

すこやか倶楽部の ご案内 R5年7月号



各講座
無料です

稲積公園でパークゴルフ大会！

札幌市より委託を受け、運動や認知症予防、栄養、口腔、生活習慣病予防など前田・稲積地区 65歳以上の方を対象に介護予防講座を開催中です！初めての方もお気軽に 介護予防センターまえた 685-3141 までお申込み下さい。

日時	会場	内容
8/8(火) 10:00~11:00	社会福祉法人 溪仁会 手稻つむぎの杜 地域交流スペース 前田2条10丁目	ウクレレ音楽会♪ 演奏：絹うた & ウッキー様 定員：20名 (〆切：8/4)
※ 8月14日(月) はお休みになります。お間違えの無いようご注意ください。		
8/17(木) 10:00~11:00	前田会館 前田6条11丁目	気になる！紫外線講座 講師：花王グループカスタマーマーケティング 株式会社 社会コミュニケーション部門 楠本様 定員：30名 (〆切：8/15)
8/24(木) 10:00~11:00	前田中央会館 前田8条11丁目	楽しい脳トレと筋トレ 定員：30名 (〆切：8/23)
8/28(月) 10:00~11:00	稲積記念会館 前田5条5丁目	コグニサイズ 講師：コグニサイズ指導者 田頭 絵美様 定員：30名 (〆切：8/25)

小さなことからSDGs企画

持続可能な未来のための一歩として『身近に出来る活動』を、募集中です。その中で今回、「ベルマーク」を集め、近隣の学校に寄贈することになりました。もしよろしければ、最寄の講座、センターにご持参下さい。

☆ご協力宜しくお願い致します！☆



・川柳コーナー・

「海の思い出」



若き日の『積丹ブルー』もう一度

夏休み 波追いかけて 逃げ帰る

指宿で 貝がら拾い なつかしく

夏来れば 海水浴に ジンギスカン

うず潮を 眼下に見ると 洗濯機

もう一度 利尻の海に 夢馳せる

今月もご応募ありがとうございます。
次回は「旬の果物」です。
7月24日までご応募お待ちしております♪

オンラインで体操しよう！

♡「スマイルフィットネス」♡

- ・参加される場合は、初回のみ開催日の2～3日前までお申込み下さい
- ・セラバンドを使った体操の他、脳トレや口腔体操等を行います

日時:① **8月3日(木)**

14:00~15:00

② **8月22日(火)**

10:00~11:00



※ご自宅にWi-F環境が無い方は、都度通信費が

発生します(30分で300MB程度)

前田ウォークラリーのご案内 (申込不要)

まえた界隈を散策して・学んで、季節を感じませんか？体操も行います！

手稲つむぎの杜

前田2条10丁目

8月10日(木)10時~

下手稲公園

前田5条13丁目

8月18日(金)14時~

稲積公園

手稲いなづみ病院側ベンチ付近

8月31日(木)10時~



・飲物持参、天候に合わせた服装で直接現地へ ・雨天中止、開催について迷う場合は、ご連絡を！

LINEで
繋がろう！

LINEアプリのQRコードでこちらを読み取り ⇒ 友達登録 ⇒ 画面左上のグレーの星マークをクリック ⇒ トークを押してコメントして頂くと登録が完了になります。

その後は申込や連絡などがLINEで出来て便利です♪



参加申込・ご相談はこちらへ

札幌市手稲区介護予防センターまえた

手稲区前田2条10丁目1-7(手稲つむぎの杜内)



011-685-3141

吉田

金山



福祉除雪事業

“地域協力員”を募集しています

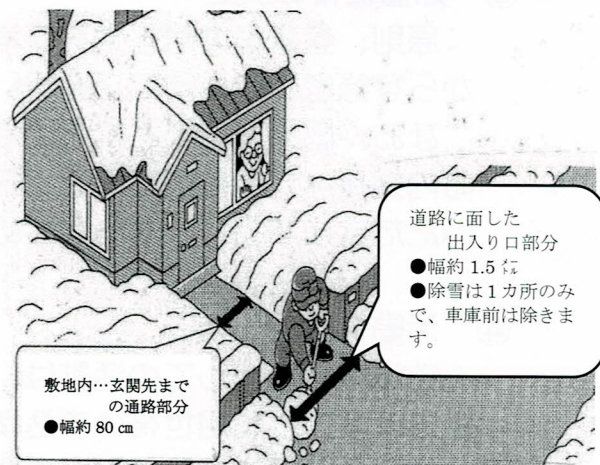
札幌市および社会福祉協議会では、高齢者や障がいのある方を対象として、通院や買物などの外出時に支障となる、道路に面した住宅の出入口と玄関先までの通路(敷地内)を地域協力員が除雪する福祉除雪事業を行っています。

また、除雪を行うとともに、利用世帯の方の見守りにも繋がる活動となっています。

地域協力員は、ボランティアグループ、NPO、福祉施設、学校、企業などでの登録も可能です。手稲区の冬期間の支え合い活動として、福祉除雪事業の“地域協力員”にぜひご協力をいただきますようお願いいたします。

活動内容

活動期間	令和5年12月1日(金)～ 令和6年3月20日(水)
除雪日時	道路除雪が行われた日の 12時(正午)ころまで(原則1日1回)
除雪範囲	道路に面した出入口部分は概ね幅 1m50cm、敷地内は歩行に支障のない 概ね幅80cm
担当世帯	1世帯から可。1世帯の除雪を複数の方 で担当いただくことも可能です



活動費

活動期間終了後(3月末)、担当世帯1世帯につき21,000円をお支払いします。
(例: 3世帯担当した場合は63,000円)

◆◆◆ 地域協力員からの声 ～アンケートより～ ◆◆◆

やりがい

～ 個人の方より ～

利用者から「ご苦勞様、大変助かります」と声をかけられた時はやりがいを感ずいます。健康に留意した規則正しい生活となり満足しています。

地域貢献

～ 企業より～

地域の皆様のお力になれて感謝しております。社員にもあたたかいお言葉をかけていただき、とてもはげみになっております。

体力づくり

～ 学校より～

冬季の生徒の体力づくりと、地域貢献を行えるこの活動は、大変意義深いと思います。





【福祉除雪事業“地域協力員”申込から除雪活動開始までの流れ】

① 活動の申し込み

札幌市手稲区社会福祉協議会へ電話、来所にてお申し込みください。

その際、お名前や住所、活動可能な世帯数やエリアなどをお伺いし、表面記載の活動内容にご協力いただくことのできる方を地域協力員として登録（以下「登録者」という。）させていただきます。なお、性別・年齢等は特に問いません。

また、下記 QR コードの福祉除雪地域協力員登録フォームからお申込みいただけます。

② 申込期間

令和5年9月29日（金）までに下記へお申し込みください。

なお、申込期間終了後も引き続き申し込みを受付しております。その場合は、活動開始日が令和5年12月1日以降になる場合がありますので、ご了承ください。

③ 除雪世帯の決定

原則、登録者の居住地等を考慮し、申込世帯との組み合わせを行ったうえで、本会から登録者の皆さまにご連絡いたします。

なお、個人で活動される場合、利用世帯との組み合わせのため、利用世帯が属する町内会長へ、活動予定の方の氏名や住所、電話番号、活動可能な件数等を提供させていただきますので、あらかじめご了承ください。

④ 活動の開始

地域協力員としての活動は、手稲区社会福祉協議会からの連絡に基づきご協力いただきますが、利用世帯の申込状況によっては、ご希望に添えない場合や担当世帯がない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

ご友人やお仲間と一緒に、ペアやチームになって活動することもできます！

関心のある方はお気軽に下記へお問い合わせ・お申込ください。

こちらからもお申込み
いただけます！



【問い合わせ・申込先】

〒006-0811

札幌市手稲区前田1条11丁目 手稲区民センター1階

札幌市手稲区社会福祉協議会

電話：681-2644 FAX：684-8560

E-mail：teine_ku@sapporo-shakyo.or.jp

※問い合わせ、申し込み受付日時は、土日祝日を除く平日の8:45~17:15までです。



令和 5 年度 福祉除雪事業のご案内

お申込期間：令和5年8月14日（月）～9月15日（金）

**福祉除雪は、地域の支え合いとして
行われている事業です。**

**出入口は
概ね幅 1.5 m**

**敷地内は歩行に
支障のない通路幅
(概ね 80cm)**

除雪の時間指定はできません
(お昼の12時ごろまで)

除雪は道路に面した
住宅の出入口と玄関先
までの通路(敷地内)

生活道路の新雪除雪のため
市の除雪車が入った日のみ
1日1回となります

福祉除雪は、高齢の方や障がいのある方が、通院や買物などの外出時に支障となる、道路に面した出入口部分と玄関先までの通路部分(敷地内)の雪を地域の協力員が除雪する事業です。

地域協力員は、地域のご近所の方々をはじめ、企業・団体など幅広い市民のみなさんであり、地域の支え合いとしてご協力いただいています。

この福祉除雪事業を利用できる方の要件や申請の手続きなどについて、お知らせします。パンフレットの記載内容をよくご確認の上、お申し込みください。

福祉除雪地域協力員を募集していますので、詳しくは裏表紙をご覧ください。

令和5年度 手稲区社会福祉協議会



©TEINE WARD SAPPORO
手稲区福祉のまちづくりキャラクター「ていぬ」

賛助会員 募集!

しゃきょう
社協って?



高齢の方や障がいのある方、子育て中の親子など、誰もが笑顔で安心して暮らすことができる「福祉のまちづくり」を進めるため、地域の皆さんと一緒に、様々な活動を行っています。

みなさまの「やさしさ」で「ていぬ」の福祉のまちづくりを進めます!

地域福祉を推進する社協の活動を資金面から支えてくださる賛助会員を募集しています。「自分の地域をみんなのお互い様の心と善意で良くしていく」賛助会員として、一人でも多くの皆様にご協力いただきますようお願いいたします。

～賛助会費は、このような事業に活用しています～

手稲区社協では、下記事業の他、「福祉のまちづくり」のために様々な事業を行っています!

- 福祉のまち推進事業 ・ ご近所同士の助け合い活動を通した、誰もが安心して暮らせる地域づくり
- ふれあい・いきいきサロン事業 ・ 地域の中で高齢者や子育て家庭の交流を深める居場所づくり
- ボランティア活動の推進 ・ ボランティア活動の需給調整、研修会や活動情報の発信などの普及・啓発
- 福祉除雪事業 ・ 高齢者や障がいのある方の在宅生活を支援する、ボランティアの協力による除雪活動

お申込み先 ※お住まいの地区のまちづくりセンターでお申込ください

各地区まちづくりセンター	住 所	連絡先
手稲まちづくりセンター	手稲本町3条1丁目 手稲コミュニティセンター内	681-2131
手稲鉄北まちづくりセンター	曙7条3丁目 鉄北コミュニティープラザ内	684-0048
前田まちづくりセンター	前田6条9丁目	683-4422
新発寒まちづくりセンター	新発寒5条4丁目 新発寒地区センター内	684-5557
富丘西宮の沢まちづくりセンター	富丘2条2丁目 富丘西宮の沢会館内	685-4745
稲穂金山まちづくりセンター	稲穂3条5丁目 稲穂会館内	684-4020
星置まちづくりセンター	星置2条3丁目 星置地区センター内	695-3222

みなさまの「賛助会費」は、「あたたかい福祉のまちづくり」に役立てられています！

賛助会員とは…

手稲区社会福祉協議会が進めている、誰もが安心して暮らせる「福祉のまちづくり」など各種の地域福祉活動に賛同していただける会員を募集しています。

あなたも「あたたかい福祉のまちづくり」に参加しませんか？みなさまのご理解とご協力をお願いいたします！

年会費

個人（1口）…………… 1,000 円

団体・法人（1口）… 10,000 円

※2口以上のご加入もお受けしております。

賛助会員になるには

- 社協活動にご賛同いただける個人または団体等、どなたでもご加入いただけます。
- 加入申込書に会費を添えて、お近くのまちづくりセンターまたは手稲区社会福祉協議会にてお申込みください。
- 年間を通じて募集しております。（会費強化月間：6～12月）

賛助会員へのご加入特典

- 手稲区社協広報紙「ていね区社協だより」等の送付
- ホームページ及び広報紙に氏名・団体名を掲載（非公開も可能）

皆様から寄せられた「賛助会費」のうち、約70%が各地区の社会福祉協議会（地区福祉のまち推進センター）に交付（還元）されて身近な地域で行われる様々な福祉活動に活用され、残りの約30%は区域全体の社会福祉活動に使われています。

令和4年度「賛助会費」実績額

1,554,000 円

内訳 個人会員 221,000 円
法人・団体会員 1,333,000 円



（内 969,500 円を地区の活動へ、584,500 円を区域の活動へ配分しています。）

令和4年度 前田地区の賛助会費額 620,000 円（配分額：434,000 円）

前田地区福祉のまち推進センター活動の様子



いきいきお食事交流会



健康づくりとおしゃべりの集い

北海道科学大学

8/5(土).6(日)

11:00~16:00



かがくガオー

© NEW STANDARD

OPEN CAMPUS 2023

どなたでもご参加できます！

MAIN PROGRAM

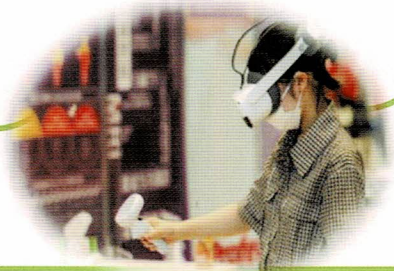
学科プログラム

学科の特徴や就職情報などを
講義・実習体験を通じて
知ることができます！



コミュニケーションブース

授業や学生生活のことなど
教員・在学生に個別に
相談できます！



部活動紹介

さまざまな部活が大集合！
キャンパスライフを
イメージできます！



無料学食体験 保護者向けガイダンス 入学者選抜制度説明会 etc...

JR手稲駅から無料送迎バスも運行します！



キッチンカーも
やってくる！



事前申込制！
お申込みはこちらから
※最新情報は本学HPを
ご確認ください。

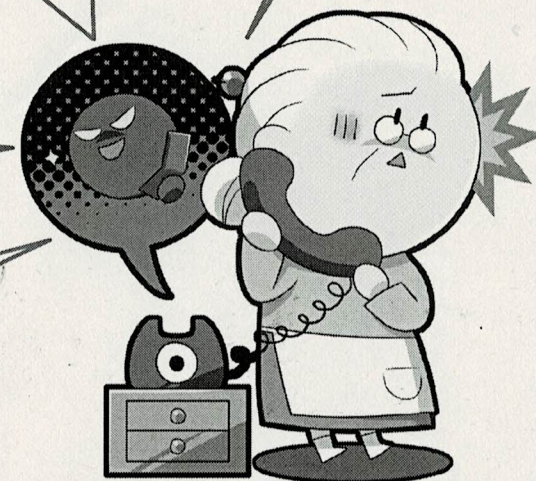


オレ(息子)だけど… カバンを落とした… お金が必要だ!!

**〇〇役所です… 医療費・保険料の還付金がある…
ATMに行って手続きを!!**

**老人ホームの入居権がある…
数日後 お金を宅配便で送れ!!**

**キャッシュカードの交換が必要…
あなたの自宅に取りに行く!!**



詐欺電話がきたら # 9110

電話で、お金の話が出たり、少しでもおかしいと感じたら、一度電話を切り、
警察相談電話 ~ # 9110 ~ までご相談ください。

~ 北海道警察・札幌市 ~

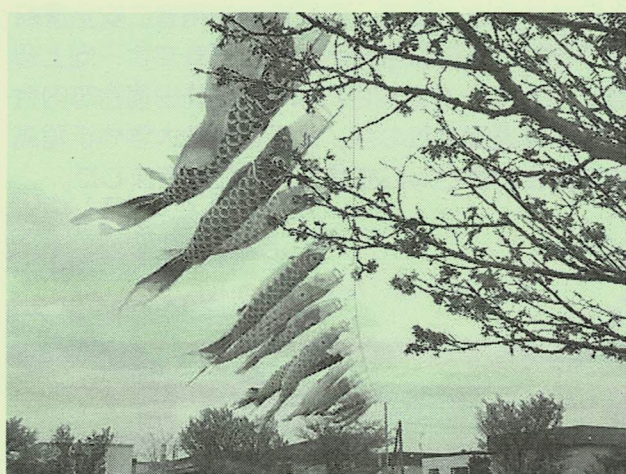
か
架けはし

前田まちづくりセンターだより
vol.51
令和5年7月

発行者 前田まちづくりセンター
〒006-0816
札幌市手稲区前田6条9丁目2-1
TEL 683-4422 FAX 684-0297

前田まちづくりセンター発行の情報誌です。年4回、地域の活動などをご紹介します。
今回は、4月から6月にかけての活動の一部をご紹介します。

● 地域で様々な活動が行われました



4月29日、「軽川と桜並木を育てる会」の皆さんによって、軽川にこいのぼりが掲揚されました。前田橋を挟んで上流と下流、下手稲橋の下流の3か所にたくさんのこいのぼりが泳ぎ、訪れた人たちは手稲の春の風物詩を楽しんでいました。



5月15日、前田連合町内会主催の健康づくり事業「お花見ウォーキング」が開催されました。前田中央会館に集合し、ラジオ体操で体をほぐしてから出発。軽川緑地を歩き、手稲保健センターまで約3kmのウォーキングを楽しみました。



5月21日、前田ふれあいまちづくり協議会による「前田花街道植栽事業」が実施されました。町内会や商店街の皆さんにより道道石狩手稲線沿い前田4条から前田13条までの約2kmにわたり3,720本の色とりどりの花が植えられました。



5月27日、稲積連合町内会による「花壇制作事業」が実施されました。稲積公園管理事務所や近隣で工事を行っていた大善建設の協力もあり、富丘通の34か所の花壇にマリーゴールドと三尺バーベナが植えられました。

ほくとくん防犯メール！

手稲区内で不審者連続出没通報下さい。

不信電話は「#9110」に相談してください。

令和5年7月6日午後3時20分頃、札幌市手稲区前田10丁目付近において、小学生にスマートフォンのカメラのようなものを向ける不審者が出没しました。

不審者、年齢30から40歳代、黒色短髪、白色か灰色の車両に乗車の男です。

不審者に遭遇した場合には、安全な場所に避難してから110番通報してください。配信：手稲署

7月8日午前9時30分頃、札幌市手稲区前田3条3丁目河川敷付近において、自転車に乗った男が女性に対して下半身を露出する事案が発生しました。男の特徴は、年齢20代くらい、身長165から170センチメートルくらい、中肉体形、白色Tシャツ、カーキ色ハーフパンツ、水色のマウンテンバイクを使用していました。不審者を見かけたら、すぐに110番通報してください。【配信：手稲警察署】

本年7月18日午後3時50分頃、札幌市手稲区曙2条3丁目1番先路上において不審者が出没し、不審者はその場にいた女性に対して、「彼氏いるの。俺はどう？」等と声かけしたうえ、その女性の臀部を触る事案が発生しました。

不審者の特徴は、年齢30～40歳くらい、身長165センチメートルくらい、体格小太り、天然パーマで黒色の髪、白色半袖Tシャツ黒色ズボン着用の男性です。

不審者を見かけたら、安全な場所に避難してから110番通報して下さい。配信：手稲署

7月18日午後7時25分頃、札幌市手稲区西宮の沢の商業施設駐車場内において、車に乗車中の男が女性に対し下半身を露出する事案が発生しました。男の特徴は、年齢60～70代、中肉体形、白色上位、白色系ズボン、白髪の短髪、紺色系の乗用車に乗車していました。不審者を見かけたら、安全な場所に避難してから、110番通報してください。【配信：手稲警察署】

7月21日午前8時50分頃、札幌市手稲区手稲本町(札幌市水道局ポンプ場より山側付近)と、同日午前9時0分頃、札幌市手稲区手稲金山(乙女橋付近)において、熊と思われる動物が目撃されています。

熊を目撃した場合には、大変危険ですので絶対に近づかないでください。配信：手稲警察署

本年7月20日、区役所職員を名乗る男から、被害者宅に「保険金として19,850円が戻ります。」「ATMに行って手続きをしてください。」などと電話があり、自宅近くのATMに行くよう指示され、指示された通り操作したところ、約98万円を振り込む還付金詐欺事件が発生しました。

「ATMを操作して還付金を受け取れます」という話は詐欺です。

不審な電話を受けた際は、家族や警察相談ダイヤル「#9110」に相談してください。

配信：手

稲警察署

本年7月23日午前5時20分頃、札幌市手稲区本町2条4丁目8番先路上で女性に対して、卑わいなことを聞いたうえで「お小遣いあげるから、あそこで話しませんか？」などと声掛けする不審者が出没しました。

不審者の特徴は、年齢50～60歳くらい、身長165センチメートルくらい、体格中肉、白色メッシュのTシャツに白色のパンツをはいている一見してお洒落な服装をした男性です。

不審者が子どもや女性に声をかける事案は、昼夜関係なく発生しております。

不審者を見かけた際は、安全な場所に避難してから110番通報してください。

【配信：手稲警察署】

2023年7月31日

北海道警察本部生活安全企画課



どれりは綿谷氏指導の
程よい筋トレが大好評でした！

すこやか倶楽部の ご案内 R5年8月号

各講座
無料です

札幌市より委託を受け、運動や認知症予防、栄養、口腔、生活習慣病予防など
前田・稲積地区 65歳以上の方を対象に介護予防講座を開催中です！初めての方も
お気軽に 介護予防センターまえだ 685-3141 までお申込み下さい。

日時	会場	内容
9/4(月) 10:00~11:30	手稲区民センター 料理実習室 前田1条11丁目	お久しぶりの簡単料理教室 講師：手稲区保健センター管理栄養士 四栗 ちゆき様 手稲区食生活改善推進協議会の皆様 定員：18名 (〆切：8/31)
9/11(月) 10:00~11:00 (雨天時：会館にて 体操等予定)	《集合》 稲積記念会館 前田5条5丁目	ノルディック・ウォーキング (帽子・手袋・飲み物ご持参を) 定員：30名 (〆切：9/8) 
9/21(木) 10:00~11:00	前田会館 前田6条11丁目	ご存じですか？ 介護・認知症の実態～VR体験 講師：SOMPOひまわり生命北海道統括部 北海道マーケット開発支社 山本 拓史様 定員：30名 (〆切：9/15)
9/25(月) 10:00~11:00	稲積記念会館 前田5条5丁目	楽しい脳トレと筋トレ 定員：30名 (〆切：9/22) 
9/28(木) 10:00~11:00	前田中央会館 前田8条11丁目	お腹に良いビフィズス菌！ 講師：森永乳業グループ病態栄養部門 株式会社クリニコ 岡本 友香様 定員：30名 (〆切：9/15)

今月も、《ベルマーク》を集める『小さなことからSDGs企画』を継続中です。
もしよろしければ、最寄の講座、センターにご持参下さい。

☆ご協力宜しくお願い致します！☆



川柳コーナー 「旬の果物」

やわらかな
桃の香りに
癒されて

夏色の
シマシマ模様
店頭

熊害で
メロン農家が
お気の毒

夏くれば
スイカとメロン
出番だね

二本の山
サクランボ狩り
満腹に

私はね
メロンもいいが
でもスイカ



今月もご応募ありがとうございます。
次回は「お気に入り」の場所です。
8月24日までご応募お待ちしております。

オンラインで体操しよう！

♡「スマイルフィットネス」♡

参加される場合は、初回のみ開催日の
2~3日前までお申込み下さい
セラバンドを使った体操の他、脳トレや
口腔体操等を行います

日時：① **9月15日(金)**

14:00~15:00

② **9月27日(水)**

10:00~11:00

※ご自宅にWi-F環境が無い方は、都度通信費が

発生します(30分で300MB程度)



前田ウォークラリーのご案内 (申込不要)

まえだ界隈を散策して・学んで、季節を感じませんか？体操も行います！

手稲つむぎの杜

前田2条10丁目

9月7日(木)10時半~



下手稲公園

前田5条13丁目

9月14日(木)10時~



稲積公園

手稲いなづみ病院側ベンチ付近

9月19日(火)10時~



・飲物持参、天候に合わせた服装で直接現地へ ・雨天中止、開催について迷う場合は、ご連絡を！

LINEで
繋がろう！

LINEアプリのQRコードでこちらを読み取り ⇒ 友達登録 ⇒
画面左上のグレーの星マークをクリック ⇒ トークを押して
コメントして頂くと登録が完了になります。

その後は申込・連絡などがLINEで出来て便利です♪



参加申込・ご相談はこちらへ

札幌市手稲区介護予防センターまえだ

手稲区前田2条10丁目1-7(手稲つむぎの杜内)



吉田

金山

011-685-3141