたき、アジア・アフリカを始めとする発展途上国の子供たちを結核の蔓延から守るためのBCGワクチンとなって多くの幼い命を救っているのです。「世界の人々が健康であれ」と願うやさしい思いやりの心の気持ちをこの複十字シールに込めていただき、どうか今年も一人でも多くの方々にご協力いただけますよう、よろしくお願いいたします。



運動の主催 公益財団法人結核予防会
後援 厚生労働省・文部科学省・全国結核予防婦人団体連絡協議会

※ 結核予防会は秋篠宮妃殿下を総裁とする公益法人です。

『 知って 向き合う 認知症 』

～どんな病気、どう係わる～



厚生労働省は、現在の「認知症」の方はおよそ460万人で、そのうち自宅介護の人は、150万人（3分の1）、10年後には1.5倍の700万人に達すると推定しています。

「認知症」は、誰にとっても人ごとではありません。貴方にとっても大切な人が、全く別人の様に変わっていき、気の休まらない介護が何時までも続く。周りの人は私の苦勞をわかってくれないという不満も出ます。介護の辛さや疲労、悩み等が色々とたまるでしょう。

今後、平均寿命が延びることで、「認知症」は減るところか、「認知症」になる人はますます増えると推測されます。「認知症」を正しく知って備えることが大切です。

もし、あなたの家族が、「認知症」を患ったら、あなたはどうしますか。
わからないことが多いと不安です。しかし、その中味を知ることによって、
出来ることがきっと見つかります。

さて、**どんな病気**・・・端的に、老化と共に脳の細胞が侵され、生活に支障が現れる病気の様です。「認知症」の人は、したことを忘れてしまったり、今迄出来ていたことが出来なくなったりするので、戸惑いや焦り、不安な気持ちが増幅されます。怒りっぽくなったり、徘徊したり、これまでには考えられない行動が現れたら要注意です。気になる兆候の場合は、医療機関「もの忘れ外来」での診断をお勧めします。日常の健康管理、早期治療によって、病気の進行を遅らせ、回復も可能とされています。

つぎに、**どう係わる**・・・ポイント① 介護をする人は「認知症」の人の言動を否定しないことが第一の要件と言われます。「認知症」の人は、認知機能の障害により、日頃から不安や戸惑い、焦りの感情などで敏感になっています。刺激すると興奮するようです。怒ったり、戒めたりは最も駄目だと言われています。

ポイント② 介護をする人は悩みや辛さを抱え込まないことが第二の要件の様です。

特に自宅介護の場合は、どのように、どこまでするか限界が分からないままに介護破綻に陥ってしまうことが最も危険です。SOSを発信し、公的介護サービスを利用しましょう。

子どもの居場所

～白楊小学校ミニ児童会館訪問記～

お母さんが働いている家庭の多くは、保育園に子どもさんを預けてお仕事に出ていると思われます。

ところが子どもさんの小学校入学と同時に、保育園は卒園となります。やっと学校へ行き出した1年生や低学年の子どもを放課後、自宅に一人で置くことは、とても心配です。4年生ぐらいまでは、放課後のお世話をする人がいると助かります。

6月のある日、地域の白楊小学校にある「ミニ児童会館」を訪問してみました。

当日は館長さんを含め3人の指導員のもと、60人ぐらい児童の利用者があったようです。遊びコーナー、図書コーナーの2教室、体育館が空いている時はボール遊びもできるようで、何人かは指導員の方とそちらに行っていました。

登録している児童数は89名とかなり多く、全員参加したら身動きができないくらいです。臨時にその日だけの参加も認められ、当日は12名の臨時参加者がいました。お部屋の雰囲気は和やかで、児童の皆さんは指導員の方々に信頼し安心して過ごしていると感じました。

保育の時間は、放課後から午後6時が原則ですが、事情がある場合は特別に午後7時まで時間延長もできるよう配慮されています。

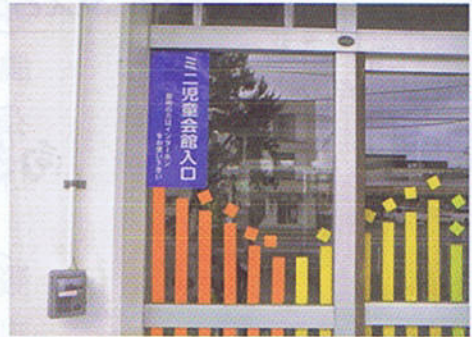
小学校のミニ児童会館はまだ数が足りなく、指導員も不足とのこと。家庭待機の児童もいるかもしれません。児童に淋しい思いだけはさせたくないものです。



札幌市では、このようなミニ児童会館を今年度は8館増やして、94館にしたようです。学校に空き教室が有るか無いかにもよりますが、子どもたちが安心して過ごせる場を用意することは、子どもたちの健全育成にもなり、事故防止にもなります。

札幌市には児童会館が104館あり、放課後の子どもの受け皿として活躍しています。

市内には父母たちが自主的につくっている民間の学童保育園もあります。民間の学童保育園の支援を含めて、漏れの無い、安全で安心な子育て環境や社会を是非つくっていききたいものです。



みんなで楽しく

～幌北地区パークゴルフ事情～



「幌北連合町内会」では平成23年からパークゴルフのつどいを1年に3回開催しています。

地域も高齢化が進み、時間に余裕のできた住民の健康維持も兼ね、気軽に誰でもできるスポーツということでパークゴルフを選びました。

時には札幌を離れ厚田方面にも出かけています。風力発電のタワーをバックに石狩湾を眺めながらのプレーを楽しんでいます。

他に地域では、「幌北イレブンPG同好会」があります。平成16年に、幌北第11町内会で設立されましたが、参加自由ということで、幌北地区、北地区等からの参加者があり、会員は60名程度になっています。

例会、大会で年10回程度の集まりがありますが、毎回参加者は40名程度で和気あいあいの中で初心者丁寧に指導する体制も組まれています。



多くは、休日に会が持たれていますので、お仕事持っている方々から、80歳代の高齢者まで会員は多様です。

高齢者の健康づくり、高齢者と若者の交流の機会にもなりますし、パークゴルフを機会に町内会の役員を引き受けた方もいます。

他にも、「町内会の行事」に、パークゴルフを取り入れているところもあります。

高齢者がいつまでも元気で、しかも住み慣れた地域で過ごすためには、多くの住民とのつながりが大切です。

パークゴルフは誰でも気軽にできるスポーツです。綺麗な空気の中、それぞれのグループで談笑しながら1ゲーム36ホールを一回りすると、いつの間にか6～7000歩ぐらい歩いています。

みなさん、気軽に参加してみませんか！



3年生との楽しい花植え交流会

—赤十字奉仕団幌北分団—

赤十字奉仕団幌北分団は、以前は「こぼと会」と称しておりましたが、昭和31年に日本赤十字社の地域組織として設立され、高齢者や小学生との交流、子育て支援、北大構内での献血呼びかけ、地域や公園の清掃などを行っています。



幌北小学校での「ます花壇づくり」は、地域の美化運動の一環として昭和54年から開始され、昭和61年には小さな親切運動として表彰もされました。



その後、平成3年からは子どもたちへの指導を兼ねて、作業を協働で行うようになり、今では連合町内会が主催するます花壇コンテストで何度も入賞する地域のお手本となっています。

また、平成8年から子どもたちが主催する「ありがとうの会」ができ、学校で昔あそびを楽しみながら器楽演奏や歌でおもてなしを受け、子ども

たちからたくさんの元気をもらいます。

子どもたちの一生懸命さが十分に伝わり感謝の気持ちで胸がいっぱいになります。

これからも、街を飾る花をきれいに咲かせていただきたいものです。

最後に、毎年このような会を開催してくれる児童のみなさんに心から感謝申し上げます。

ありがとうございました。



身近な地域で、健康作りと仲間作り！！

すこやか倶楽部

10・11月のご案内

発行

介護予防センター-新道南

☎707-4129

担当：生出(おいで)

札幌北会館すこやか倶楽部 北17条西5丁目 10:00~11:30

10月2日(金)

平成27年度「体力測定会」

5～6種目の体力測定を行います。無理のない範囲でご参加いただき、体力の目安にしてくださいね。昨年測定されたかたは、維持が出来ていれば充分、初めてのかたは、ご自分の体力のご参考に。運動に適した服装で、ぜひご参加ください♪



11月6日(金)

「ラダーステップ

～転ばない体づくり～

ラダー(縄ばしご)を床に置き、ステップを覚えながらまたぎ越していく運動。ステップを覚えて脳シャッキリ、ステップを踏んで体イキイキ、足元へ注意を払うことで集中力アップの効果も♪動きやすい服装でどうぞ!



札幌西会館すこやか倶楽部 北10条西4丁目 10:00~12:00

10月15日(木)

平成27年度「体力測定会」

5～6種目の体力測定を行います。無理のない範囲でご参加いただき、体力の目安にしてくださいね。昨年測定されたかたは、維持が出来ていれば充分、初めてのかたは、ご自分の体力のご参考に。運動に適した服装で、ぜひご参加ください♪



11月19日(木)

「ラダーステップ

～転ばない体づくり～

ラダー(縄ばしご)を床に置き、ステップを覚えながらまたぎ越していく運動。ステップを覚えて脳シャッキリ、ステップを踏んで体イキイキ、足元へ注意を払うことで集中力アップの効果も♪動きやすい服装でどうぞ!



この事業は、「介護予防事業」として、札幌市から委託を受けて行なっています。

新規参加お待ちしております!会場設営などお手伝い頂ける男性参加者も大募集中!!

【すこやか倶楽部】とは . . .

65歳以上の方を
対象とした、



札幌市の介護予防事業です。

いつまでも、住み慣れた地域で心も体も
元気で暮らすための教室です。

通いやすい、地域の会館などを会場とし、
基本的に月1回開催をしております。

ぜひ、お誘い合わせで気軽にご参加を！

ご参加について

対象者：概ね65歳以上のかたであれば、どなたでも
参加できます。

費用：基本的に無料ですが、内容により、材料費が
かかる場合がございます（数百円程度）。

参加方法：直接会場へどうぞ！初めてのかたは、会場で職員
にその旨をお伝えください。

※申込が必要な月もあります。その際は、このちら
しに明記しますので、お電話にてお申込下さい。

開催場所・日程・内容・持ち物等は、このちらしのおもて面でご確
認ください。皆様に身近な地域の会場をのせておりますので、
その他の会場や、詳細については、お気軽にお問合わせください！

お問合わせ先：介護予防センター新道南 担当：生出典子^{おいで}

☎707-4129

2015年10月1日 国勢調査を実施します！

国勢調査は5年に1度実施されている、国の最も重要な統計調査です。

☆調査のスケジュール☆

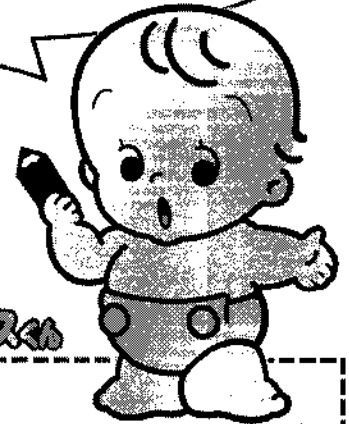
調査員が各世帯を訪問し、以下のスケジュールで調査を行います。

9月10日～12日	調査員が訪問し、インターネット回答関係の調査書類を配布
9月10日～20日	インターネット回答期間
※9月20日までにインターネットで回答された世帯は、これで調査終了です。	
9月26日～30日	インターネットで回答されなかった世帯へ、調査員が紙の調査票を配布
10月1日～7日	紙の調査票を調査員へ提出、または郵送で提出

スマホやパソコンから
インターネットで回答が
できるようになりました！



素敵な賞品が当たるクイズを行います。
9月10日～12日に調査書類と一緒に案内を
配布しますので、ぜひご応募ください！



- 今回の国勢調査は、人口減少社会における人口と世帯の実態を知るための重要な調査です。
- 札幌市でも、今後、人口が減少に転じることが予想されていることから、将来のまちづくりの基礎資料として、正しい結果を得ることが大切です。
- すべての世帯が対象ですので、ご協力をお願いします！

お問い合わせ

○調査について

お住まいの区の国勢調査実施本部（区役所地域振興課）

中央区	011-205-3222	豊平区	011-822-2440
北区	011-757-2525	清田区	011-889-2024
東区	011-741-2429	南区	011-582-4723
白石区	011-826-6550	西区	011-641-6926
厚別区	011-895-2442	手稲区	011-681-2445

○調査、クイズについて

札幌市市長政策室政策企画部企画課
011-211-2267



さっぽろ市
02-A02-15-986
27-2-662

SAPPORO

今年もやります！ 2015 ノースエイム・地域貢献事業

石澤佳子さんによる うたごえサロン



青春タイムマシン「うたごえ便よりみち」がやってくる！
あの歌この歌 思い思いに口ずさめば、
思い出話に花が咲き、笑顔は溢れてシワ増える。。
いいじゃない。あずかしい話は抜きにして、
忘れてきた青春を、声高らかに謳歌しよう！！

なつかしい歌に声を合わせて、心身ともにリラックスしてみませんか。
健康づくりのため、地域のつながりの回復のため、毎日地域を巡る「歌の伝道師」石澤佳子さんのアコーディオンに合わせて、うたで楽しいひとときをすごしましょう！

日時： 9月27日(日) 午前10時から(1時間程度)

会場： ノースエイム(北18条西5丁目)

参加費： 無料

主催： 庁立・北高会(「会館ノースエイム」管理運営団体)

後援： 幌北連合町内会 ・ 幌北まちづくりセンター