

千歳市社会福祉協議会
シンボルマーク



地域福祉をサポートする広報紙

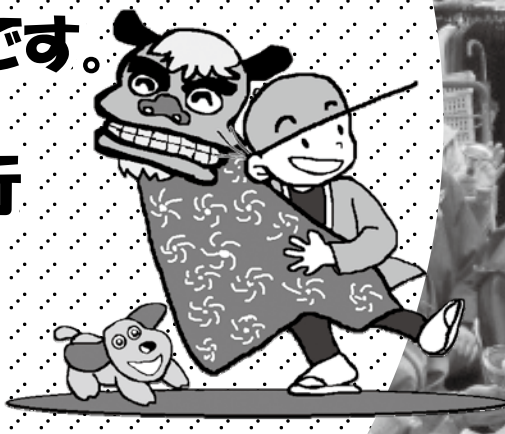
今日から

《今月の主な内容》

- 年頭のごあいさつ
- みんなで考える福祉のまちづくり
- 「認知症になった波平さん」～地域福祉懇談会を開催しました
- ちとせ2019介護の日フェア
- 千歳市社協「ほっとす」の福祉サービス

しゃ きょうの

広報紙です。
次号は
3月発行
です。



赤い羽根
共同募金

“共同募金”の善意と社協会員の皆様からの会費、愛情銀行への
寄付金により発行されています。

最新の情報はホームページでご覧になれます
お使いのパソコンやスマートフォンから検索ください

<https://chitose-shakyo.or.jp/>

千歳市社協

検索



新しい元号にふさわしく、

希望に満ちた時代を切り拓いていくために

各種事業に取り組んでまいります



千歳市社会福祉協議会

令和2年年頭のごあいさつ

会長 力示 武文

新年あけましておめでとう
ございます。

令和2年の幸多き新春を健
やかに迎えられましたことを、
心よりお慶び申し上げます。

昨年は、改元によって「令
和」と定められました。これ
は、文化を育み、自然の美し
さを愛でることが出来る平和
な日々に感謝の念を抱きなが
ら、希望に満ち溢れた新しい
時代を切り拓いていくという
願いを込めたそうです。

さて本年は、令和2年度
をスタートとする「第7次

地域福祉実践計画」(令和2
年度・令和6年度)に基づ
き、地域包括ケアシステム
の構築や地域共生社会の実
現にむけて、本会がこれま
で培ってきた取り組みを活
かし、千歳市とのパートナー
シップを進めます。また、
市内の社会福祉法人をはじめ
関係機関・団体との連携
をさらに深め、市民の方々
が抱える多様な生活課題を、
地域全体で「我が事」「丸ご
と」として受け止めながら、
地域を基盤とした解決につ

なげる支援やその仕組みづ
くりに取り組んでまいります。
本年も市民から信頼され
る社協づくりに、役職員一
丸となつて取り組んでまい
りますので、皆様の変わり
ぬご支援とご協力をお願い
申し上げます。

結びとなりましたが、皆
様がご健勝でお過ごしいた
だけますことを祈念申し上
げまして、新年のご挨拶と
いたします。



グループワークの様子

1月14日 第7次地域福祉実践計画
まで パブリックコメント(意見公募)実施中

地域福祉活動より一層推進していくため、「第4期
千歳市地域福祉計画」と連携した、「第7次地域福
祉実践計画」を策定中です。現在、計画検証委員
会で検討中の計画案へご意見を募集しております。

詳細は、本会ホームページ又は電話でお問合せく
ださい。

みんなで考える福祉のまちづくり
地域福祉懇談会を

開催しました

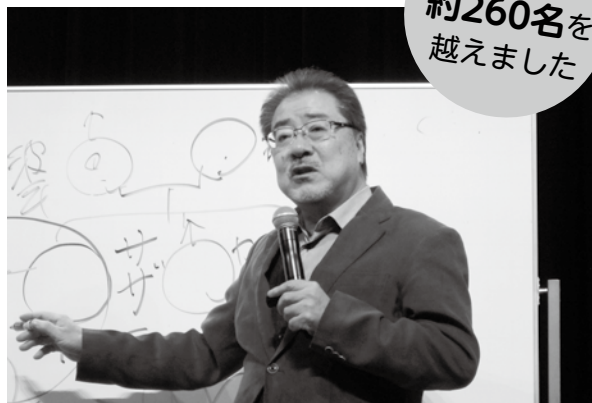
令和2年度から5年間の計画策定における地域福祉懇
談会を11月14日と19日の2回にわたり、町内会、民生委
員児童委員、福祉団体、事業者、関係機関など延68名の
方にご参加いただき開催いたしました。

グループワークでは、地域で抱えている日常生活の困
りごとや地域に必要な取り組み、その解決策のアイデア
を話し合いました。課題として町内会役員の成り手不足
や未加入の問題、高齢者の移動手段の確保、ゴミ出し支
援など生活に密着した意見が共通して出され、除雪や災
害に対する不安など日頃から気になっている心配ごとなど
も寄せられました。これらの解決に向けたアイデアとし
て、SNSを活用した町内会運営や身近な住民同士で
支え合う「ヤマセミねつと」の利用促進など、時代に合っ
た新しい支え合いや支援の方法を取り入れていくことが
提案されました。

「認知症になった波平さん」～契約社会と成年後見～

千歳市成年後見支援センター開設記念講演会

参加者は
約260名を
越えました



講師の渡辺哲雄氏

11月27日(木)、千歳市成年後見支援センター開設記念講演会を開催しました。講師には、日本福祉大学中央福祉専門学校専任教員の渡辺哲雄氏をお招きし、テレビでおなじみのサザエさん一家をモチーフに、成年後見制度についてお話いただきました。元氣だった妻のフネさんを突然亡くして、一人残された波平さんが、ある日、認知症を発症してしまい、さまざまトラブルに巻き込まれていく想定で、講演が始まりました。

あなたの権利を守るための成年後見制度

波平さんも悪徳業者に騙されては、高額な契約を繰り返してしまうなどのユーモアある語りで、会場の雰囲気をもとに、成年後見についてわかりやすく話してくれました。

この成年後見制度は、悪質な契約を取り消すことができたり、財産の使い込みを防ぐなどのメリットはあるが、一度決まったことの取り下げは難しく不必要な出費などもできなくなり、自由度が減ってしまうといったデメリットについても説明していただき、渡辺氏は「本人の権利を守る」ことを強調していました。

参加者からは「楽しくわかりやすい講話で大変勉強になりました」「利益だけでなく不利益もあることなのでよく考えようと思った」など、たくさんのご感想をいただきました。また、一定の期間内であれば無条件で契約の解除ができるクーリングオフ制度についてや成年後見人の必要がなくなったことやめることができるのかなどの質問もあり、制度についての関心を伺えました。

お気軽にご相談を...

センターでは3名の職員で対応いたします。弁護士や司法書士など法律の専門家のアドバイスもいただきながらご相談に応じます。認知症、知的・精神障がいなどがあり、日常生活において何か心配なことや困りごとがありましたらお気軽にご相談ください。

千歳市成年後見支援センター

時間／8：45～17：15（月～金）
休日／土日祝日 年末年始（12/28～翌1/5）
電話／0123-27-2527 FAX／0123-27-2528

今日の社会でも、高齢化が進んでいる中、制度が利用されるケースは今後ますます増加していくものと思われれます。老後をどのように過ごすかは私たち全てにおける課題です。この講演会が、成年後見制度を知る、また考えるきっかけとなれば幸いです。ご来場いただきました皆様、本当にありがとうございました。

私たちは、千歳市社会福祉協議会の活動をサポートします。

年の初めにご家族揃って
神社参拝を致しましょう



千歳神社

千歳市真町1番地
TEL 0123-23-2542 FAX 0123-24-7743

どんど焼
1月15日10時～15時終了
厄年祓（2月）
厄年に当たる方は
神社でお祓いを
受けましょう
節分の頃にお祓いを
うけるのが習わしです

旬の新鮮な食材を使った、美味しい
和洋の食事とこだわりのお酒を
くつろげる空間で
お楽しみいただけるダイニング

旬のおもてなし和洋ダイニング

ゆきあかり



宴会のご予約承ります。

最大48名様迄の
宴会が可能です
電話受付時間
15:00～22:00
■千歳市幸町2丁目3番地2号
●営業時間/17:00～23:30 (L.O 23:00) ●定休日/日曜日
御予約はコチラ FAX.0123-26-5062
TEL.0123-26-5061
http://yukiakari-chitose.com



ゆきあかり 千歳

検索

せ 2019 日フェア



、介護サービス利用者及び介護家族を支援し、
的とする「介護の日（11月11日）」に先立ち、
歳市民文化センター）にて「ちとせ2019介護
楽」をテーマに講演会や映画上映をし、延べ



べり処きずな茶屋、④折り紙サロン、⑤折り紙作品
千歳市社会福祉協議会、千歳の介護医療連携の会）

♪ 介護の日講演会

音楽を介護予防に！

札幌大谷大学芸術学部音楽学科准教授 高田由利
子氏を講師にお招きし「音楽と健康について」音楽療
法の視点からウエルビーイングな生活について考える」
をテーマに、講演会を開催しました。

音楽は、介護予防・認知症予防に有効な活動として
注目されていますが、中でも体操や脳トレと音楽を組
み合わせることで、脳の広い範囲を活性化することが
できると講演で触れられていました。

札幌大谷大学の生徒6名もお手伝いいただき、歌を
歌いながら体を動かすなどの音楽療法を参加者の皆様
にも体験していただきました。

歌いながら、足踏みをしたり、手拍子をするなど体
を動かすことは、自宅でもできる介護予防です。是非
皆様も試してみてください。

※ウエルビーイング

個人の権利や自己実現が保障され、身体
的、精神的、社会的に良好な状態をさす。

♪ サロン発表 &

いきいき百歳体操交流会

サロン発表では、市内で今話題の「ちよこつと茶屋」、
「いぶすき茶屋」、「折り紙サロン」の活動報告を行
いました。

ボランティアや市内の医療・福祉専門職が協力しあ
い活動している様子を聞いた参加された方からは、「是
非自分も参加してみたい」といった声が聞かれました。
「折り紙サロン」は2階和室に体験ブースが設置さ
れ、参加者に折り紙でハートを作っていただき、それ
を使用してタペストリーの作成を行いました（写真⑤）。
完成したタペストリーは、千歳タウンプラザのまち
ライブラリーに展示されています。是非、足を運んで
ご覧ください。

いきいき百歳体操交流会では、今年度は「しゃきしや
き百歳体操」の紹介もありました。
この体操は、認知機能の維持・向上を目的に椅子に
座った状態で映像に合わせて2つの動作を同時に行う
難易度の高い体操です。

皆様笑顔で楽しみながら参加していただけていました。



介護についての理解と認識を深め、介護従事者
地域社会における支え合いや交流を促進する目
11月8日(金)、9日(土)、北ガス文化ホール(千
の日フェア」を開催しました。今年度は「音
800名以上の方に参加いただきました。

♪ 映画上映

認知症の普及啓発を目的に、「パーソナル・ソング」の映画上映会を行いました。

この映画は、日本だけでなく様々な国で社会問題となっている認知症の方に対して、自分の好きな歌(パーソナル・ソング)を聞くことによって、音楽の記憶と一緒に、これまでの人生で好きだったことや喜びなど様々な記憶を取り戻す様子を撮影した、ドキュメンタリー映画です。

洋画で字幕の映画でしたが、音楽の力と、それにより大切な過去の記憶が蘇った映像に、皆様「感動した」、「もっと多くの方に見てほしい」などの感想をいただきました。



♪ おしゃべり処きずな茶屋

市内の認知症・障がい者施設等の関係者と協働で、認知症の方と地域の心がつながる茶屋を目指し開催しました。

当日は、お茶菓子と飲み物のセットを用意し、グループホーム入居者と認知症サポーターの方々、ホールスタッフとなつて来客の接待を行いました。協力いただいたスタッフの皆さんは、10月のプレオープン時には緊張した様子でしたが、当日は、参加者にも笑顔で接し会話をする様子が見られ、和やかな雰囲気になりました。

今後、「おしゃべり処きずな茶屋」開催の際には、チラシやホームページなどで周知いたしますので、ぜひ多数の方の参加をお待ちしています。

♪ 参加者インタビュー

おしゃべり処きずな茶屋でボランティアスタッフとしてご協力いただいた方にお話を伺いました。

「認知症サポーター養成講座などで、認知症に関する勉強はしてきましたが、実際に接したことが無く、不安を感じていました。」

当日は、認知症の方とボランティア、スタッフの方々と協力し、とても雰囲気の良い茶屋ができたのではないかと思います。また、私自身の認知症に対する考え方を改めるきっかけにもなりました。今後こういった活動に協力していきたいです。」

写真①介護の日講演会、②サロン発表会、③おしゃべり処きずな茶屋
主催：ちとせ介護の日フェア実行委員会(千歳市、

千歳市社協「ほっとす」の福祉サービス

ほっとすが独自分で
行っていること

◇ホームヘルプ・大掃除

内容	場所
買い物の付添いなどの家事と身体介護	利用者の自宅、病院など (大掃除は自宅のみ)

◆布団丸洗いサービス

普段、洗濯する機会が
少ない布団
を洗濯しま
す。

◇調理教室

経験のない
男性も参加
し、身近な
食材を使っ
た交流が深
まる楽しい教室です。



◇日帰り旅行サービス

施設の見学、昼食、レクリエーションなど、ほっとす職員が付き添います。

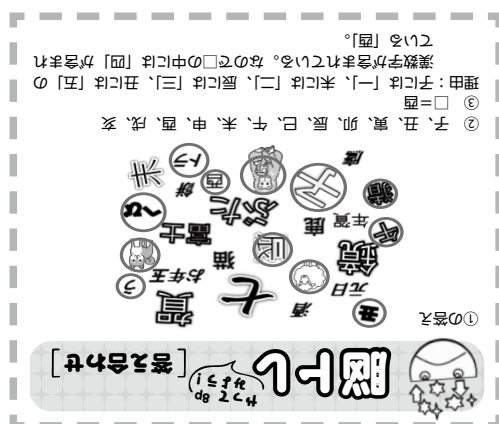
そのほかの
事業をご紹介！

◆訪問給食サービス

高齢者と障がい者の方を対象に「昼食」「夕食」を配達します。

◆移送介助サービス

車いすリフト付車両で障がい者の方の外出を支援します。



私たちは、千歳市社会福祉協議会の活動をサポートします

ゴルフ練習場 1球5円 格安!!



冬季
營業時間

ゴルフ練習場（平日）
AM10：00～PM5：00

千歳市根志越19番地の41 ☎0123-23-2211



ISO14001認証取得

株式会社

クリーン開発

〒066-0019 千歳市流通1丁目4番7号

TEL:0123-24-7787 FAX:0123-26-0023

介護福祉用品レンタル・販売

N-WGN



Honda Cars 札幌中央 千歳店

千歳市新富3丁目2-2 TEL:0123-27-7111

株式会社 日建企画

NIKKEN KIKAKU TEL 0123-27-2707

〒066-0038 千歳市信濃2丁目13-3

HP <http://www.nikken-kikaku.com>

注文住宅の設計 施工監理 防音工事

不動産売買 リフォーム 仲介

不動産売買 リフォーム 仲介





こんにちは！ ドンちゃん 加古ゲンゴロー



あなたの脳に刺激を！ /

やってみよう脳トレ



11月1日号「脳トレ」の一部計算式に誤りがありました。
お詫びいたします。

- 脳機能をきたえる事は認知症予防だけではなく、運動機能を高める事にもつながり、スポーツにも効果が期待できます！
バラバラに並んでいる文字や絵を見ながら、①⑤の質問に答えましょう
- ① 干支をすべて探してください
 - ② 見つけた干支をすべて干支を表す漢字一字に直してください
 - ③ 次の□の中に入る干支は何でしょうか？
子 ↓ 未 ↓ 辰 ↓ □ ↓ 丑
(答えは6Pに記載しております)

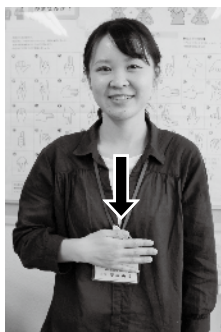
ワンポイント 手話

簡単な手話を覚えてください。
今回は「わかりました」を紹介しします。

① 胸の中央に右手を当てます



② そのまま、なで下すように下げます



愛情銀行寄付のご紹介 (令和元年10月～令和元年11月受付分) (順不同・敬称略)

金銭預託

本会への善意の寄付やチャリティイベント、バザーなどの益金をご寄付いただきました。
地域福祉を推進するための貴重な財源として活用させていただきます。

地域福祉を推進するための貴重な財源として活用させていただきます。

●日本女子テニス連盟千歳地区	6,096円
●和紙ちぎり絵「こうぞの会」	10,000円
●ダンスサークルウィーブ	20,000円
●日本キリスト教団千歳栄光教会	10,000円
●陶遊会	5,440円
●松村 俊司	100,000円
●千some千showライブ実行委員会	30,880円
●千歳建設業協会	10,000円
●千歳市文化団体連絡協議会	2,200円
●はまなすの会・コスモスの会	14,000円
●第5地区民生委員児童委員協議会	5,000円
●千歳泡盛同好会	20,000円
●千歳手工芸協会	40,675円
●千歳市役所女子バレーボールクラブ	105,428円
●三谷 ヒデ	5,000円

お香典(社協会葬礼状利用) 寄付

社協会葬礼状を利用し、故人の志を社会福祉事業に寄付することができます。社協が展開する福祉事業に活用させていただきます。

●故 天童 秀男	50,000円
----------	---------

物品預託

リングプル

換金し、車いすなどの福祉機器購入に活用しております。購入した福祉機器は、貸出しています。

あじ亭、コトロ213、公明党女性局、鉄東コミュニティ協議会

ペットボトルキャップ

愛キャップ市民回収運動実行委員会へ

千歳桂病院デイケア、山口桃果、山口大翔、山口優奈、日本高圧コンクリート(株)千歳工場、北海道森紙業(株)、(株)ダイナックス、千歳市女性団体協議会、ルフトトラベルレンタカー、千歳民報社、東郊町内会、松村俊司、千歳末広郵便局、菱重特殊車両サービス、ミヨシロジスティックス、マルハン千歳店、障がい者支援センターキラリ

リングプル・ペットボトルキャップ

旭ヶ丘町内会、中央運輸(株)、濱崎愛子、千歳市立信濃小学校、住吉北町内会、千歳高等学校ボランティア部、アシストセンターちえりすゆみな共同作業所、北星館、新富東町内会、千歳理容組合、栄町西町内会、航空自衛隊千歳基地准曹会、ゆうまいシニア、北千歳駐屯地曹友会、信濃2丁目町内会

使用済み切手・カード・書き損じハガキ

神戸のNPO法人「誕生日ありがとう運動本部」へ送ります。

向井ひな子、芳賀ヒサ子、あじ亭、新富東町内会、吉田隆治、根尾秀子、信濃2丁目町内会

車椅子

千歳市社会福祉協議会へ
小野寺 和子

タオル

市内福祉施設へ
富丘西町内会

点訳紙本

千歳市点字図書室へ
北海少年院