小樽市総連合町会

コミュニティ

令和８年４月
No.233

発行／小樽市総連合町会　〒047-0008 小樽市築港１１番１号　ウイングベイ小樽１番街４階
TEL：24-1933　FAX：64-5755　E-mail sourengo.jm@bz4.plala.orjp

●令和７年度小樽市コミュニティリーダー養成研修会



２月17日（火）、標記研修会を消防庁舎６階講堂で開催しました。テーマは、「ともに支え合う地域づくり」として、①「小樽市生活支援体制整備事業について」、②「各地区での活動について」、③介護予防、認知症予防の視点から～地域の中にある身近なつどいの場の紹介～」について、お話がありました。

講師は、①医療法人社団一視同仁会はびりす　小樽市第１層生活支援コーディネーター上林由加利氏、②北西部地域包括支援センターなど４包括支援センターの第２層生活支援コーディネーターの皆さま、③市福祉保険部総合相談室主査（保健師）長谷川綾氏。高齢者が多く、支え手が少ない状況が今後も続く中、「公的制度には限界があるため、顔の見えるコミュニティの場として、地域版介護予防教室やオレンジカフェ（認知症カフェ）などの紹介がありました。皆さん、動画に映る教室の様子を興味深く見ていました。

●健康づくり講座



２月13日（金）に総合福祉センター研修室で、総連合町会の専門部会である福祉部会と女性部会の合同で標記研修会を開催しました。第１部では、市福祉保険部福祉総合相談室主査（保健師）長谷川綾氏から、「アクティブライフのすすめ～小樽市の介護予防を活用してこころも体も元気に～」と題して、市の介護予防事業や実際の介護予防教室の様子などの紹介と簡単な体操を行いました。第２部では、さやわ助産院　助産師　澤谷　幸希子氏から「生涯を通じた健康と幸せ」と題して、男女の体の仕組み、更年期等、助産師からの健康づくりについて興味深く聞きました。参加者は、普段目にすることのない妊娠初期、妊娠７ヶ月、妊娠９ヶ月、新生児人形を抱き、大きさと重さを体感しながら命の大切さを学びました。



★各町会の取組事例を紹介します

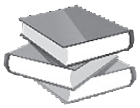
◆１　避難訓練「防災ウォーク 2025」について（桂岡町内会）



昨年11月８日（土）、標記の防災訓練を開催しました。当日は、前夜からの雪が残る中、地域にお住まいの小学生から北海道高等聾学校の生徒さん、お年寄りの方まで、総勢94名の方が参加。ハザードマップで避難経路を確認した後、グループごとに緊急避難場所である同聾学校グランドまで徒歩で避難。リヤカーによる救護者移送も体験しました。避難所の体育館では、段ボールベッドの組立て、簡易トイレ・心肺蘇生・AEDの体験、レスキューキッチンによる豚汁の炊き出し、非常食のアルファ化米の試食などの体験をし、また、アンケート調査も実施しました。

☞総連合町会「コミュニティ」の記事は裏面に続きます。

◆2 本の貸し出し配達サービスを実施(赤岩町会)



独居老人等の見守りや赤岩町会自主防災組織結成に向けて高齢者の実態調査と名簿の登録を実施。歩行が難しい方や外出機会の少ない高齢者に対し、自宅を訪問して希望の本を届けるもので、読みたい分野の相談に応じるなど、利用者の楽しみや生活の張りの支援を行いました。また、安否確認や日常の様子を伺うため、定期的に訪問し、健康状態や生活面での困り事を傾聴しました。さらに、寒さが厳しくなる時期に合わせて、足下の保温を目的に厚手の靴下をプレゼントし、利用者からは「暖かくて助かる。」など、喜びの声が寄せられました。





◆3 しめ縄作り(花園東三丁目連合会)

昨年12月8日(月)に、花三サロンで、嶋孝子さんを講師にお招きして、「しめ飾り」の部材を組み立てていきました。(こう言うと、いとも簡単そうに聞こえますが)13種類の部材を一つ一つ、先生の説明通り、曲げたり縛ったりして組み立てましたが、参加者みなさんそれぞれまるで違うものができました(大笑い)。最後に、茶話会を開き、楽しく和やかなイベントとなりました。(市のホームページの記事からの転載です。)

◆4 町会用務パソコン購入費補助金



令和7年度から新たに設けられた補助制度です。最上町会、花園東三丁目連合会、真栄町会、望洋台町会、赤岩町会の5町会からパソコン購入の補助申請があり、各町会に5万円の補助金を交付しました。本年度も同様の補助金制度がつきましたので、希望の町会は申請してください。なお、具体的な申請内容等は、後日、全町会に案内される予定です。

★お知らせ

◆1 小樽市地域子育て支援センター「おやこの集いの場」開設



昨年12月20日にウイングベイ小樽1番街4階に標記の子育て施設が開設されました。この施設は、市内4か所目の子育て支援センターで、就学前の子供と保護者を対象に定員100名を予定。木のおもちゃで遊ぶことができるコーナーや、小樽の坂をイメージした滑り台などがあり、また、積み木や電車で遊べる小さなつどいコーナーやハイハイする赤ちゃんが利用できるスペースなども設置。月・火・金～日曜(祝日含む)に、10:30から16:30まで入場無料で利用できます。運営は市の委託を受けたNPO法人北海道子育て支援ワーカーズが担う。問合せは、080-6729-3719まで。

◆2 地元の『公民館』元気プロジェクトについて

2021年に小樽市と包括連携協定を結んだ明治安田生命保険相互会社が実施する町内会館を利用した元気プロジェクトです。メニューには、「睡眠と健康の知恵袋講座」や「女性のための健康づくり応援講座」、「知って備える!もしものときのがん講座」、「楽しく学ぶ!認知症予防講座」などあり、費用はいずれも無料です。会館での講座開設、運営、調整等も同社が行うので安心。血管年齢測定、ベジチェックなど健康測定もあります。

本プロジェクトの実施を希望または検討する町会は、明治安田生命保険相互会社小樽中央営業所(0134-22-1214)または、高森(070-4894-9806)までご連絡ください。



◆3 小樽支援コンシェルジュ「まるっと!」

北海道済生会が、小樽市の福祉サービスや支援制度を簡単に探せるアプリを開設しました。国の制度から小樽市独自の支援まで、約400種類以上の情報を網羅し、地域で実施する福祉活動や相談窓口もすぐみつかるもので、高齢者、障がいのある方、子育て世代など、誰でも使いやすい設計となっています。

スマホの方は、友だち登録を→

パソコンの方は、「北海道済生会」からお入りください。