

# 町内連絡

令和2年10月号  
回覧

幌北第3町内会  
☎011-706-1451

- 幌北第3町内会の道路植樹柵の清掃についてのお願い  
と、●「北13条いこい公園」清掃日のお知らせ!  
11/7(土)9:30~幌北第3町内会の道路植樹柵の清掃をします。北13条いこい公園の合同清掃を終えてから始めます。11月の公園合同清掃は、11/7、11/21 いずれも(土)9:00~を予定しています。可能な方はお手伝いをお願いします。多くの方のご協力をお願い致します。  
特記：北13条いこい公園には町内の「**防災資機材**」が北西角に収蔵してあります。有事に使用できるように確認ください。
- 「町内資源リサイクル回収日」は11月13日(金)です!  
[奇数月、第2金曜日]朝9時までには玄関前か、歩道前に出してください。段ボール類はゴミステーションには出せませんので、資源回収をご利用ください。新聞、雑誌、牛乳パック、段ボールは束ねて出すようお願い致します。又、今年の年末資源回収は1/8に変更しますのでご諒解ください。
- 「赤い羽根共同募金」のお願い!  
「赤い羽根共同募金」への協力をお願いします。募金の趣旨を平易に言いますと「共同募金は地域の福祉のために利用される募金」です。上記の趣旨に賛同し募金をしてくださる方は、小川が自宅まで頂きに伺いますので(090-2699-2823)まで連絡をお願いします。  
※小川は勤務しているため電話に出ることが出来ない場合があります。留守番電話に要件、住所、お名前を入れて頂ければ折り返します。



●赤十字社「社資」募集のお願い！

赤十字社「社資」募集への協力をお願いします。集まった社資がどのような活動に使われるのかを回覧に添付します。回覧の内容に賛同し協力してくださる方は、小川が自宅まで頂きに伺いますので「赤い羽根共同募金」同様に連絡をお願いします。

◇幌北第3町内会は現在、町内の再開発などにより、以前からお住いの方たちが引越しされ、町内会運営がとても難しくなってきました。町内会の行事をはじめ、活動にぜひ参加協力をお願いいたします。

！！幌北第3町内会 Web サイト！！

<http://chiri.let.hokudai.ac.jp/~you/horokita3/>

回覧板など町内の最新情報や防災に関する  
ことなどが見ることが出来ます。

スマートフォンなどからご利用ください。



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



# 紙類・びん類・金属類・布類は集団資源回収へ

回収日・・・ 11月13日(金) 朝9時から  
回収場所・玄関先道路に8時30分迄お出し下さい。  
回収業者・・・(株)紙商五代(電話 0133-64-5050)

## 紙類

### 新聞



折込等のチラシや  
コピー用紙も一緒に  
出してください。

### 雑誌



一般書籍・教科書・  
カタログ・パンフレッ  
ト類も一緒に出してく  
ださい。

### ダンボール



送り状やテープ、金具は  
取り除き、5~10枚を  
単位として、必ずたんで  
出してください。

### 紙パック



水ですすぎ、開いて乾  
かしてください。  
(注ぎ口がついてい  
る場合は切り取る)

※ それぞれ種類ごとにひもで縛るか、ビニール袋(紙袋)に入れてお出し下さい。  
※ 上記紙類は、ごみ減量・資源化のため「燃やせるごみ」には出さず、集団資源回収へ!

## びん類

一升びん(茶)  
国産ビールびん



### ※ 対象外のもの

ワイン、ウイスキー、地ビール、  
食料品、化粧品、飲み薬、曇り  
ガラス製のもの。

## 金属類

ビール ジュースの  
アルミ缶



コロナウイルス感染予防のために  
一度、水ですすぎ、かわかしてから  
透明な袋に入れてお出し下さ  
い。飲み残しが無いように、  
ご協力を宜しくお願い致します。

## 布類

タオル、古着、カバン、  
シャツ、セーターなど



透明なビニール袋に入れ  
て出してください。

### \*対象外のもの

布団、マットレス、靴、  
濡れているもの、破れ  
ているもの、臭いのす  
るもの。

# 幌北第3町内会



# さっぽろで集まった赤い羽根募金は、 さっぽろのまちを良くするために使われています。

## 赤い羽根共同募金って？

誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、地域福祉の課題解決に取り組む民間団体を応援する、募金です。地域ごとに課題解決に必要な使いみちの額を事前に定めてから、寄附を募る「計画募金」です。



## 募金はどのくらい集まるの？

札幌市の令和元年度の募金総額は、**90,786,927円**でした。  
(前年度と比較すると、2,192,909円の減となっています)  
1世帯あたり87円の募金をいただきました。

## 集まった募金の使いみちは？

札幌市で集まった**約70%**は、札幌市内の様々な福祉活動に使われています。残りの約30%は、北海道内の広域な課題を解決するために使われています。  
また、災害発生時には、被災者への義援金募集や被災地でのボランティア活動への助成などにも使われています。



**札幌市限定!**  
募金付きピンバッジ  
1個 500円  
1,200個限定

ゴールドを基調とした、2020年限定デザイン。バッジ1個につき、約300円が共同募金に寄附されます。ご協力いただける場合は、札幌市共同募金委員会までお問合せください。



今年も10月1日から赤い羽根共同募金運動がはじまります。

# 赤い羽根共同募金



札幌市共同募金委員会 (〒060-0042 中央区大通西19丁目1-1札幌市社会福祉総合センター3階)

TEL 011-614-3532 / FAX 011-614-1109 / WEB <http://www.sapporo-shakyo.or.jp/donation/fund-raise/>

## 札幌市北区共同募金委員会

問い合わせ 札幌市北区北24条西6丁目 北区役所内  
TEL(011)757-2482 FAX(011)737-7270



令和元年度、北区内では、総額8,592,829円の  
あたたかい善意が集まりました！ ありがとうございます！！



内訳

- 戸別募金 (ご家庭にお願いした募金) ..... 6,693,384円
- 法人募金 (企業等にお願いした募金) ..... 1,282,487円
- 街頭募金 (街頭でお願いした募金) ..... 616,958円



この金額のうち、5,554,600円が、つぎのような内訳で、  
今年度(令和2年度)の北区内の福祉のために投立てられます。  
なお、ご協力いただいた募金は、全道・全市的な団体にも助成されています。

**1** 福祉団体の支援のために 計927,000円

- ①北区老人クラブ連合会  
「研修活動事業」「保健体育活動事業」「文化活動事業」 697,000円
- ②北区おもちゃ図書館  
「障がい児・健常児子育て支援事業」.....140,000円
- ③自殺予防団体-SPbyMD-  
「テキスト製作事業」..... 90,000円

**2** 障がいのある子の支援のために

- ①北海道クリスチャンセンター福祉会  
家庭福祉相談室  
「地域障がい児者支援事業」「障がい児通所支援事業」  
「乳幼児発達支援事業」..... 400,000円

**3** 各地区の住民が参加する福祉活動のために 計890,000円

- ①鉄西地区社会福祉協議会  
「ひとり暮らし高齢者配食サービス事業」 80,000円
- ②幌北地区社会福祉協議会  
「第30回ふれあい交流会」..... 85,000円
- ③北地区社会福祉協議会  
「福祉のまちづくり活動支援事業」..... 80,000円
- ④新川地区社会福祉協議会  
「ふれあいプレゼント事業」..... 85,000円
- ⑤新琴似地区社会福祉協議会  
「一人暮らし高齢者ふれあい交流会」..... 80,000円
- ⑥新琴似西地区社会福祉協議会  
「高齢者お祝い品贈呈事業」..... 80,000円
- ⑦屯田社会福祉協議会  
「ふれあい福祉週間事業」..... 80,000円
- ⑧麻生社会福祉協議会  
「親子交流促進事業」..... 80,000円
- ⑨太平百合が原地区社会福祉協議会  
「敬老演芸の集い」..... 80,000円
- ⑩拓北・あいの里地区社会福祉協議会  
「広報誌発行事業」..... 80,000円
- ⑪篠路茨戸地区社会福祉協議会  
「しのろばらと福祉のつどい」..... 80,000円

**4** 児童の福祉のために 計200,000円

- ①札幌市立白楊小学校  
「社会福祉協力校事業」..... 100,000円
- ②市立札幌豊明高等支援学校  
「社会福祉協力校事業」..... 100,000円

**5** 住民行事の促進のために  
「住民行事用テント設置事業」

- ①篠路茨戸連合町内会(篠路茨戸地区)  
.....116,600円(1張り分)

**6** 北区全体の地域福祉のために 計2,218,000円

- ①北区社会福祉協議会  
「地区社会福祉協議会活動の活性化・支援事業」 859,000円  
「地区社会福祉協議会活動助成事業」 1,359,000円

**7** 北区内の共同募金活動のために

- ①北区共同募金委員会 ..... 803,000円



「あさひキラキラタイム」は共同募金の助成を受け、親子交流促進事業を実施しています。



拓北・あいの里地区の「あいの里祭り」では、地域の方と北海道医療大学の学生さんが一緒に募金活動をしました。



2020 SAPPORO KITA

寄付金付き  
ピンバッジのご紹介  
(1個500円)  
北区限定



健康の赤十字はみなさまの寄付で支えられています。

わたしにも、  
できることがある。



日本赤十字社はみなさまの寄付に支えられています。

今年度も赤十字の  
活動資金にご協力をお願いいたします。

令和 **2** 年度



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

北海道支部



# あなたが支える赤十字の活動

## 令和2年度 活動資金の使い道

予算額：3億8,672万4,000円

### 1 災害救護活動

災害発生時に、いち早く医療救護活動を行うために救護班を派遣するとともに、避難所への救援物資の配布、被災された方々のところのケアを行います。あわせて義援金を受け付け、行政の配分委員会を通じて被災された方々へ全額お送りしています。災害に備え、日頃から研修・訓練を行い、さらに救援物資の備蓄、救護資器材の整備を行っています。



#### 〈北海道胆振東部地震災害における日本赤十字社の活動実績〉



救護班  
**43班** (延べ300人)  
※日本DMATの活動(10回)含まず

現地災対本部要員  
**延べ38人**

こころのケア班  
**29班** (延べ90人)

活動した  
赤十字ボランティア  
**702人**

毛布配布数  
**1,440枚**

緊急セット配布数  
**510セット**

安眠セット配布数  
**1,924セット**

弾性ストッキング  
配布数  
**200セット**

### 2 国際活動

紛争や自然災害、病気などで苦しむ世界中の人びとを救うため、192の国と地域に広がるネットワークを生かした活動を続けています。



### 3 救急法などの普及

AED（自動体外式除細動器）の使い方や高齢者支援に役立つ介護技術、子どもの事故防止と応急手当など、各種講習を行っています。



### 4 赤十字ボランティア

赤十字の活動は、世界中の約1,100万人以上、日本では約122万人のボランティアによって支えられています。



### 5 青少年赤十字

「健康・安全」「奉仕」「国際理解・親善」を目標として子どもたちが自分で「気づき、考え、実行する」力を育てています。

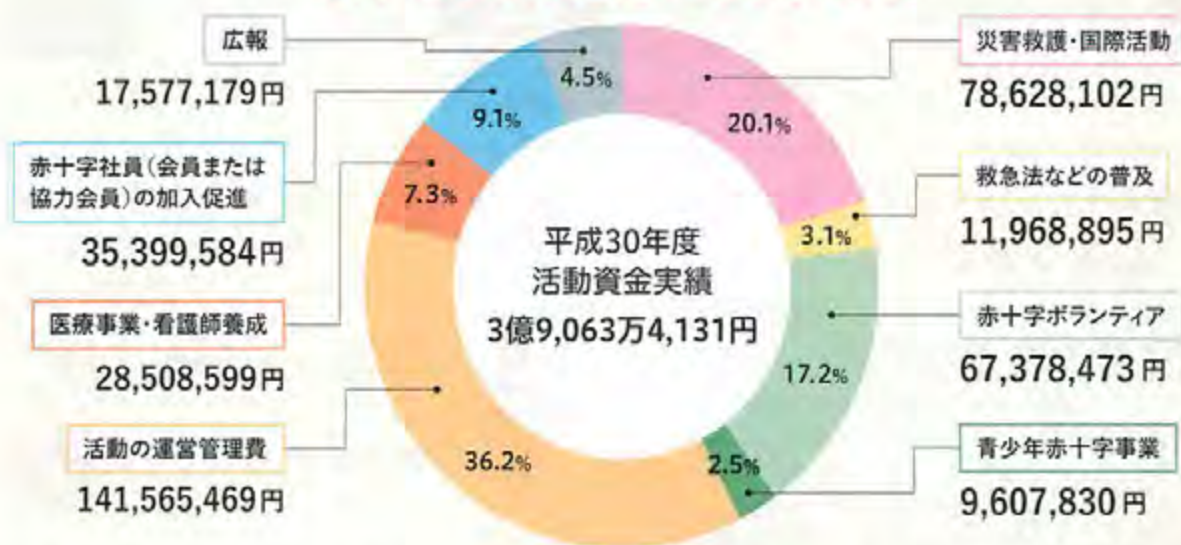




皆さまが日本赤十字社北海道支部へお寄せくださるご支援が、国内外で苦しんでいる人びとへのサポートを可能にし、ボランティアの育成や未来を担う青少年の学びの機会などを創っています。



## みなさまからいただいた活動資金は以下のとおり活用いたしました。



令和元年度の活用内訳は、令和2年6月頃に確定次第、広報誌等を通じて報告いたします。

### 〈活動の運営管理とは…〉

赤十字はボランティアが中心となって活動していますが、事業が円滑に進むよう専任の職員がボランティアとの調整や救護物資・資材の調達、訓練や講習会などを始めとする事業の企画・立案・調整・報告などを行っています。運営管理費には、これら職員の人件費を始め、社屋の維持管理費・諸税などが含まれています。

## みなさまの寄付でできること

### ¥2,000 安眠セット (1人分)

たとえば 2,000円のご寄付で…

被災者の方に避難所で少しでも快適にお過ごしいただくために、キャンピングマット、枕、アイマスクなどをセットにした「安眠セット」1人分を届けられます。



### ¥5,000 小児用シロップ薬 (250人分)

たとえば 5,000円のご寄付で…

日本では簡単に完治するような風邪の症状で、多くの子どもがいのちを落としている国や地域に「小児用シロップ薬」250人分を届けて尊い命を救えます。



### ¥10,000 緊急セット (3世帯12人分)

たとえば 10,000円のご寄付で…

災害発生直後からの避難所生活時に必要となるものが一式収納された「緊急セット」3セット(3世帯12人分)を届けられます。



### ¥20,000 防災教材 (32冊)

たとえば 20,000円のご寄付で…

未来を担う子どもたちに、主体的に防災について学べ、知識と行動力を身につけることができる防災教材「まるいいのちひろめるぼうさい」32冊を届けられます。





町内会・自治会を通じて、寄付をお願いしています。  
 この他に以下の方法で寄付を受け付けています。

1. お近くの窓口で※



※北海道支部または市区役所、町村役場などの赤十字窓口

3. インターネットで



口座振替やクレジットカードでの月々の継続寄付などをお選びいただくことが可能です。

2. お振込みで



北洋銀行、北海道銀行、郵便局の窓口でお振込みできます。専用の振込用紙がございます。



詳しくはホームページでご案内しています。



遺言や亡くなられた方の意思を尊重して

尊いご意思に応えるために、遺贈（遺言によるご寄付）、相続財産等のご寄付を承っております。

遺贈による寄付	遺言により、相続人以外の財産の受取人として、日本赤十字社を指定できます。
相続財産の寄付	相続税の申告期限内にご寄付いただいた財産は非課税となる優遇措置があります。
香典返しの寄付	香典返しをする代わりに、「個人の遺志を社会のために活かしたい」というご遺族が増えています。

税制上の優遇措置

日本赤十字社へのご寄付は確定申告することで個人の所得税や、企業の法人税の控除を受けられます。



所得控除の計算式

$$A. \text{年間所得額} - B. (\text{寄付金額} - 2,000 \text{円}) = C. \text{所得税課税対象額}$$

※ただし、Bは、Aの40%が上限となります。

「活動資金」と「義援金」の違い

活動資金



災害救護活動など日本赤十字社の人道的活動



災害時は医療支援、こころのケア、毛布などの救援物資の配布などを、平時は救急法の講習普及、ボランティアや青少年赤十字の育成などに役立てられます。

義援金



各被災都道府県ごとに設置。義援金配分委員会を通じて全額被災者のみなさまへ現金で渡されます。



令和2年度

幌北地区福祉のまち推進センター運営委員会主催

# 子育てひろば



子育て中の皆さんと地域のいろいろな世代の方が自由に集い、楽しく遊び交流する場です。ぜひ遊びにきてください！お待ちしております。



♪ 日程～第2金曜日

午前10時30分～12時

令和2年

4月10日(金)

5月

8月からは平常通り実施しております。  
お母さんはマスクをしておいでください。

10月 9日(金)

11月13日(金)★

12月11日(金)

令和3年

1月22日(第4金曜日)

2月12日(金)★

3月12日(金)

★印は、保健師がきます

♪ 場所～幌北児童会館

(北17条西6丁目)

西5丁目  
樽川通り

エルム  
トンネル

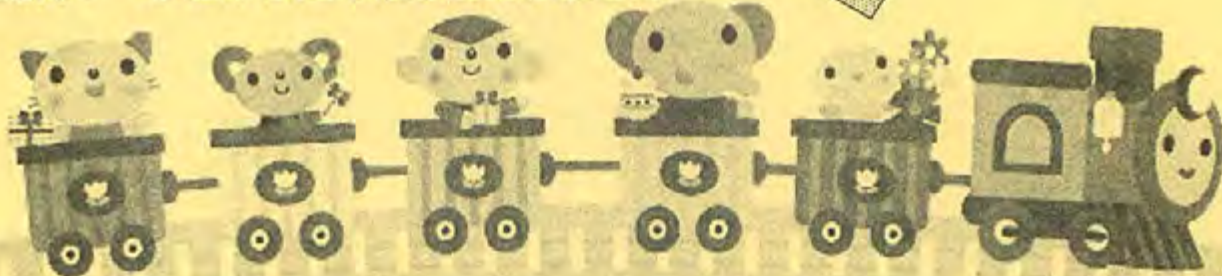
幌北児童会館

地下鉄  
北18条

北海道大学

ベテランママさん・新米ママさん、これからお母さんになる方、どなたでも参加できます♪  
みんなで遊びにきてくださいね！

\*参加無料\* 事前申し込みは必要ありません



主催) 幌北地区福祉のまち推進センター運営委員会

協力) 幌北児童会館、北区健康・子ども課

問い合わせ) 北区健康・子ども課 子育て支援担当係 ☎757-2566



★住み慣れた地域で元気に暮らすための教室です★

# すこやか倶楽部



“すこやかホーム”と“北会館”は、事前申し込みが必要です！

## 10月・11月のお知らせ

会場	鉄西会館 北10西4-1-12 2階集会室	幌北会館 北17西5-1-7 1階集会室	すこやか ホーム 北23西7	北会館 北29西7-3-15 2階集会室	北24条会館 北24西3-3-20 1階集会室	南新川会館 北25西13-1-18 1階集会室	新陽会館 北26西15-4-8 1階大ホールに貸更
曜日	第3木曜日	第1金曜日	第4金曜日	第4木曜日	第4月曜日	奇数月+6月 +12月第1火	第2金曜日
時間	10:00~	10:00~	①13:00~ ②14:30~	①10:00~ ②13:30~	13:30~	13:00~	10:00~
10月	15日	2日	要申込! 23日	要申込! 22日	26日	休	9日
11月	19日	6日	要申込! 27日	要申込! 26日	30日	10日 (予定)	13日

新型コロナウイルス等の社会情勢により  
急に中止になったり内容が変更になる  
場合があります。

月替わりの多彩なプログラムです♪住み慣れた地域でお仲間と楽しみながら介護予防！

発行：札幌市北区介護予防センター新道南

札幌市北区北24条西5丁目札幌サンプラザ5階

☎ 707-4129 (8:45~17:15土日祝休み)

FAX 700-5037

お気軽にお問い合わせください♪ 担当：大河原、池田、千葉

裏面にご参加に  
あたってのお願い等を  
載せてあります。

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介護予防センターが行っています。



# すこやか倶楽部ご参加の皆様へ ご参加にあたってのお願い

①当日、家で体調確認をしてから  
ご参加下さい。



体温測定



血圧測定

## ～参加出来ない方～

- ・体温測定の結果、37.5℃以上の方。
- ・咳、息苦しさ、倦怠感等の風邪の症状がある方。
- ・同居家族に上記の症状のある方。



②マスクを着用し、手洗い用ハンカチ、お飲み物、筆記用具のご持参をお願いします。



マスク



飲み物

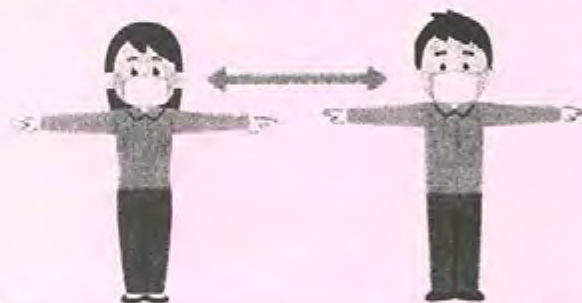


ハンカチ



筆記用具

会場でも周囲の方との適度な  
距離(1～2m以上)を保ちましょう。



③ご帰宅後、手洗い・うがいを行ない、栄養と睡眠をしっかりとして下さい。



手洗い



うがい



栄養バランスの  
採れた食事



睡眠

感染拡大予防に  
ご協力ください!!







# 第 43 号

令和 2 年 9 月 15 日

発行 幌北地区社会福祉協議会  
 編集 福祉のまち推進センター  
 後援 幌北連合町内会  
 幌北会館内 726-6345

～健康と予防 お互いさまの気持ちを大切に～

## ウイズ コロナ時代のつながりを考える

～気にかけてあい 信頼で関わり合う～



昨今は「**新型コロナウイルス**」に対応する「**ウイズコロナ福祉**」が喫緊の課題と思います。コロナ感染は、クラスターを発生させ急速な拡大を続けたり、ピークを超えての落ち着きを見せたり、まったく「予測が着かない、コントロールの難しい我儘な厄介者」です。そして今も尚、収束の目途がついていません。

ウイルスで人々の健康が侵されました。社会や経済活動は、窮地に陥っています。**健康面**は行動の自粛と心的な恐怖、ストレス、生活不安。**社会面**はイベントの制約・削減、中止。**経済面**は不況、倒産（全国 440 件 8 / 17 現在）、失業、国内総生産（27.8%減）〈道新 8 / 18〉等々、戦後最悪の大打撃となり、また医療、教育、福祉活動等も問題が顕在化しています。

ウイルス被害を「**コロナ禍**（か）」（災い）と表し、今も、続いています。（現 8 / 19 現在）

全国世論調査会の結果（道新 2020 年 8 月 9 日）報道紹介です。

【設問】新型コロナウイルス対応で 健康と経済のどちらを優先すべきか。

健康	33%	経済	2%
どちらかと言えば健康	51%	どちらかと言えば経済	12%
無回答	3%	*「経済より <b>健康優先</b> 」が 84%	

コロナ禍で深刻なのは、孤立したまま**不安を抱える人**、虐待や誹謗中傷等に**怯える人**、また**生活苦になった人等々**、多数です。ひところ「自助」「互助」に対応し「自己責任」の言葉が流行りましたが、人との関わりを避け自己本位や損得では、なにも解決は望めません。

『福祉のまちづくり』の理念は、一貫して地域共生「安心して暮らせる地域づくり」です。基本は、相互扶助と連帯を根幹に「ふれあい・つながり」の強化や「お互いさま・見守り」推進を目指しています。大変な今だからこそ、「ウイズコロナ」時代の「新しい福祉の活動様式」を考え、共に乗り越え「幌北ロマン・愛着」を育みたいものと思います。

『人と人の**つながり**、まわりの人との**協力**』を培うため交流・研鑽に努めたいものです。



# 挨拶と笑顔あふれる住みよい街

～幌北第10町内会～

幌北地区の北西部、北21条の西5丁目から西8丁目までが「第10町内会」です。

町内には、約80軒の戸建て住宅と、大小約80棟のアパート・マンション・事業所からなる住宅街です。

令和2年4月現在、約500世帯の町内に、65才以上高齢者は221名このうち75才以上は109名の後期高齢者となっています。

私たちの町内会では、『あいさつと笑顔あふれる住みよいまち』を目指して高齢者の集う「すこやかサロン」を毎月1回、居宅介護センター「支心」で行っています。ここでは、簡単な体操、クイズ、合唱などの後は、おしゃべりを楽しんでおります。時には北大に散歩もしています。

春の行事は、「定期総会」に始まり、「春の大掃除と花植え」で住み良い環境作りを行います。



ふれあいサロン



北大散歩



焼肉パーティー

夏には、公園を利用した青空の下で「焼肉パーティー」を企画して、子供から老人まで集い、楽しい一日を過ごします。

秋になると、「高齢者祝い品」を75才以上の方にお配りして、元気な笑顔をうかがっています。また、「秋の大掃除」で歩道の雑草狩りをしています。

年末には、「餅つき会」を行って、大人と子供の交流をしています。また、高齢者の健康配慮から、「安心カード・キット」の更新・配布も継続して行っています。



餅つき会

「新年会」から新しい年を迎え、町内会も『あいさつ』から活動を始めますが、今年（令和2年）は、新型コロナウイルスの影響で、多くの行事が中止となり、集う場所と方法を考える必要があります。







# 支え合える地域をめざして

～幌北連合町内会女性部～

女性部はすこやかで支え合える地域づくりを目的に活動をしています。

札幌市や北区連女性部連絡協議会との連携はもとより、北区健康をまもるつどい、幌北社会福祉協議会、幌北交通安全母の会、連町青少年部にも協力するなど、体制強化に努めています。

春にはがん検診の啓発活動、母の会の街頭啓発、又福まちでは子育てサロンを年2回担当。夏祭りでビール園を女性部の副部長さんが交代で担当し、売り上げにも協力しています。



子育てひろば

秋のつどい・切り込み

豚汁作り

街頭募金

2017年 夕張訪問



2019 勇払郡厚真町訪問

平成30年度女性部研修会  
「幌北 健康のつどい」



令和2年  
幌北新年交礼会・永年役員表彰式

連町主催「子供と地域のつどい」では、恒例のカレー味豚汁を200食以上毎回作っています。体育館で輪になって食べている様子や、お代わりをする方々の笑顔に元気を頂き頑張っています。

女性部独自の事業としては、複十字シール募金活動、研修旅行や研修会など、必要に応じて開催しています。女性部はこれからも毎月の例会で絆を深め、元気で健康寿命を延ばしながら、活動を続けていけたらと思います。

今年は春から新型コロナウイルス感染症が世界中に広がり、各種行事や例会などは開催する事ができず、殆どが中止となっています。目に見えないウイルスが私達の周りに存在している事で、絶え間のない恐怖と不安の日々ですが、早期終息を心待ちにし、穏やかに暮らせる日常が早く戻ります様に願いながら、今後の活動の様子を見守りたいです。



# 高齢者の方々が、住み慣れた地域で、 くらし続けるために応援してください。

札幌市および社会福祉協議会では、毎年12月から「福祉除雪事業」を行っています。

この福祉除雪事業は、高齢の方や障がいのある方など、積雪により冬季間の生活に不自由されている世帯に対して、地域の協力員さんが助け合い活動の一環として除雪作業を行う仕組みです。

除雪作業に加えて利用世帯の安否確認も兼ねており、地域住民がお互いに助け合う優しい街づくりの一つとして、雪国ならではの温かな取り組みです。

今年も12月からの「福祉除雪事業」の実施に向けて、新たに除雪活動に協力していただける「地域協力員」を募集します。

# 福祉除雪事業協力員募集中

## 活動内容

- ①除雪範囲 間口(道路への出入り口部分)を概ね1.5m、敷地内(玄関先までの通路部分)を歩行に支障のない80cm程度の除雪をしていただきます。
- ②除雪日時 札幌市の道路除雪が行われた日の12時ころまでに実施していただきます。
- ③除雪期間 令和2年年12月1日(火)~令和3年3月25日(木)

## 募集内容

年齢・性別を問いません。一つの世帯をご家族、お仲間など複数の方で除雪いただくことも可能です。

## 申込方法

ご協力いただける方は、北区社会福祉協議会に登録していただきます。

※ 登録・お申し込みなどの詳細は  
北区社会福祉協議会へ

電話 757-2482



幌北地区福祉のまち推進センター



# ほらほら

# 幌北

幌北まちづくりセンターだより

## NO.51

令和2年(2020年)9月発行  
幌北まちづくりセンター  
北区北17条西5丁目1-7  
TEL: 726-6345  
FAX: 726-2765



北区まちづくりキャラクター  
「ほっぴい」もマスク着用!

<http://www.city.sapporo.jp/kitaku/machi/center/horokita/index.html>

★幌北まちセン HP の QR コード⇒  
ぜひ、アクセスしてみてください!



皆さん、こんにちは。幌北まちづくりセンター所長の山越です。昨年4月に着任して、今年で2年目となります。これからも皆様の地域活動をサポートし、地域や札幌市の情報提供をしていきたいと思います。宜しくお願いします。

ところでこのたびの新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、社会全体に大きな影響があり、身近な日常生活でも様々な変化がありました。幌北地区でもコロナ対策のため、沢山の方が参加する行事、イベントなどが中止になりましたが、まちづくりセンターのホームページで配信したこれまでの地域のニュースをとりまとめてお知らせします。

### 幌北小学校入学式



4月6日(月曜日)午前11時から幌北小学校(北区北19条西2丁目)において入学式が行われ、新一年生57名の児童は、永田校長先生から初めての学校生活についてのお話などを真剣に聞いていました。今年の入学式は、新型コロナウイルス感染対策のため、参加者も児童、保護者と教職員のみ限定し、座る椅子と椅子の間隔をあけて、式典の時間も短く、会場の換気、消毒などを行って開催されました。この新型コロナウイルスが一日も早く収束し、児童たちが明るく元気いっぱい学んで、遊べる環境に戻れることを願っています。

### 赤十字奉仕団幌北分団花植え

5月18日(月曜日)、札幌市赤十字奉仕団幌北分団(五十嵐秀子分団長)の皆さんが幌北小学校の道路脇のます花壇の土を起こして、4種の花苗(ペゴニア、マリーゴールド、ペチュニア、サルビア)を植えました。毎年、幌北小学校3年生の児童と一緒に植えている恒例の行事ですが、今年は新型コロナウイルス感染症に係る一斉臨時休校のため、児童は参加できず、分団の皆さんがマスクを着用し、「3密」にならないよう気を付けながら、行われました。





## 「幌北ぽぷら会」と「幌北不老会」へ共同募金運動功績者感謝状



「幌北ぽぷら会(新枝百合子会長、会員 37 名)」と「幌北不老会(松村重則会長、会員 50 名)」は、毎年 10 月の赤い羽根共同募金の街頭募金運動を長年、続けられています。このたび、この活動の功績に敬意を表し、社会福祉法人北海道共同募金会から感謝状と記念品が贈呈されました。これからも

会員の皆さんが、明るく元気に募金活動を続けていただくことを期待しています。



## 交通安全母の会活動再開

「幌北交通安全母の会(三浦美紀子会長)」は、昭和 51 年に札幌で最初に設立された交通安全母の会です。今年も、新型コロナウイルスの関係で小学校が臨時休校になり、交通安全活動も自粛していましたが、7 月 15 日(水曜日)午後 2 時から幌北小学校付近の交差点で母の会会員と幌北小学校 PTA 役員の方 11 名が参加して、活動自粛後、初めて下校中の児童たちの見守り活動をマスク着用するなど対策をして実施しました。



## 幌北地区交通事故死「ゼロ」5000 日達成 北区長表彰



7 月 30 日(木曜日)午前 11 時 00 分から、北区役所で幌北地区交通事故死「ゼロ」5000 日の達成に伴う表彰式が行われました。表彰式には、幌北地区連合町内会(小田島会長)、交通安全実践会(田中代表幹事)、交通安全協会(松村支部長)、交通安全母の会(三浦会長)、青色防犯パトロールすずらん隊(阿部総括長)の各代表が出席し、見上北区長から小田島会長に表彰状が授与されました。これからも 6000 日、7000 日と長く続くことを願っています。

## 地下鉄北 18 条駅自転車駐輪場完成



8 月 1 日(土曜日)地下鉄北 18 条駅 2 番出入口(南西側)付近に新たな自転車駐輪場(北区北 17 条西 4 丁目)が完成し、供用を開始しました。自転車の駐輪台数は 124 台。この駐輪場の完成により地下鉄北 18 条駅 1 番出入口(北東側)付近の駐輪スペースが 8 月 20 日に撤去され、歩行者や地下鉄利用者が通行しやすくなります。ぜひ新しくできた駐輪場をご利用ください。



### 北二十条交番連絡協議会開催

9月1日(火曜日)、札幌方面北警察署の北二十条交番連絡協議会が幌北会館で開催されました。地域住民の委員4名、北警察署からは地域課長と北二十条交番勤務警察官2名とまちづくりセンター所長が参加しました。警察から幌北地区での最近の犯罪状況、交通事故の発生状況をはじめ、特殊詐欺などの説明の後、地域住民と広く意見交換や情報交換が熱心に行われました。



### 「都心アクセス道路」に関する住民説明会開催



9月8日(火)、北区の住民を対象に北区民センターにおいて「国道5号創成川通の都市計画に関する説明会」が開催されました。札幌市では、高速道路と札幌都心部のアクセスを強化するため、国道5号創成川通において「都心アクセス道路」の計画を進めています。昨年度は、国の第3者委員会の審議を経て、地下トンネルを基本とする構造が選定されました。今年度、都市計画の変更手続きをするために住民説明会が開催されました。当日は2回、説明会が行われ合計68名の方が参加されました。

9月8日(火)、北区の住民を対象に北区民センターにおいて「国道5号創成川通の都市計画に関する説明会」が開催されました。札幌市では、高速道路と札幌都心部のアクセスを強化するため、国道5号創成川通において「都心アクセス道路」の計画を進めています。昨年度は、国の第3者委員会の審議を経て、地下トンネルを基本とする構造が選定されました。今年度、都市計画の変更手続きをするために住民説明会が開催されました。当日は2回、説明会が行われ合計68名の方が参加されました。



### 幌北地区が札幌市共同募金会会長表彰

9月14日(月曜日)午後2時から、札幌市社会福祉総合センターにおいて、令和2年度札幌市共同募金委員会会長表彰式が行われ、幌北地区が優秀地区優秀の部で表彰されました。

共同募金は地域の様々な福祉活動や災害時にも役立てられています。今年も10月1日から赤い羽根共同募金運動が始まります。是非、ご協力をお願いいたします。



### 敬老の日・敬老週間「ふれあい訪問」



幌北地区社会福祉協議会と幌北連合町内会では、敬老の日・敬老週間に合わせて毎年9月に幌北地区の75歳以上の方をお招きし、長寿と健康をお祝いする「幌北ふれあい交流会」を毎年、開催していますが、今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮し交流会の開催を中止しました。しかし、このコロナ禍の中でも、人と人とのふれあいの気持ちを大切にしたいとの思いから、地域で「ふれあい訪問」をすることとしました。各町内会や民生委員などの方々が、見守りの必要な75歳以上の方のお宅や高齢者施設を訪問し、お便りと「赤い羽根共同募金」のマークの入った特製の黄色いタオルを届けました。



## 疫病退散！手作り「アマビエ」を幌北まちセン・幌北会館に飾りました

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、「アマビエ」が注目されています。「アマビエ」は日本に古くから伝わる海にすむ妖怪で、その姿を描いて人に見せると、疫病が治まるといわれています。厚生労働省も「アマビエ」をモチーフに啓発ポスターを作成したり、また札幌市博物館活動センターでは、一刻も早い新型コロナウイルス感染症の収束を願って、アマビエとサッポロカイギュウのぬりえや作品を募集して大きなアマビエにするそうです。

幌北まちづくりセンター・幌北会館の受付窓口にも、手作りの「アマビエ」を飾りました。近くにお越しの際は、是非、お立ち寄りください。



＜京都大学附属図書館所蔵＞



＜まちづくりセンター受付窓口の手作り「アマビエ」＞



＜厚生労働省啓発ポスター＞

## 幌北まちづくりセンターからの お知らせ

ご存知でしたか？～まちセンで証明書らくらく受け取り



まちづくりセンターでは、住民票や戸籍謄本・抄本など  
札幌市の証明書を受け取ることができます

取り扱い証明書	手数料	ご注意
住民票	350円	証明書は、申込日の翌まちセン開所日にご用意できます。 (祝日などがなければ、金曜日申し込みの場合は、次の月曜日にお渡しできます。)
印鑑登録証明書	350円	
戸籍関係の証明(戸籍謄本・抄本など)	450円	

※問い合わせ先 幌北まちづくりセンター  
〒001-0017 北区北17条西5丁目1-7  
電話 726-6345 / FAX 726-2765





# 札幌市 北区 社協だより



No. 90

【発行】  
2020年9月



この「北区社協だより」は、赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています

地域みなさんに  
見守られながら元気に登校!  
白楊小学校



交通安全指導員と民生委員のみなさん

北地区民生委員・児童委員の皆さんが、「子どもたちのために何かお手伝いできることはないか」と白楊小学校に相談したところ、分散登校でいつもと違う時間での登下校のため、子どもたちの見守りをお願いしたいとの声をいただき、子どもたちの登下校を見守る活動を実施しました。民生委員・児童委員の皆さんや交通安全指導員の方のあたたかいご協力により、みんな元気に登校できました。

白楊小学校は、令和元年度より社会福祉協力校として福祉教育にも積極的に取り組んでいます。たくさんの「つながり」と「やさしいきもち」で地域の一員として大きく成長していくのが楽しみです。

毎月3日は見守り訪問の日







# コロナに負けない 支え合い・ 福まち活動



新型コロナウイルスの感染予防には、マスクの着用や「3密」（密閉・密集・密接）の回避など、「新しい生活様式」を意識した生活が求められます。このような状況の中、福まちとして、感染予防や活動者の健康管理に留意しながらも、地域のつながりを絶やさない取り組みを進めていくことが大切です。

札幌市社会福祉協議会・北区社会福祉協議会では、コロナ禍における福まち活動のポイントを「新・福まちスタイル」として提案しています。「**ふくま**ち」の4文字を大切にしながら「お互いに支え合うやさしいまちづくり」を進めていきましょう。

**ふ** れあいの気持ちを絶やさず

**く** ふうした活動

**ま** を大切に

**ち** ゃんと予防しながら つながろう

※3密を避けた「空間づくり」、定期的な換気・給水の「時間づくり」、一緒に活動できる「仲間づくり」の3つの間（ま）を大切に



## 「新・福まちスタイル」活動の5つのポイント

- ① 見守り・訪問活動は、まず外からの「そっと見守り」や、インターホン越しの声かけなどを中心に。
- ② 何気ない日常の中での機会を大切に、気かけあいましょう。（買い物、散歩、ごみ出し、庭仕事など）
- ③ 電話や手紙、絵はがきなどを活用した見守り
- ④ 3密を回避しながら、福まちの拠点（事務所）を積極的に活用しましょう。
- ⑤ 交流会やイベントなど集いの機会は、開催を慎重に判断し、3密の回避など感染対策を十分に行いましょう。

まずは自分や家族の暮らしを第一に、健康管理や感染防止に十分留意しながら、無理しないで活動することを原則にしましょう。

そのうえで、これまで活動を通してつながってきた人や、同じ地域に住む人へ、今できること、そして今後に向けて必要なことを、無理のないタイミングで、できることから考えていきましょう。



新型コロナウイルス感染の不安に駆られ外出を極端に控えることで、運動不足や孤立につながり、フレイル（虚弱）が進んでしまう恐れもあります。  
感染予防をしながら、フレイルを予防するためのポイントを教えていただきました！

## 先の見えない自粛生活 フレイルの進行を予防するために

（一般社団法人日本老年医学会 2020年3月より）

### ○動かない時間を減らしましょう。自宅でも出来るちょっとした運動で体を守ろう！

- ・座っている時間を減らしましょう！
- ・筋肉を維持しましょう！関節も固くならないよう気をつけて
- ・日の当たるところで散歩くらいの運動を心掛けましょう！

### ○しっかり食べて栄養をつけ、バランスの良い食事を！

- ・こんな時こそ、しっかりとバランス良く食べましょう！

### ○お口を清潔に保ちましょう

- ・しっかり噛んで、できれば毎日おしゃべりを
- ・毎食後、寝る前に歯を磨きましょう！
- ・お口周りの筋肉を保ちましょう。おしゃべりも大切です。

### ○家族や友人との支え合いが大切です！

- ・孤独を防ぐ！近くにいる者同士や電話などを利用した交流を
- ・買い物や生活の支援、困ったときの支え合いを



北区第1 地域包括  
支援センター  
看護師  
松原 麻美さん



☆高齢の両親をお持ちのご家族の方もぜひ促してあげましょう！

## 家でも体を動かしましょう！

### 立ち座り筋トレ ♪立つ、座るを5回くり返す！

※立ち座りが  
楽になる！



介護予防センター  
新道南  
相談員  
池田 伸子さん

#### 立ち上がり

☆大腿四頭筋（太もも前側）を意識！

- 1、2、3で前にゆっくりかがみます。4でおしりを浮かせます。
- 5、6、7、8でゆっくり立ち上がります。

#### 座り込み

☆大臀筋（おしり）、ハムストリングス（裏もも）を意識！

- 7カウントで腰をゆっくりおろしていきます。8で椅子におしりを下ろします。

ラジオ体操やテレビ体操、人混みを避けてのウォーキングもおすすすめです！





# 見て・聞いて、 分かる認知症

Vol.5

このコーナーでは、北区内で認知症の理解促進を実施している様々な取り組みをご紹介します。

第5回目は、認知症や健康に関する相談窓口を設けて、市民の方々の健康増進活動を支援している「イオン札幌麻生店」の取り組みです。

健康増進の支援のほか、お客様にちょっとした異変があったときに、認知症かな?と思われる症状へ対応するため、従業員の方々が「認知症サポーター養成講座」を受講。市民の皆様が安心して暮らしていくためのかわりを通して、積極的に地域貢献活動に取り組んでいます。



血圧チェック、乳がんチェック、脳年齢チェック、血圧年齢&ストレスチェック、相談コーナーなど盛りだくさん!

## 健康チェック&相談コーナー in イオン麻生

毎年2回、イオン札幌麻生店内のフロアを会場に実施しています。

実施にあたっては、北区第2地域包括支援センターが中心となり、北区役所や北保健センターの専門職や介護予防センターの職員がスタッフとして参加。専門的なアドバイスを受けることができます。

これまで4回実施していますが、毎回50名を超える参加があり、買い物ついでに気軽に健康チェックを受けていただき、日頃の健康管理に役立てていただきました。

## 認知症サポーター養成講座 in イオン麻生

令和2年1月15日、北区第2地域包括支援センターの専門職から、認知症の症状や特徴、認知症の方への接し方などについて学びました。

受講した従業員からは、「実際にお客様で認知症らしい方に対応することがあり、学んだことが役に立ちました。」との声も聞かれました。



「オレンジリング」は認知症サポーターの証



写真左から北区第2地域包括支援センター金野職員(社会福祉士)、川崎職員(社会福祉士)、イオン札幌麻生店の道島隊長、濱野店長、赤井澤マネージャー、粟井課長

イオン札幌麻生店は、「地域に住む高齢者の方々のお役に立ちたい。」との想いを、福祉の専門機関と共有。北区第2地域包括支援センターが、地域貢献活動を力強くバックアップしています。

高齢社会における「認知症の理解促進と支え合い」は、これからも変わらず取り組んでいくテーマとなっています。



# 令和元年度事業報告・決算報告

## 令和元年度事業

### ●地区地域見守りネットワーク推進会議の開催

札幌市では、民間事業者と見守りに関する協定を締結することで、民間事業者の事業活動を通じて、異変のある、または、何らかの支援を必要とする市民を早期に発見し、必要な支援を行えるよう通報体制を整えています。

北区においてもこれまで区単位での情報交換の場を設けておりましたが、令和元年度は地区単位で開催することができました。身近なところで、福まち活動者や民生委員、町内会役員、民間事業者（新聞販売店や配食業者）がそれぞれの活動を知り、つながりを持つ場として情報交換を実施しました。

令和元年度収支決算

(単位：円)

【収入の部】		【支出の部】	
科目	決算額	科目	決算額
会費収入	1,074,896	事業費支出	4,507,979
寄附金収入	523,500	事務費支出	2,732,836
経常経費補助金収入	10,226,580	助成金支出	29,730,560
助成金収入	19,891,826	基金積立資産支出	5,000,000
事業収入	2,400	支出決算額合計	41,971,375
負担金収入	5,183,750		
受取利息配当金収入	105,599		
その他の収入（雑収入）	17,530		
投資有価証券売却収入	5,000,000		
前期末支払資金残高	4,731,517		
収入決算額合計	46,757,598		

令和元年度貸借対照表

(単位：円)

【資産の部】		【負債の部】	
科目	資産額	科目	負債額
流動資産	6,063,919	流動負債	1,277,696
預貯金	2,134,730	未払金	1,127,996
未収金	708,000	預り金	149,700
前払金	82,400		
愛情銀行流動資産	2,927,384		
社会福祉基金流動資産	211,405		
固定資産	25,366,149		
基本財産	3,000,000		
器具及び備品	479,610		
社会福祉基金積立資産	21,885,039		
長期預け金	1,500		
資産の部合計	31,430,068		

【純資産の部】	
科目	純資産額
純資産	30,152,372
基本金	3,000,000
社会福祉基金	21,885,039
国庫補助金等特別積立金	0
次期繰越活動増減差額	5,267,333
負債及び純資産の部合計	31,430,068

# 令和2年度事業計画・予算

## 令和2年度重点活動

『つながり、理解し合い、地域と共に活動する区社協』をスローガンに取り組みます

- ・ 単位町内会・自治会等（小地域エリア）による「見守り・支え合い活動」のさらなる充実を図る
- ・ 地域の福祉関係者や専門機関・団体とのネットワークの構築
- ・ 高齢者の生活支援体制や社会参加・生きがいをづくりの充実に向け、子育て支援や障がい者支援など、総合的な地域福祉活動の展開を進める

令和2年度収支予算

(単位：円)

【収入の部】		【支出の部】	
科目	予算額	科目	予算額
会費収入	1,131,000	事業費支出	5,076,000
寄附金収入	500,000	事務費支出	3,200,000
経常経費補助金収入	10,549,000	助成金支出	30,306,000
助成金収入	20,182,000	支出予算額合計	38,582,000
事業収入	5,205,000		
受取利息配当金収入	105,000		
その他の収入（雑収入）	4,000		
前期末支払資金残高	4,369,000		
収入予算合計	42,045,000		

詳しい事業報告・計画、決算・予算については、本会ホームページからご覧いただけます。





北区で活動する  
**福祉関係団体**  
 紹介

このコーナーでは、北区で福祉活動をしている団体を紹介します。第5回目は、地域において子どもたちの健全な育成活動を推進する「青少年育成委員」によって組織されている『青少年育成委員会』をご紹介します。

北区青少年育成委員会連絡協議会議長の清水和夫（しみずかずお）さんにお話をうかがいました。



議長  
 清水 和夫さん

**Q.** 北区青少年育成委員会連絡協議会の構成と青少年育成委員について教えてください。

**A.** 北区青少年育成委員会連絡協議会は、11地区の青少年育成委員会によって構成されています。

青少年育成委員の任期は3年で、札幌市長から選任を受けて活動をしています。

選任の要件は原則、青少年の育成及び指導に熱意を有している方、65歳以下の方（※心身共に健康で実践力を有し、かつ青少年の育成及び指導に経験豊富な方はこの限りではありません）、北区に居住している方または北区の学校・企業等に勤務している方です。2020年7月1日現在、北区では220人（定員241人）の委員が熱心に活動をしています。

**Q.** どのような活動をしていますか

**A.** 北区全体の事業としては、「北区少年少女スポーツ大会」や「北区新成人を祝う会」を開催しています。「北区新成人を祝う会」では、実行委員会を設け準備から当日の運営までおこないます。また、委員としての資質の向上と他地区との意見交換を目的に全体研修会も開催しています。その他、各地区の青少年育成委員会においても、地区の状況に応じたイベント等をおこなっています。

今年は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から「北区少年少女スポーツ大会」は中止します。各地区の行事についても中止や内容の変更等が発生しております。

**Q.** これからの活動を教えてください。

**A.** 関係機関とも連携を取りながら、青少年の健全育成と非行防止に取り組んでいきたいです。

最近では、SNSの問題やスマートフォンの使用について、使い方によっては青少年に及ぼす影響が大きいと思っています。そのため、学校やPTAなどともつながりを深めて対応していく必要があると思います。

子ども達の安全・安心を守るため、私たち青少年育成委員は、地域一体となって子どもたちへ向き合い、活動をとおして子ども達とともに成長していきたいです。



【関係団体との連携イメージ】





# 始めてみませんか? ふれあい・いきいき サロン

新型コロナウイルス感染症により、外出の機会が少なくなっている方はいませんか？  
閉じこもりになり、動かないことが増えてくるとフレイル（虚弱）が進んでしまう恐れがあります。  
閉じこもりにならない取り組みとして、  
地域のつどいの場「ふれあい・いきいきサロン」を始めてみませんか？

## 「ふれあい・いきいきサロン」とは

身近なところで、気軽に集まることができる場です。  
日常的な交流を深めて素敵な福祉のまちづくりを進めてみませんか？

## サロンの効果

- ①近隣とのつながり、仲間づくり
- ②閉じこもりの予防、見守りの効果！
- ③地域の情報交換の場
- ④無理なく体を動かして介護予防
- ⑤身近な地域の楽しいボランティア活動

## 社会福祉協議会では 地域のサロン活動を応援します!!

- サロンを始めるための準備などのご相談にのります。
- ボランティアの活用や専門職との橋渡しをお手伝いします。
- 助成制度により、運営費の一部を助成します。

※今年度から助成制度の一部が変更になっています

### 【助成制度のご案内】

札幌市社会福祉協議会では、サロンの活動実績に応じて1回あたり1,000円、年48回（1か月に4回、子育てのみのサロンは年12回まで）を上限に運営費を助成しています。

- ◇参加人数：ボランティアを除き5名（組）以上
- ◇開催回数：年10回以上（概ね月1回以上）
- ◇その他：特定の趣味活動に限定されないこと、市民に広く開かれた活動であること、概ね定期的に決まった場所での開催であることなど

ご相談は北区社会福祉協議会まで



## 愛情銀行

あたたかいご寄付ありがとうございました(令和2年3月14日～6月30日現在)

- ◆宗教法人世界平和統一家庭連合 札幌家庭教会様  
..... 既成マスク50枚・手作りマスク214枚
- ◆亀谷 威様 ..... 100,000円
- ◆茅森 憲司様 ..... 50,000円  
【北第20町内会へ指定寄附】
- ◆北海道通信ビル株式会社様 ..... 300,000円  
【新琴似歌舞伎伝承会へ指定寄附】
- ◆公益社団法人札幌北法人会様  
..... 高齢者疑似体験セット/5台



亀谷 威様



公益社団法人札幌北法人会様

## 賛助会員のご紹介

ご加入いただきありがとうございました

この会費は、本会が行う地域福祉事業の財源として役立てています。

▶個人会員…1口：1,000円 ▶団体会員…1口：2,000円

[令和2年度6月末まで]

- |  |  |
|--|--|
| <p><b>個人</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆齋藤 芳子様 ◆五十嵐秀子様 ◆和野 恵一様 ◆三間 秀子様 ◆竹花 雅美様 ◆高石由紀子様</li> <li>◆川代 和子様 ◆小林 育子様 ◆幅崎 久子様 ◆服部 祐太様 ◆松浦 文人様 ◆佐々木舞子様</li> <li>◆丹羽 朋子様 ◆西野 恵子様</li> </ul> | <p><b>団体</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆札幌市北区健康をまもるつどい様</li> <li>◆あいの里3条3丁目町内会様</li> <li>◆鉄西地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆北地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆新琴似地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆屯田地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆太平百合が原地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆篠路茨戸地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆北区おもちゃ図書館様</li> <li>◆北第11町内会様</li> <li>◆幌北地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆新川地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆新琴似西部地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆麻生地区民生委員児童委員協議会様</li> <li>◆拓北・あいの里地区民生委員児童委員協議会様</li> </ul> |
|--|--|

## 赤い羽根共同募金 北区限定募金付バッジのご案内

北区共同募金委員会では毎年募金付バッジを作成し、令和2年度版もできあがりました。

共同募金は、地域福祉活動を進める貴重な財源となっており、北区においても地区福祉のまち推進センターの活動やふれあいいきいきサロンなどに活用されています。

住み慣れた地域で安心して暮らすことのできる北区のまちづくり活動を支えています。



1個 500円

\*バッジ1個につき約300円が赤い羽根共同募金に寄附されます

お申し込みは、札幌市北区共同募金委員会 (Tel.757-2482) までご連絡ください。

[お詫び] 前号 (No.89) 最終ページに掲載しておりました「ふれあいいきいきサロン」で、実施場所に誤りがありましたので訂正いたします。

『花園クラブ』(誤) 場所：拓寿園 → (正) 場所：屯田2番通東会館

関係者の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしました。



編集  
発行

社会福祉法人 札幌市北区社会福祉協議会

〒001-8612 札幌市北区北24条西6丁目 北区役所1階  
TEL:011-757-2482 FAX:011-737-7270 <http://www.sapporo-shakyo.or.jp/>



フォローしてね!

まもりん Twitter 始めました!  
@mamorin93





札幌市北区社会福祉協議会

受 講 者 募 集

# 令和2年度 北区身近な支え合い ボランティア入門講座

ボランティア活動をしたいけどきっかけが…。ボランティア活動ってどんなもの？と感じている方も少なくないはず。そこで、北区社会福祉協議会では、気軽にボランティア活動に触れてみる機会として、ボランティア入門講座を開催します。

今年度の講座では、ボランティア活動の基本のほか、高齢化が進む地域社会において、地域の皆さんが高齢者の方々へ、ちょっとした生活の手助けをする意義や方法、地域で行われている様々な支え合い活動などについて学びます。

身近な支え合い活動を感じて、ボランティア活動を考える、有意義な時間になると思います。この機会にぜひご参加ください。

新型コロナウイルス感染症対策としての「新北海道スタイル」などに基づき、開催いたします。

また、新型コロナウイルス感染症の感染者数の動向や感染拡大防止の観点から、急きょ中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

シニアの皆さまの参加も大歓迎！

元気な高齢者が活動の担い手となって、住み慣れた地域での生活を継続し、さらに健康寿命を延ばす生涯現役社会を誰もが願っています。「身近な支え合いボランティア」をとおして、社会と関わり、生きがいを得て地域とつながっていきませんか。

☆全3回、お好きな回にご参加できます！

令和2年 11月18日(水)・11月24日(火)・

日時

11月30日(月) 13時30分～15時30分

※11月18日のみ13時30分～15時

北区民センター 3階 区民ホール

場所

(北区北25条西6丁目1-1)

定員

20名 (定員を上回った場合は抽選のうえ決定いたします。)

参加

北区在住でボランティア活動に興味のある方。受講後、生活支援ボランティア活動(身近な支え合い活動)をはじめたいと考えている方。

受講料

無料



# 講座内容

開催日時	No	講座内容	講師等
第1回 11月18日(水) 13:30~15:00		開会式/オリエンテーション	
	1	「ボランティア活動について」 *ボランティア活動の基本を学びます。	北区社会福祉協議会 事務局次長
	2	「心に寄り添う傾聴ボランティアの取り組み」 *傾聴とは、話し手がどのような気持ちで話しているのか、理解しようとする積極的な姿勢で話を聴くことです。ボランティア活動の基本ともいえる傾聴ボランティアの取り組みについて、実際に活動している方から学びます。	傾聴ボランティア・アクティブ17 副代表 吉田 淑子 氏
第2回 11月24日(火) 13:30~15:30	3	「今求められる地域の助け合い活動について」 *今必要とされる高齢者の支え合い活動について、平成27年4月に改正施行された介護保険法における生活支援体制整備事業などをもとに学びます。	北区社会福祉協議会 第1層生活支援コーディネーター
	4	「生活支援ニーズの実際について」 *地域で暮らす高齢者から高齢者総合相談機関に寄せられる、ちょっとしたお手伝いや困りごとについて学びます。 「高齢者の心と体について」 *高齢者の心身の状況や疾病、感染症対策等について学び、生活応援の活動をおこなうにあたっての留意点を学びます。	北区第1地域包括支援センター 保健師・副センター長 藤川 洋子 氏
第3回 11月30日(月) 13:30~15:30	5	「地域で行われている支え合い活動について」 *生活支援ボランティア活動やサロン活動、福祉のまち推進センター活動など、地域住民による様々な支え合い活動を学びます。	北区社会福祉協議会 事務局次長
	6	「福祉のまち推進活動について」 *各地区社会福祉協議会では、幅広い市民の福祉活動の参加により、お互いに支え合うやさしいまちづくりを進めています。この「福まち活動」の取り組みについて、実際に活動をしている方から学びます。	太平百合が原地区社会福祉協議会 事務局長 鈴木 誠 氏
	7	「ボランティアフリーストーキング」 *ボランティア講座に参加した感想などを自由に意見交換します。	北区社会福祉協議会 事務局次長
	8	「これからのボランティア活動について」 修了証授与/閉会式	

参加決定通知

申し込み締め切り後、受講が決定した皆さまに決定通知を送付いたします。  
なお、定員を上回った場合の抽選の結果、受講できない方へは電話でご連絡します。

お申し込み

令和2年11月4日(水)までの午前9時~午後5時(土日・祝祭日除く)にお電話か窓口でお申し込みください。

●札幌市北区社会福祉協議会 TEL 757-2482

〒001-0024 札幌市北区北24条西6丁目 北区役所1階





## 1分で自分の健康と幸せを 自ら作りましょう

地球市民1分運動とは、時間を見つけて1分間ずつこまめに体を動かす健康法です。自宅でもこまめに体を動かし、体温を上げ免疫力を高めましょう。

今回のおススメ運動は「**天門瞑想**」です

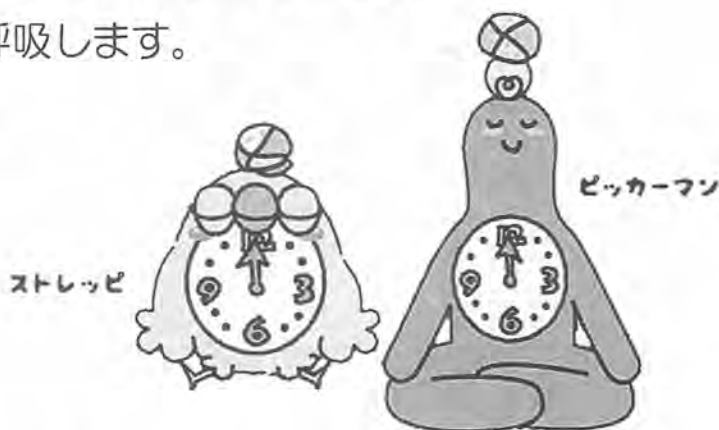
このような方におすすめ

- ★リラックスしたい、
- ★体も心もリフレッシュしたい
- ★注意力や集中力を高めたい

### やりかた

- ①背すじを伸ばして座ります。
- ②少し重みがあって落としても割れないモノを頭頂部に乗せます。
- ③手はひざの上に置きます。
- ④この姿勢を維持しながら目を閉じ、しばらく瞑想します。
- ⑤頭に乘せていた物を下ろし、深呼吸します。

\*無理せず自分のペースで行いましょう



資料提供:

一般社団法人Earth Citizens Organization  
名古屋市東区徳川1-901 サンエース4F



Earth  
Citizens  
Organization

公式サイト erathcitizen.jp

# SAPPORO

LOVE MYSELF

担当: 馬場明美

一般社団法人 Earth Citizens Organization (ECO) 賛助会員  
ハッピーブレインクラブ北海道 代表  
(札幌市西区社会福祉協議会登録ボランティア団体)

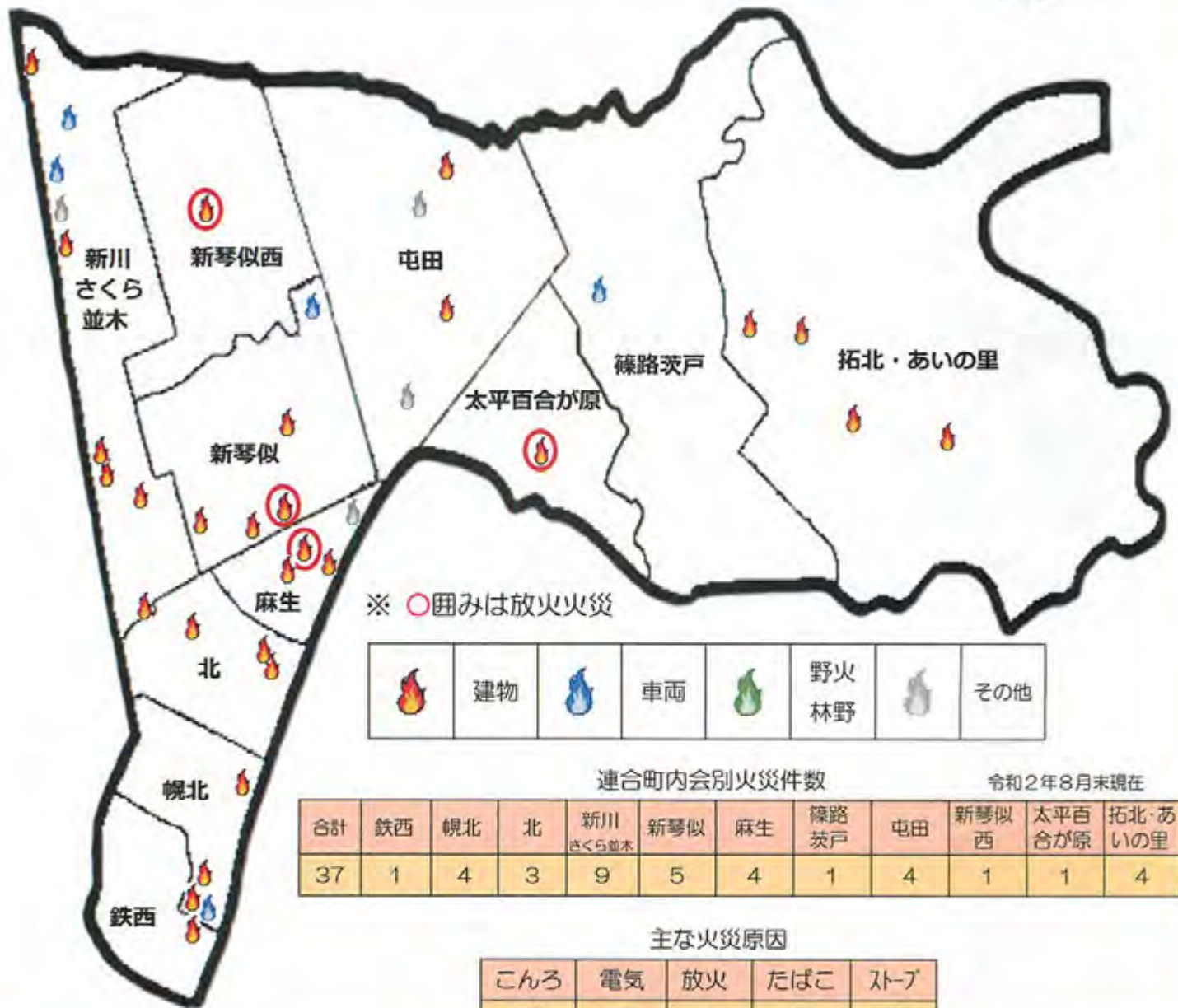
携帯: 090-1648-2732

E-mail: happybrain.hokkaido@gmail.com



# 北区火災マップ

令和2年8月末現在



連合町内会別火災件数 令和2年8月末現在

合計	鉄西	幌北	北	新川 さくら並木	新琴似	麻生	篠路 茨戸	屯田	新琴似 西	太平百 合が原	拓北・あ いの里
37	1	4	3	9	5	4	1	4	1	1	4

主な火災原因

こんろ	電気	放火	たばこ	ストーブ
10	7	4	3	1

## 札幌市民共済生活協同組合

私ども札幌市民火災共済は安全・安心な暮らしを守る地域に密着した火災共済事業を行っています。

		加入例：建物坪数30坪(約100㎡) 木造・住宅専用の場合 保障額：1,800万円 年間掛金：16,000円	

※雨漏りは除きます

年金世代の方にも安心!

※上記にプラスして貸主や階下への「賠償保険」も付帯できます!

札幌市北区北20条西4丁目2-12(レインボータウン3階)

お問合せ時間は平日：午前9:00～午後5:00まで 簡単見積りはコチラから

☎011-700-2011



暮らしの火の用心協力隊



ご家庭や町内会で...

「防火・防災対策」していますか?

- ◆防災研修会の講師を依頼したい
- ◆救命講習や応急手当を学びたい
- ◆市民防災センターを見学したい
- ◆防災用品を借りて展示をしたい
- ◆非常食など備蓄品を相談したい



公益財団法人札幌市防災協会

〒003-0023 札幌市白石区南郷通6丁目北2-1

TEL: 011-861-1211 FAX: 011-271-0804



2020

北区

# 秋の防火だより

## 秋の火災予防運動

令和2年10月15日から令和2年10月31日まで



暖房器具の使用による火災が発生しやすい時季を迎えます。

使用の際は点検整備を行い、取扱いには十分注意しましょう。

### ◎住宅火災を防ぐポイント

#### <こんろ火災>

- 調理中その場を離れるときは必ず火を消す。
- 器具の周りに燃えやすいものを置かない。

#### <放火火災>

- 物置や車庫にカギをかける。
- 家の周りに燃えやすいものを置かない。
- ごみは決められた日の朝に出す。

#### <たばこ火災>

- 寝たばこ、くわえたばこをしない。
- たばこは灰皿のあるところで吸う。
- 吸い殻は水をかけてから捨てる。

#### <電気火災>

- 電気配線の上に重たいものを置かない。
- コンセントにほこりをためない。

#### <自動消火装置の設置費助成事業>

購入・設置にかかった費用の10分の9に相当する額を市が助成します。

市内に居住する65歳以上の高齢者のみで構成された世帯が対象です。

詳細は北消防署までお問合せください。



発行  
札幌北区防火委員会

事務局  
札幌市北消防署内  
札幌市北区北24条西8丁目  
TEL 011-737-2100  
FAX 011-271-0636



ほびっくす



# ほろきたじどうかいがん 11月

住所：〒001-0017 札幌市北区北17条西6丁目1-20 電：727-6225/Fax：299-1904

札幌市児童会館指定管理者：公益財団法人 さっぽろ青少年女性活動協会

<http://www.syaa.jp/>

わんぱくワーカーズ きかくしぎょう 企画事業

## ★ほっぴいかップ★

27日(金) 15:30~17:00

小1~小6 自由参加

- ①ぐるぐるまわせ!フラフープ
- ②とんでとんで!なわとび
- ③コントロールだ!ボールラリー
- ④ナイスサーブ!パトミントラリー

♪いい記録を出して、メダルをもらおう!



## ★劇団ほろきた★

10・17・24日(火)

14:00~15:00

クラブメンバー

♪たくさん練習しよう!

## ★よみえもん★

25日(水) 16:30~17:00

1年生全員参加

♪劇団ほろきたが

読み聞かせをするよ!

## ★記者クラブ★

6・20日(金)

15:30~16:30

クラブメンバー

♪どんどん取材しよう!

## ★百人一首クラブ★

13日(金)

15:30~17:00

クラブメンバー

♪楽しく練習しよう!

子ども運営委員会

## ★わんぱくワーカーズ★

4・11・18(水)、26日(木)

14:00~15:00

委員会メンバー

♪クリスマスについて考えよう!

城北地区福祉のまち推進センター運営委員会主催事業

## ★子育てひろば★

13日(金)

10:30~12:00

乳幼児と保護者 自由参加

♪地域の方と交流をしましょう!

## ★子育てサロン★

10・17・24日(火)

10:30~12:00

乳幼児と保護者 自由参加

♪きのこ体操であつたまりましょう!





幌北児童会館キャラクター  
ほっぴい

2020年  
11月

札幌市幌北児童会館だより

# ほろきたの輪

☎011-0017 札幌市北区北17条西6丁目1-20 ☎727-6225

☎299-1904

札幌市児童会館指定管理者：公益財団法人さっぽろ青少年女性活動協会



児童会館HP  
QRコード

←市内の児童会館・ミニ  
児童会館の情報一覧や  
ブログなどを掲載中！

## 読書の秋です・・・

秋も深まり、日没もだいぶ早くなりましたね。秋は俗に『読書の秋』とも言われますが、これは中国の漢詩が由来となっているのだとか・・・。

さて、児童会館の図書室にもたくさんの蔵書があります。児童書や図鑑、絵本にまんがなど約4000冊ほどを置いています。図書室に置く本は子どもたちのリクエストや職員が“子どもに読んでもらいたい”本を基準に置いています。そんな図書室の本を借りられることをご存知でしょうか？あまり知られていませんが本の貸出も受け付けています。小学生でも保護者に登録カードを書いていただければ、学校や図書館のように貸出ができます。

読書の秋、ぜひこの機会に児童会館の図書室も活用してみてくださいね☆

※『貸出方法』について詳しいことは会館職員にお問い合わせください。

## 児童会館を利用する皆様へ

利用する際は以下の点についてご協力をお願いします。

**体温・マスク**  
入館時には検温を行います。また、マスクの着用もお願いします。  
(乳幼児はマスク不要)

### 手洗い・消毒

こまめな手洗い消毒をお願いします。

### 緊急連絡先

利用する際は緊急連絡先を確認します。小学生は『緊急連絡先カード』を提出してください。

(子育てサロン  
子育てひろばのみ)

おむつ替えシート  
バスタオルの用意を

おむつ替えの際や乳児を寝かせるために使用するタオルは各自でご用意をお願いします。

体調が良くない日はおうちで過ごしましょう。(発熱・せき・倦怠感などの症状がある方はご利用いただけません)

## 10月行事のようす



カラーポリ袋で衣装づくり♪



## ハロウィン



みんな なりたいものになれたかな？



☆今年もハロウィンで  
仮装するための衣装を  
つくりました☆

## ※※ 札幌市幌北児童会館のご利用について ※※

開館日	月曜日～土曜日 8:45～18:00
休館日	日曜日・祝祭日・年末年始(12/29～1/3)
対象	乳幼児～高校生(未就学児は要保護者)

- ★放課後、一度お家に帰ってカバンを置いてから遊びに来てください。
- ★体育室で遊ぶときはうわづがが必要です。
- ★「自由乗館 緊急連絡先カード」の提出のご協力をお願いします。(お回のみ)  
会館クラブ員は必要ありません。





幌北小学校 開放図書館だより 令和2年10月1日(木)

# ほほえみ

地域版 No. 56



長らく休館しておりました図書館ですが、9月1日より  
通常スタートいたしました。

これからは、たくさん本をかりて読んでください。



図書館もウイルス対策をしています！！

- ・窓とドアをあけ換気しています
- ・図書の可能性の消毒作業
- ・机やドア・スイッチの消毒作業
- ・マスク着用

みなさんも利用あとは、石けんで手を洗いましょう

～～お知らせ～～

当分の間、読み聞かせ、工作会、お楽しみ会などの  
イベントはお休みします。

## 新しく入る本

### こどもむけ

- ・おれ、ピートくいたい
- ・虹いろ図書館のへびおとこ
- ・図書館からの冒険
- ・ものぐさトミー
- ・ここにいる
- ・ざんねんないきもの事典
- ・すみっこぐらしまちがいさがしここがおちつくんです
- ・鬼滅の刃・しあわせの花
- ・この世界の片隅に(アニメ絵本)
- ・若おかみは小学生 20

### おとなむけ

- ・少年と犬
- ・きたきた補物帖
- ・クスノキの番人
- ・流浪の月
- ・育ちがいい人だけが知っていること
- ・疫病2020
- ・密やかな結晶
- ・あの日の交換日記
- ・萩尾望都作画のひみつ
- ・息吹
- ・ケーキの切れない非行少年たち

### ～～ご利用案内～～

場所 幌北小学校 2階

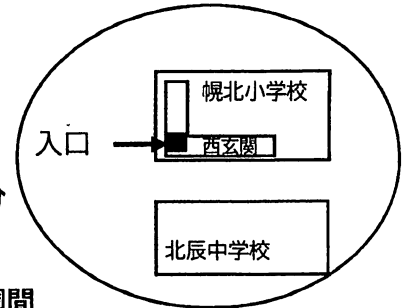
開館日 火・木・金

時間 (4月～10月) 午後1時～4時

(11月～3月) 午後1時～3時30分

貸出 ひとり2冊

幌北小学校児童：1週間 一般：2週間



- 防犯上当校は玄関を施錠しています。西玄関、左側のインターホンを押して、「開放図書館」ご利用の旨をお伝えください。
- 駐車スペースがありませんので、お車での来館はご遠慮ください。
- 学校がお休みのときは図書館もお休みです。また、やむをえぬ理由で予告なく休館する場合があります。なにとぞご了承ください。



# 北区民センターニュース

2020年  
10月号

〒001-0025 北区北25条西6丁目1-1  
電話 011-757-3511 FAX 011-717-1139

令和2年 10月20日発行 ホームページ: <http://kitakuce.sakura.ne.jp/>



もうすぐ「ハロウィン」・・・皆様いかがお過ごしですか。

## みんなの茶の間オープンカレッジ 「すぐに役立つ暮らしの知恵」

日程： 11月18日（水）  
時間： 13:30～15:30  
会場： 北区民センター3階青年の部屋  
参加料： 無料  
定員： 20名



《受付期間》10月11日（日）～11月18日（水）

午前9時より午後9時まで

＜受付方法＞

直接北区民センター1F窓口または  
電話757-3511、  
FAX717-1139までお願い致します！

＜重要＞

### 貸室利用人数等について

9月19日（土）より貸室利用人数及び  
備品貸出制限が緩和されました。

\*今後、制限に変更がありましたら、  
決まり次第お知らせいたします。

【利用人数の制限の緩和】

貸室ごとの最大利用人数を定員の100%とします。

ただし、以下の利用につきましては

引き続き 定員の50%以下とします。

- ・大きな声を発し、または歌唱するもの
- ・飲食を伴うもの

\*大人数を収容するイベントを予定されている方は、  
直接区民センターへお問い合わせください。

## サークル会員募集



### 札幌洋凜会凜友

【活動内容】 詩吟・和歌・俳句等の研修  
【活動曜日】 毎週月曜日（第5週及び祝日除く）  
【時間】 午前10時～12時  
【現在の人数】 6名  
【会費・月謝】 月4,000円  
【見学/体験】 可能（初心者OK）  
【P R】 初心者は大歓迎です。

声を出す事で、ストレス解消や意欲の向上にも  
効果が見られます。

一度教室を見学してみませんか。

お待ちしております。

【連絡先】 大橋 TEL: (011) 771-4733

## 「北区民文化祭」

### 『北区のアーティスト展』

### 「冬のコンサート」

毎年、開催されていたのですが、

誠に残念ながら・・・

### 「新型コロナウイルス感染拡大防止」

のため中止になりました。。



【北区民センターのロビーに  
福祉施設の団体さんが来ます！】



日付	施設・団体名	内容
10月18日(日)～24日(土)	刑務所作業製品展示即売会	まな板、枕、小物入れ、キーハンガー、ブルーステッキ 他
11月4日(水)～5日(木)	ていねさくら館	福祉団体製品の販売(天然酵母パン) 他

＜10月から新しいスタッフが  
2名増えました！＞  
新しく夜間勤務に加わるのは男性スタッフで  
犬飼さんと林さんです！  
皆様、宜しくお願致します。





# 図書室だより

電話：757-5399

FAX：757-9299

2020.10.20発行

## NEW 10/1から蔵書リクエストが始まりました。

「購入希望」が9月で終了し、10/1からは新たに「蔵書リクエスト」に変わりました。個人情報の記入が不要で、特定の書名だけでなくジャンルでもリクエストできます。リクエスト用紙にご記入の上、図書室内の記載台にある専用BOXに投函してください。なお、蔵書リクエストは図書館で購入する本を選ぶ際に参考にさせていただくものであり、必ずしもその本が購入できるわけではありません。リクエストした本の所蔵などについては、インターネットや室内の検索機でご確認ください。

## ご利用にあたってのお願い

- \* マスク着用、入室時の手指消毒をお願いいたします。
- \* 発熱、咳が出るなど体調がすぐれない場合は利用をお控えください。
- \* 長時間の滞在による感染リスクの拡大を防止するため、1時間以内のご利用をお願いします。



## 新刊情報

タイトル	著者	請求記号	ジャンル
一般			
『ときめく雲図鑑』	菊池 真以/写真・文	451/キ	気象
『美しいセダムの寄せ植え』	Mai/著	627/マ	園芸
『げいさい』	会田 誠/著	913/ア	小説
児童			
『ひろいひろいひろいせかいに』	ルイス・スロポドキン/作	J/ヒ	絵本
『ペンと色鉛筆で作るプラバンのアクセサリーBOOK』	スコレー/著	J75/ス	工作

## 特集「伝記」

「あの偉人はどんな生涯を送ったの？」  
「こんな人生を過ごした人がいるのか…」  
波乱万丈な人生を読んでみませんか。

## おすすめの児童本「ありがとう」

11月23日は勤労感謝の日。  
たくさんの「ありがとう」の本を紹介いたします。

## 11月の予定

11月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

毎月第4金曜日は、休室日です。

## 11月おはなしの会【中止】

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、11/7(土)のおはなしの会はお休みさせていただきます。再開の時期が決まりましたらお知らせいたします。

イベント・講座情報はホームページでもご確認ください。

URL：<http://kitakuce.sakura.ne.jp/tosyo.html>



# 台所の火災危険

コンロから離れるときは必ず火を消す。



グリルの油汚れをきれいに。



コンロの周囲に燃えやすいものを置かない。



コンロは壁から離して使う。



ガス栓の開閉は確実に。



衣服のそで口を火に近づけない。





# 居間の火災危険

ストーブの周囲に燃えやすいものを置かない。



ストーブの近くに洗濯物を干さない。



ろうそく・線香の消し忘れに注意。



ろうそくの火が衣服につかないように注意。



灰皿はいつもきれいに。



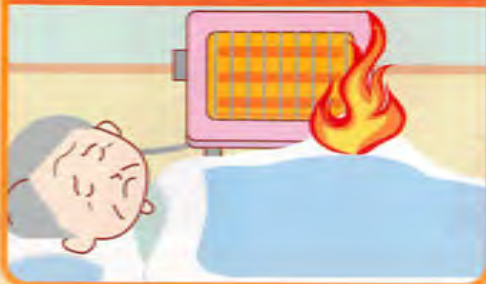
吸い殻は一度水にさらしてから捨てる。





# 寢室の火災危険

外出するときや  
寝るときは火を消す。



電気コードを家具の  
下敷きにしない。



たこ足配線  
をしない。



プラグの  
ほこりに注意。



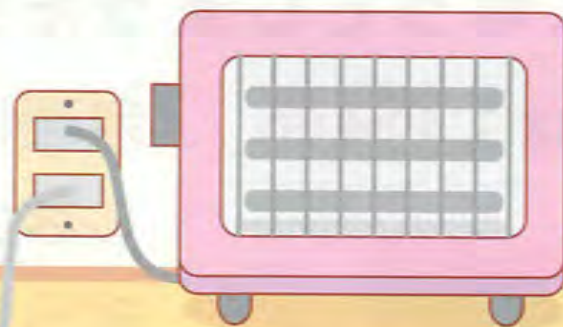
寝たばこを  
しない。



電球の  
転倒に注意。



コードを束ねたまま  
使用しない。





# あなたの家の住宅用火災警報器は だいじょうぶですか？ 定期的に点検を！！

住宅用火災警報器は、電池切れやセンサーの寿命などで  
火災を感知しなくなることがあります。  
10年を目安に本体の交換をお勧めします。

点検ボタンを押す 点検ひもをひっぱる



## 万が一火事になってしまったら

火災・救急・救助は **119番**



無理に消火しようと  
しないで、大声で火事を  
知らせながら避難しましょう。

火事だー！



## お問い合わせ・ご相談は最寄りの消防署へ

- 札幌市消防局 中央区南4条西10丁目 ☎215-2040
- 中央消防署 中央区南4条西10丁目 ☎215-2120
- 北消防署 北区北24条西8丁目 ☎737-2100
- 東消防署 東区北24条東17丁目 ☎781-2100
- 白石消防署 白石区南郷通6丁目北 ☎861-2100
- 厚別消防署 厚別区厚別中央1条5丁目 ☎892-2100

- 豊平消防署 豊平区月寒東1条8丁目 ☎852-2100
- 清田消防署 清田区平岡1条1丁目 ☎883-2100
- 南消防署 南区真駒内上町5丁目 ☎581-2100
- 西消防署 西区発寒10条4丁目 ☎667-2100
- 手稲消防署 手稲区手稲本町2条5丁目 ☎681-2100

SAPP  
RO



さっぽろ市  
02-N06-17-280  
29-2-214