



## もくじ [Contents]

- 2～3 福まちかわら版  
(鉄東地区・北栄地区・苗穂東地区・東区)
- 4～5 ・特集／東区生活支援体制整備事業
- 6 ・夏休みボランティア体験開催しました  
・令和7年度  
赤い羽根共同募金運動始めました
- 7 ・東区ふれあい・いきいきサロン活動紹介  
(丘珠／お元気シニアの会、北光／サロン「ほっこう」)
- 8 ・ご寄付のお礼  
・令和7年度 賛助会員の募集について

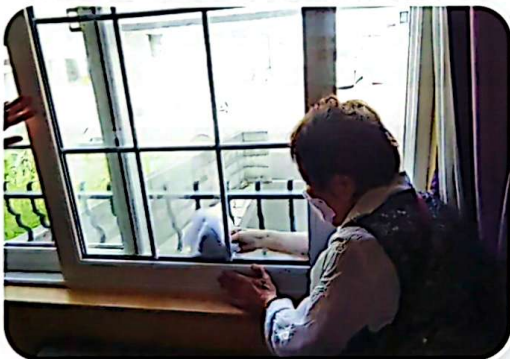
# 東区生活支援体制整備事業の 活動の様子!



生活応援ボランティア団体「まごのて」が  
実施した車いす研修



「栄西ちょぼら隊」による  
ピカピカ大作戦



「くらしのサポーター養成講座」修了生による  
窓ふきボランティア



令和7年度第1回東区くらしのサポーター  
養成講座実践編





# 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。

## 鉄東地区 【福祉のまち推進センター】

### 大盛り上がりのモルック対抗戦! ~春の鉄東ふれあいの会~

鉄東地区福まちでは、毎年恒例となっている「ふれあいの会」を、6月17日(火)むつみ会館、18日(水)鉄東会館で開催し、2日間で延べ86名の方が参加しました。

前半は、関係4機関(東区役所保健福祉課、東区第1地域包括支援センター、介護予防センターなえぼ、東区社協)から、それぞれの事業紹介とともに、独自の福祉クイズや後半のスポーツに備えた準備運動が行われました。

後半は、参加者が2チームに分かれて「モルック」の対抗戦を楽しみました。モルックは年齢や性別を問わず誰でもできる簡単なスポーツで、最近東区内で密かなブームとなっています。モルック経験者もいましたが、初めてモルックを体験する方も一緒にな

り、大変な盛り上がりをみせていました。

「狙ったところにモルック棒を投げられないわ」「モルック棒って意外に重いね」「これぐらいのスポーツだったら、楽しく体を動かせるね」など、初めてお会いした参加者同士もモルックを介して話しが盛り上がり、ゲームが終わるころには、参加者全員が一体となり沢山の笑顔に溢れていました。



## 北栄地区 【福祉のまち推進センター】

### 新たな集いの場「ほくえいサロン」開催!

北栄地区福まちでは初の試みとなる、高齢者が気軽に集える場「ほくえいサロン」を、8月5日(火)に開催しました。当日は、福まちから「おしろこ」と「抹茶」が振る舞われ、参加者は近況等をおしゃべりしながら、楽しいひと時を過ごしていました。

また、関係機関(東区第1地域包括支援センター、介護予防センター北栄)協力のもと、血圧や血管年齢などを測定しながら健康についての相談ができる『健康測定・相談コーナー』も設けられ、こちらも大盛況でした。

北栄地区福まちでは、「ほくえいサロン」の他に、親子の交流の場として「ほくほくサロン」「つぼみ」の二つの子育てサロンも開催しています。これからも地域のつながりを絶やさず、安心して暮らせる地域づくりに向け、取り組みを進めていきます。





## 苗穂東地区 【福祉のまち推進センター】

### 「全体研修会」～身近な地域での見守り活動～

苗穂東地区福まち(苗穂福祉ふれあいテン)では、令和6年度から福まち推進員・町内会の社会福祉部の方・町内会長等に向けて全体研修会を開催しています。今年度は6月27日(金)に開催され、20名が参加しました。

当日は、地区福まちの取り組みや関係機関の役割説明の後、東区社協職員より『身近な地域での見守り活動』と題して講話がありました。講話では、地域の課題を全て自分たちで抱え込むのではなく、必要時には福祉

の関係機関への相談を促す内容が伝えられました。

その後の質疑応答では、実際に行っている見守り活動に関係した質問も出され、参加者からは「活動の参考になった」との感想が寄せられていました。

苗穂東地区福まち吉委員長は、「無理のない範囲で今後も見守り活動を続けていきたい」とお話しされていたのが印象的でした。



## 東 区 【福祉のまち推進センター】

### 福まち運営委員長会議を開催しました

8月18日(月)、東区民センターにて福まち運営委員長会議を開催し、区内各地区の福まち運営委員長と事務局長19名にご参加いただきました。

今回の運営委員長会議では、今年で福まち事業が30周年を迎えたことから、原点に立ち返り、「活動調整員」の役割について再確認すること、そして単位町内会での見守りや、ちょっとした地域での困りごとを地域で解決していける仕組みづくりを目指すことを目的に実施いたしました。グルー

プワークでは、実際に地域であった事例をもとに、自分の地域でできることやこれから必要となることについて意見交換を行いました。

今後も活動調整の役割について、更に理解が深められるような研修を検討していきます。



令和7年度は福まちPRグッズとしてサコッシュを作成しました!

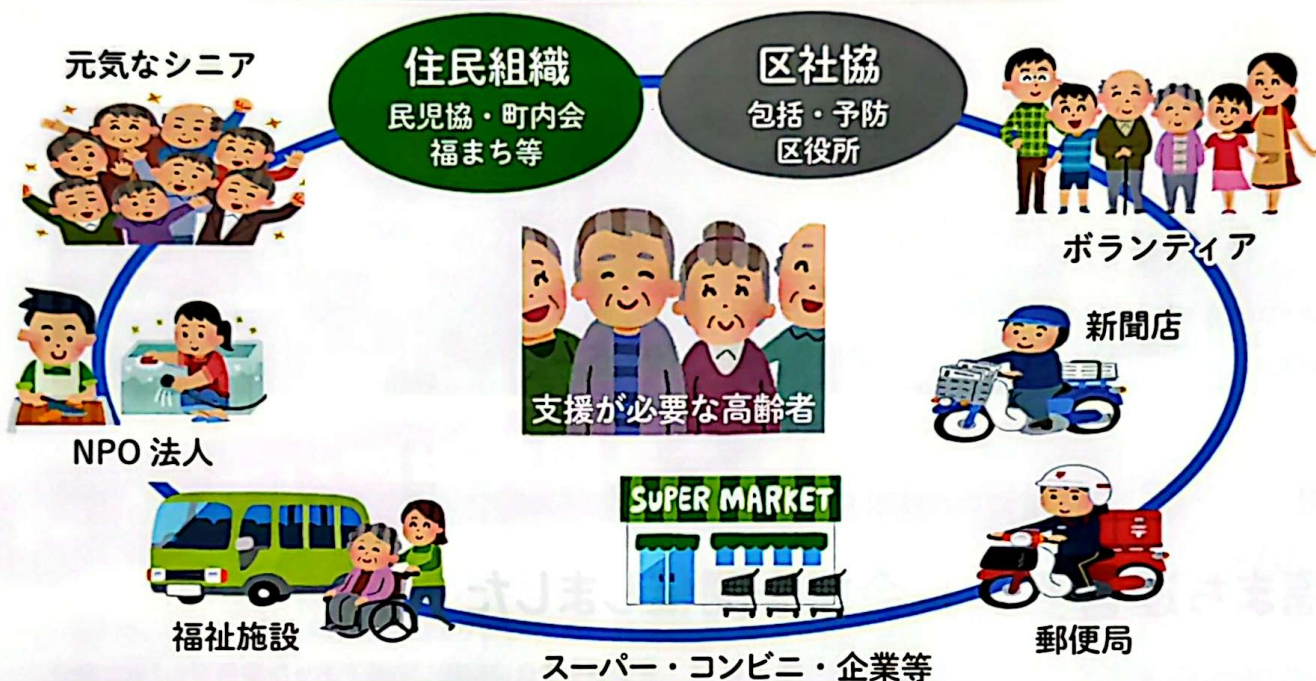


# 生活支援体制整備事業って なんだろう？

令和25年にピークを迎えると言われる高齢化の進展により、シニア世代の割合が高まるとともに、日常生活においてちょっとした手助け（ゴミ出しや買物など）を必要とする方も増えています。しかし、このような生活ニーズは、公的なサービスだけでは対応できません。

こうした中、住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けられるよう「支援を必要とする高齢者を支える仕組みづくり」を進める事業が、生活支援体制整備事業です。札幌市は、社会福祉協議会をはじめとする社会福祉法人や医療法人に生活支援コーディネーターを配置して、体制の整備を進めています。

## 生活支援体制整備事業で目指すところ



**多様な主体が協力・役割分担**  
高齢者の生活支援・介護予防を進める体制（仕組みづくり）

### 【生活支援コーディネーターの役割】

#### ●見つける

アンケート調査や聞き取り、関係機関の会議への出席等により、地域の資源や困りごとを把握し共有します。

#### ●はぐくむ

東区では「くらしのサポーター養成講座」を開催し、担い手を育成しています。ちょっとした困りごとの手助けを地域と一緒に進めていきたいと考えています。

#### ●つくる

地域に不足している資源が何かを地域住民の皆さまと一緒に考え、支え合いの仕組みづくりに繋げていきます。また、生活支援や介護予防に役立つ情報をまとめ見える化を行います。

#### ●つながる

地域住民の皆様と団体、企業、関係機関とのつながりをつくり、支えつつ、支えられる地域づくりを目指します。そのための、地域の課題を共有し考える場づくりを支援します。



# 東区における 「生活支援体制整備事業」の取組み

地域の資源や  
課題、ニーズを



見つける

## 困りごとの把握

アンケート調査や  
聞き取りを行います

地域の困りごとを把握するため、地域でアンケート調査や聞き取りを行っています。

今年度は、札幌市で高齢者の困りごとを11に絞った、「新・札幌ニーズ11(イレブン)」(高齢者の困り事で主なものを11個抜粋したもの)を活用して、その中でどのような困り事が多いか各地区で調査を行っています。

地域差はあるものの、「除雪」、「移動手段」、「高所作業」や「スマホ・インターネット等の使い方」について困るとの意見が多く見られます。今後も、調査を継続して、地区ごとの困り事を把握し、地域の方々とは何ができるか考えていきます。



すでに活動している  
ひと、団体を



はくくむ

## 担い手の育成・発掘

元気な高齢者の  
社会参加を応援します

東区では地域での助け合い活動を進めるための担い手養成を目的に「くらしのサポーター養成講座」を開催しています。今年度、栄西地区にお住まいの方を対象に開催し、地域の担い手としての学びを深めました。

既に地域支援活動をしている「栄西地区ちょボラ隊」の方々や、小学生のお母さんなど若い世代、地域にお住まいのお元気シニアなど、様々な方々に参加いただきました。

養成講座はゲームを通して自分が将来困りそうなことを考えたり、自分の特技が誰かの力になることを実感したり、地域の助け合いについて考える時間となりました。

この講座の修了生によって、東区のささえあい活動が、少しずつ広がっていきます。



地域に不足している資源を  
住民とともに



つくる

## 生活に役立つ 情報の見える化

地域にある様々な情報を把握・整備します

高齢者の方が抱える困りごとの中には、買い物や外出・除雪など、介護保険等の公的支援だけでは対応が難しいものがあります。

こうした状況を踏まえ、主に公的支援の対象外となる困りごとに関して、民間企業や福祉関係の施設・事業所・団体等が提供している有償サービスを中心に取りまとめた一覧を作成し、見える化を行っています。一覧は東区社会福祉協議会のホームページに掲載しています。

把握したちょっとした困りごとと地域資源を繋いだり、不足している資源を地域の皆さんと一緒に考えたり、支え合いの仕組みづくりに繋げていきます。

右QRコードから  
ダウンロード  
できます。



すでに活動している  
団体、企業、関係機関と



つながる

## 話し合いの場づくり

地域の方々と各種団体等と  
課題解決に向け考えます

生活支援体制整備事業では、地域の方々をはじめとする様々な団体と、支え合いの仕組みづくりに向けて情報共有・連携強化する場として、「協議体」を開催しています。

今年度、北光地区では札幌北斗高等学校にご協力いただき、地域住民と北斗高校赤十字部の学生が、地域と学生と一緒に取り組めそうなことをそれぞれの目線から出し合いました。「除雪や清掃活動ができそう」「スマートフォンの操作がわからない方の力になれそう」など、たくさんの「できたらいいな」を共有し、実現に向けて取り組めそうな方法を意見交換しました。

地域・学生が支える側、支えられる側どちらにもなりえる関係性が構築されており、今後の支え合い活動の仕組みづくりへ繋がる一歩となりました。





# 夏休みのボランティア体験 開催しました!

8月8日(金)、区内一部地域の小中学生を対象に、夏休みのボランティア体験を開催しました。

高齢者の方の介護施設と障がい者支援施設を行っているケアセンター栄町のご協力をいただき、施設見学や高齢者とのレクリエーション、活動交流を通じて、ボランティアについて学ぶきっかけになりました。

小学一年生から  
中学二年生まで計  
6名の生徒が参加し、皆さんボランティア初挑戦でしたが、体験後には「自分の親族以外の高齢者とふれあい、貴重な体験に



なった」と感想をいただき、夏休みの学びの機会になったようです。

本会では、ボランティア活動の需給調整の他、ボランティア活動を広く知ってもらうため、今後も様々なイベントを企画してまいります。ご興味のある方はぜひ気軽にお問い合わせください。



## 令和7年度 赤い羽根共同募金運動が始まりました!

今年度も赤い羽根共同募金運動が始まりました。東区共同募金委員会では運動の一環として、10月1日(水)から10月7日(火)までの期間、街頭募金を実施しました。東区内の地区分会や老人クラブ、ボランティア団体などのみなさまにご協力をいただき、290,011円の募金をお寄せいただきました。

お寄せいただいた募金は、「自分の町を良くするしくみ」として、地域の福祉活動や災害支援などに活用されます。

街頭募金期間、募金にご協力いただいた皆さまからは、温かいお言葉と共に募金をいただきました。募金にご協力いただいた皆さま、また街頭募金に参加してくださった皆さまに、心より感謝申し上げます。



子どもたちも募金活動に協力してくれました! 東区共同募金委員会 岩谷会長も激励に回りました!

今年度の街頭募金運動では、  
**290,011円**を  
お寄せいただきました。



# ふれあい・いきいきサロンのご紹介

## お元気シニアの会 丘珠地区

毎月第2・4月曜日14時から、北丘珠にある丘珠新栄団地会館を会場に、開催されています。参加者は、会場に歩いてくることができる範囲として、丘珠新栄団地町内会とみづほ町内会にお住いの65歳以上の方を対象としています。

おうかがいをした日は6名の方が参加されており、タッピー体操で体をほぐした後に、「ボッチャ」という年齢・性別を問わず楽しめるスポーツを楽しんでいました。

軽い汗をかいた後には、お茶を飲みつつおしゃべりタイム。「ボッチャ」を体験した感想や、最近の出来事などおしゃべりにも花が咲いていました。

会館近隣にお住いの方で参加してみたい方は、本会までお問い合わせください。



## ふれあい・いきいきサロン「ほっこう」 北光地区

札幌市あかしあ学園に通所する利用者のみなさんと、地域の方の交流の場として毎月第3水曜日13時30分から15時30分に開催されています。

平成17年にサロンを開設してから、今年6月には開催200回目を迎え、長きに渡って活動しています。

8月20日(水)には夏まつりが開催され、出店やゲーム・茶話会をして楽しく過ごしました。中でもコマ回し大会では、参加者それぞれがデコレーションしたコマをどれだけ長く回せるかを競い合い、大いに盛り上がりしました!

ふれあい・いきいきサロン「ほっこう」では、通常は楽しいゲームをしたり茶話会を行っています。ぜひお気軽にご参加・お問合せください。サロンのお手伝いをしてくださるボランティアも募集中です!



## 東区

# ふれあい・いきいきサロン交流会 開催しました

8月27日(水)東区民センター大ホールを会場に、東区内22サロン30名の皆さんにご参加いただき開催いたしました。

前半は、『サロンを継続させていくコツ』と題し、東区社協職員からサロンの役割と続けることの大切さについてミニ講話があり、その後グループに分かれ参加者情報交換を行いました。サロンを主催する立場の悩みや、各サロンで実施している工夫などを共有しました。

後半は、東区内の介護予防センター職員を講師に、『サロンで使えるお手軽レクリエーション』として、3つのレクリエーションを体験しました。参加者からは、「これならうちのサロンでもできるわ」「楽しくて脳トレにもなるから一石二鳥!」と言った感想

が聞こえてきました。これらは、新聞紙や牛乳パックを再利用して楽しめるレクリエーションで、そのひと工夫に驚きながらも楽しんでいる姿がとても印象的でした。

最後には、サロンで活用できる資材の抽選会を行い、参加者の笑顔あふれる交流会となりました。

本会では、「ふれあい・いきいきサロンを立ち上げてみたい!」と考える方々の、相談もお受けしています。お気軽にお問い合わせください。





あたたかいご寄附  
ありがとうございました

令和7年7月以降の  
受付分をご紹介します。

●札幌市東区文化団体協議会  
会長 渡邊 アヤカ 様 ..... 26,404円

●匿名 様 ..... 500,000円

### 【物品寄付】

●マルハン札幌北店 様 ..... お菓子3箱



札幌市東区文化団体協議会 様



マルハン札幌北店 様

皆様から頂いた善意は、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きます。皆様からのお申し込みをお待ちしております。

## 令和7年度の賛助会員を募集しています

本会では、地域の皆さま、企業、団体の賛助会員を募集しています！

賛助会員の皆さまからいただいた資金については、約8割は東区内の各地区社会福祉協議会に配分され、地域での行事開催等に活用されます。また、残りの約2割の資金については、東区内の小・中学校での福祉教育推進事業をはじめ、東区の地域福祉活動を進めていく財源として活用いたします。

賛助会員への加入は随時受け付けておりますので、加入を希望される方は、本会にお問い合わせいただくか、本会事務所へお越しください。

多くの方の協力をお待ちしております。

### 会費額(年額)

個人(1口) 1,000円  
企業・団体(1口) 10,000円  
※2口以上の加入也大歓迎!

### 問い合わせ先

東区社会福祉協議会  
電話 741-6440