

しゃ きょう
社会福祉協議会だより

赤い羽根共同募金街頭募金



北斗市共同募金委員会では、高校生やボランティアの方たちと市内3ヶ所（ダイエー 上磯店・コープさっぽろ ほくと店・魚長 大野店）にて、街頭募金活動を行いました。募金をしていただいた方々はもちろん、お手伝いをいただいたボランティアの方々、そして活動場所を提供していただいた各店舗のみなさんありがとうございました。



主な記事

- ご協力ありがとうございます（赤い羽根共同募金中間報告）…………… 2
- 永年の貢献を讃えて…………… 3
- こんにちは“かけはし”です…………… 4
- ご存じですか？ファミリー・サポート・センター…………… 5
- 「緊急時の福祉票」活用してください ほか …………… 6
- 北斗市老人クラブ連合会 ニュース …………… 7
- 北斗市社協組織図…………… 8

ご協力ありがとうございます



～ 赤い羽根共同募金中間報告 ～

赤い羽根共同募金は、北斗市の福祉活動に！

今年も町内会、自治会をはじめ各企業や事業所、学校のほか多くの市民の皆様からご協力をいただき11月19日現在、6,020,684円の募金が集まっております。

この募金の7割が、北海道共同募金会から地域の福祉活動のために配分され、北斗市の障がい者や高齢者福祉、ボランティア活動費などに使われています。12月末まで募金を受け付けておりますので、ご協力をお願いいたします。

戸別募金

町内会・自治会を通じて、各家庭からご協力いただいている募金です。

(実績額)

4,975,545円

合計

6,020,684円



法人募金

企業・事業所を通じてご協力いただいている募金です。

(実績額) 153事業所

875,109円

職域募金

企業・事業所の従業員の皆さんにご協力いただいている募金です。

(実績額)

40,681円

学校募金

学校において児童・生徒の皆さんからご協力いただいている募金です。

(実績額)

69,289円

街頭募金

スーパーや商店の前でよびかけてご協力いただいた募金です。

(実績額)

60,060円



島川小学校



谷川小学校



大野中学校

歳末たすけあい募金も始まっています。

11月19日現在で、941,400円の募金が集まっています。

ご協力をお願いします。

永年の貢献を讃えて

9月22日に開催しました「第8回北斗市社会福祉大会並びに第5回福祉まつり」の席上、永年にわたり、地域あるいは福祉施設等において福祉の推進に貢献された方々、そして、社会福祉事業に多額の寄付をいただいた方々に、北斗市社会福祉協議会の伏見会長から表彰状並びに感謝状を贈呈させていただきました。



◎表彰をうけられた方々

高田 忠 様 (七重浜4丁目町会)	小林 三 恵 様 (社会福祉法人 民生博愛会)
高田 正 季 様 (文月拓友町内会)	前川 晃 子 様 (社会福祉法人 民生博愛会)
大森 美江子 様 (飯生2丁目自治会)	伊藤 繁 昭 様 (社会福祉法人 侑愛会)
野口 正 儀 様 (中央親和会)	藤原 茂 法 様 (社会福祉法人 侑愛会)
山内 英 明 様 (常盤みどり苑町会)	山内 壽美子 様 (社会福祉法人 函館緑花会)
廣瀬 正 廣 様 (昭和町自治会)	三澤 祥 子 様 (社会福祉法人 函館緑花会)
藤川 千佳子 様 (北斗市身体障害者福祉協会)	川村 絹 枝 様 (社会福祉法人 北斗市社会福祉協議会)
蝦名 勝 義 様 (北斗市遺族会)	木村 一 彦 様 (社会福祉法人 北斗市社会福祉協議会)
矢代 アキ子 様 (北斗市母子寡婦会)	小林 秀 藏 様 (社会福祉法人 北斗市社会福祉協議会)
島田 きぬ 様 (北斗市母子寡婦会)	八 鍬 昇 様 (社会福祉法人 北斗市社会福祉協議会)
	吉野 重 勝 様 (社会福祉法人 北斗市社会福祉協議会)

◎感謝状を贈呈された方々

◇社会福祉事業に多額の寄付等を行い、その活動に協力された方

茅 森 憲 司 様 (七重浜3丁目)	(株)函館なとり 様
岡 村 憲 一 様 (開発)	メイホク食品(株) 様
高田 克 巳 様 (本町3丁目)	函館方面遊技業協同組合 様
林 原 智枝子 様 (飯生1丁目)	



多くの観客でにぎわったマジックショー

第5回目となりました北斗市福祉まつり。今回も、ユニバーサル上映映画祭と共同開催となりました。

当日はたくさんの方々の入場者の方々が訪れ、ボランティアをはじめ多くの方々に支えられ無事終了することができました。皆様に心より感謝いたします。



こんにちは

北斗市地域包括支援センター

“かけはし”です！

今回のテーマは **転倒予防** です。

転倒の原因

転倒の原因としては、加齢による身体機能の低下、病気による影響、薬による副作用、更には環境面における様々な要因などが考えられます。転倒の原因は複合的に作用することが多く、これらの危険因子を少しでも減らして生活環境を改善し、転倒を未然に防ぐことが大切です。

【機能低下】

- ・筋力低下
- ・歩行能力低下
- ・バランス力低下
- ・反射力低下
- ・視力低下
- ・感覚機能低下

【病気の影響】

- ・筋骨格系の病気
(腰痛、膝痛など)
- ・脳血管疾患の後遺症
- ・パーキンソン症候群
- ・視覚障害
- ・認知症

【薬の副作用】

- ・眠気
- ・ふらつき
- ・注意力低下
- ・集中力低下
- ・起立性低血圧
- ・めまい

【環境要因】

- ・床の段差
- ・滑りやすい床
- ・つまずきやすい敷物
- ・電気器具のコード類
- ・不適切な履物
- ・照明の不良

転倒予防運動

筋力を強化して転びにくい身体を作るため、今すぐ始められる転倒予防運動をご紹介します。大腿四頭筋は、立つ、歩く、走るなど、身体を移動させる動作に必要不可欠な筋肉で、膝を伸ばすために強い力を発揮します。全身の筋肉の中で最も強く大きい筋肉です。



大腿四頭筋のトレーニング

- ①イスに腰掛け、片脚の膝を伸ばして脚を上げ、つま先を立てて5秒間保持します。
【ポイント】この時、膝に力を入れて保つこと。
 - ②脚をゆっくり下ろして3～5秒程度休み、繰り返します。
 - ③左右10回ずつで1セットです。
 - ④毎日朝夕1セットから始め、徐々に増やして3セットを目途に行いましょう
- 【注意】膝を伸ばすと痛みがある場合は、膝を軽く曲げた状態で行ってください。

転びにくい、また転びそうになっても踏みとどまれる足腰の強さを維持し続けることが大切です。そのため、日常の生活では速歩きなど中くらいの活動を多くすることを心がけ、身体の活動性を維持することが、転倒予防につながります。



ファミリー・サポート・センター

子育ての援助を受けたい方（依頼会員）、その援助を行いたい方（提供会員）の会員制の組織で地域で子育て家庭を支援していく仕組みです。

こんなとき利用できます

依頼会員

- 育児の援助を受けたい方
- 対象年齢（0才～小学6年生）
- 北斗市・七飯町にお住まい、または、お勤めの方が対象
- 会員登録は、印鑑をご持参の上、直接センターにお越しください。

提供会員

- 育児の援助を行いたい方
- 北斗市・七飯町にお住まいの方
- 会員登録は、センターで主催している養成講座を受講してください。
- 託児場所は、原則提供会員のご自宅です。

- 学校や保育所までの送迎
- 学校や保育所からの送迎
- 習い事の送迎
- 学校や保育所、幼稚園開始前終了後の託児
- 学童保育終了後の託児、送迎
- 学校の休み、その他施設等の急な閉鎖時
- 保護者の病気や急用時
- 兄弟の学校行事、冠婚葬祭

利用料

活動終了後、提供会員に直接料金をお支払いください。

利用料・報酬

- 平日・昼間（8：00～18：00） はじめの1時間500円（それ以降30分ごと250円）
- 上記以外の時間・日祝日 はじめの1時間600円（それ以降30分ごと300円）
- 兄弟2人目から半額

報酬

依頼会員から料金を受け取り領収書を発行してください。



養成講座



託児イベント

- ### ♪♪ 一年間の主な活動 ♪♪
- * 提供会員養成講座（北斗市又は七飯町）
 - * 定例意見交換会（毎月一回）
 - * フォローアップ勉強会
 - * 交流会（年二回）
 - * 託児イベント（ハート・リラックス）



ハート・リラックス



交流会

申込・お問い合わせ先



南渡島ファミリー・サポート・センター

北斗市本町4丁目3-20 北斗市せせらぎ保健センター内

TEL・FAX 0138-77-0788

「緊急時の福祉票」活用してください

北斗市社協では、65歳以上のひとり暮らしや高齢者世帯、身体の不自由な方などが「安全で安心した日常生活を守る」取り組みとして 北斗市町会連合会と北斗市民生委員児童委員連合会の協力を得ながら、対象者に「福祉票」を配布しております。

この福祉票は、自宅で急に具合が悪くなったときなどに、かけつけた救急隊員などが活用できるよう本人の氏名・持病・かかりつけ医療機関などや緊急時の連絡先、町内会役員、担当の民生委員などの連絡先などを記入できるようになっております。

福祉票は、家庭備付用と携帯用の2種類があります。

○対象者

- ① 65歳以上のひとり暮らしの方
- ② 高齢者世帯の方
- ③ 身体の不自由な方

○配付希望

配付を希望される方は、町内会長又は民生委員に連絡してください



楽しい1日でした。

侑愛会「おしまコロニー祭」9月29日、函館緑花会「美ヶ丘収穫感謝の日」10月6日にそれぞれの会場で、ふれあい広場を開催いたしました。

当日は、イベントや模擬店などお祭りムードいっぱい、楽しい1日となりました。ご協力いただいた多数のボランティアの皆さん、本当に有難うございました。

第46回おしまコロニー祭 ふれあい広場2013「ほくと」



おしまコロニー祭の様子

第42回美ヶ丘収穫感謝の日 北斗ふれあい広場2013in 美ヶ丘



美ヶ丘収穫感謝の日の様子

チャイルドシート再利用事業

- チャイルドシートが欲しい方
- チャイルドシートが不要になった方

～いずれの方も、下記の連絡先に申し出下さい～

詳細・問い合わせ

南渡島ファミリー・サポート・センターTEL 77-0788
(月～金 9:00～17:00)



「全国一斉社会奉仕の日」は、毎年9月20日に設定し、全国の老人クラブが取り組んでおります。奉仕の内容は、地域の花壇清掃や交通安全運動、施設慰問などが主な取り組みで、今年度北斗市の老人クラブにおいても28クラブ395名の方が活動に参加されました。その活動の一部を紹介いたします。



老人クラブ大会

老人クラブ大会は、学習の場や趣味活動などを通じて、楽しい交流の輪を広げ、会員相互の意識高揚を図るため11月6日に開催されています。

式典では、多年にわたり単位老人クラブ役員として、地域老人福祉増進と会育成発展に多大なる貢献をされた26名の方に表彰状が、また、高齢者福祉に深いご理解を示し単位老人クラブに多額のご寄付をされた1名の方に感謝状が贈呈されました。

式典終了後、芸能発表が行われ、日頃の練習の成果を発表し会場からは大きな拍手がありました。



加入ありがとうございます

団体会員

グループホームなごみの家 様
 あんじゅう七重浜 様
 グループホームゆうしん 様

団体会費を納めていただいた皆様をご紹介します。

年末年始のお知らせ

平成25年12月31日から平成26年1月5日まで休みになります。

お急ぎの相談は下記の番号でお受けします。

指定訪問介護事業所 ☎74-2515
 地域包括支援センター「かけはし」 ☎74-2530

北斗市社会福祉協議会

基本目標 「ともに支え合う、安心・安全・福祉のまちづくり」

法 人

福祉団体支援助成事業

- 北斗市老人クラブ連合会
- 北斗市身体障害者福祉協会
- 北斗市遺族会
- 北斗市母子寡婦会
- 北斗市ボランティア連絡協議会
- 北海道共同募金会北斗市共同募金委員会
- 北斗市戦没者慰霊会

共同募金・歳末助け合い募金活動事業

小地域ネットワーク活動推進事業

生活応急資金・生活福祉資金貸付事業

地域福祉推進事業

- 福祉講座
- サロン活動支援事業
- 福祉まつり
- 法人後見事業ほか

心配ごと相談事業

独居老人訪問活動事業

- 福祉五目ちらし
- サンタクロース事業

食の自立支援事業

家族介護者交流事業

除雪サービス事業

手話通訳者の養成事業

保健センター管理事業

介 護

指定訪問介護事業所

- 要介護者等の生活援助や身体介護にかかるヘルパー派遣事業を実施

指定居宅介護支援事業所

- 介護の必要な方へのプラン作成
- あらゆる介護保険事業の相談・支援

障がい者自立支援事業

軽度生活援助事業

生活管理指導員派遣事業

移動支援事業

外出支援サービス事業

地域包括支援センターかけはし

- 介護予防計画の作成
- 介護予防事業参加促進
- 介護や高齢者の権利擁護にかかる総合相談支援等を実施

ボランティアセンター

- ボランティア要請や育成、登録事業など

南渡島ファミリー・サポート・センター

- 子どもの託児や送迎などの育児支援
- 養育訪問支援事業
- チャイルドシートの不用者と利用希望者との取り次ぎを支援

社会福祉法人 北斗市社会福祉協議会

北斗市中野通2丁目18-1(保健センター内) TEL (0138)74-2500 FAX (0138)74-3655

指定居宅介護支援事業所 | 指定訪問介護事業所 | 南渡島ファミリー・サポート・センター | 地域包括支援センターかけはし | 地域包括支援センターかけはし支所
TEL (0138)74-2500 | TEL (0138)74-2515 | TEL (0138)77-0788 | TEL (0138)74-2530 | TEL (0138)77-2941

◎北斗市社協だより◎

第29号 平成25年12月
発行：北斗市社会福祉協議会

(活動や事業などについてのお問い合わせは
こちらをお願いします。)

(本所)

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

(支所)

北斗市本町4丁目3番20号
電話 (0138)77-2941
FAX (0138)77-8528

函館生命保険協会による 「高齢者疑似体験セット」の寄贈

このたび、函館生命保険協会から北斗市社会福祉協議会に対して、高齢者疑似体験セットが寄贈されました。

函館生命保険協会では、環境・社会貢献活動に役立てていただくために、地方生命保険協会加盟各社の職員等を対象に募金活動を実施し、集まった資金をもとに地域のニーズや環境に応じて福祉器具や日常生活用品等を寄贈しているものです。

高齢者疑似体験セット貸し出しをご希望の方は、北斗市社会福祉協議会までお問い合わせ下さい。

函館生命保険協会 佐藤会長(中央)
生命保険ファイナンシャルアドバイザー協会 川瀬会長(左)



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。