



7/10稲積記念会館にて『間食のススメ』、
間食の工夫を20名の皆様と学びました。

すこやか倶楽部の ご案内R5.9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 |
|---------------------------------------|-----------------------|--|
| 10/12(木) 13:30~15:00 (受付13:15~) | 手稲つむぎの杜 (前田2条10丁目) | 美術への誘い 講師:北海道美術館協力会 特別活動部の皆様 定員:25名 (〆切: 10/10) |
| 10/19(木) 10:00~11:00 | 前田会館 (前田6条11丁目) | ご当地体操でリフレッシュ! 定員:30名 (〆切: 10/18) |
| 10/23(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 (※タオルをご持参ください)  定員: 30名 (〆切: 10/20) |
| 10/26(木) 10:00~11:00 | 前田中央会館 (前田8条11丁目) | ケンステップで健脚に 定員: 35名 (〆切: 10/25) |

～10月9日は、祝日のためお休みです～

介護予防センターまえだでは、以下の業務も実施しています。

◎ 高齢者の身近な相談窓口として、電話、来所、訪問にて相談をお受けし、身近な介護予防活動の紹介、介護保険の説明などを行っています。

◎ 介護予防活動が自主的に継続されるよう、地域の老人クラブ、サロン、運動自主グループ、町内会等の支援を行っています。お気軽にご相談ください。

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

「お気に入りの場所」

目覚めたら
朝日が上る 居間の窓

暑い日は
ポプラ並木の 散歩道

軽川の
桜散りゆき 花いかだ

変りなき 黄金岬 立つ景色

秋来れば 夫と行った 手稲山

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。
9月22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」

- ・参加される時には、初回のみ開催日の2~3日前までにお申込み下さい
- ・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 10月5日(木)

10:00~11:00

② 10月27日(金)

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

10月3日(火)10時半~

前田公園ステージ

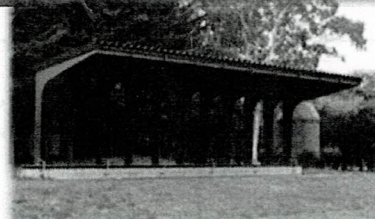
前田7条11丁目

10月16日(月)10時~

稲積公園

手稲いなづみ病院側ベンチ付近

10月31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)



011-685-3141

吉田

金山

手稲稲積公園

腐葉土配布のお知らせ

【配布日時】

令和5年10月20日(金)～22日(日)

各日10時から16時まで ※予約制・先着順です

手稲稲積公園の落葉でつくった腐葉土を一般の方を対象に無償で配布いたします。

ご希望の方は予約申込が必要です

お申し込み先着順、各日10組限定です。



【予約受付】

令和5年10月1日(日)～14日(土)

9時から17時の間に

お電話にてお申し込みください。

電話番号：011-685-1010

※各日10組の予約をお受けいたします。

※受付は先着順で、定員に達しましたら、

10月14日をまたずに締め切らせて

いただきますこと、ご了承ください。



★配布は1組あたり90リットル程度
(袋は当管理事務所での用意)

★運搬時の車両内の汚損他、あらゆる損害は補償できません。ご了承いただけない場合は引き渡しはできませんのでご理解ください。

★以下は各自でご対応ください。

- ・軍手などの作業用品の準備
- ・袋詰め、自家用車への運搬
- ・車内が汚れないようシートを敷くなどの対策

【注意事項】

- ・中型以上のトラック等や他の利用の支障になるような車両での引き取りはご遠慮ください。
- ・未熟の可能性がありますので、ご家庭での追熟、秋のうちにすきこんで馴染ませておくなど、工夫してご活用ください。
- ・針葉樹の葉が混入している可能性があります。引き取り者のご判断・責任において利用してください。
- ・栽培試験はしましたが簡易なものであり、品質を保証することはできません。
- ・配布した腐葉土の再配布はできません。
- ・現時点では次回の配布予定はございません。
- ・この度の腐葉土以外の公園内の枝葉、実、花、草等は、原則として無断での採取・持ち去りは禁じられています。



手稲防火のひろば



発行:令和5年9月 札幌手稲区防火委員会 事務局:手稲消防署予防課内

●手稲区内 令和5年8月末までの
火災発生件数 12件 (前年比9件減)

●札幌市内 令和5年8月末までの
火災発生件数 257件 (前年比2件減)

●手稲区火災発生状況

火災原因別ではこんろ・電気・たばこ・放火による火災が多く発生しています。

こんろを使用しているときは絶対にその場を離れないようにし、もしも離れるときは必ず火を消しましょう。また、電気による火災を防ぐために、コンセント周辺を綺麗にしましょう。

令和5年8月末現在 発生状況

手稲区内の火災の状況だね



こんろによる火災が4件、
電気による火災が3件発生しているよ

こんろと電気関係からの火災を防ごう！

- こんろから離れるときは必ず火を消す
- こんろ・グリルは定期的に清掃する
- こんろの周りに燃えやすいものを置かない
- こんろの過熱防止センサーが作動するよう、鍋底が変形したり汚れたものは使用しない
- 電気コードに重たいものを乗せない
- 電気コードを束ねて使用しない
- プラグを抜く時は、無理にコードを引っ張らない
- コンセント・プラグの間に埃をためない
- 過度なタコ足配線をしない



秋の火災予防運動



令和5年10月15日から10月31日まで

全市一斉に「秋の火災予防運動」を実施します。

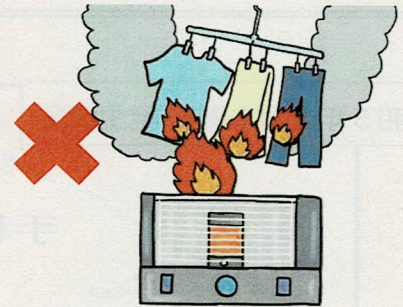
秋から冬にかけて、暖房器具の使用による火災が多く発生します。

電気や石油ストーブなどの暖房器具は、使う前に点検し、安全に使いましょう！！

ストーブを使用するときは気をつけて

ちょっとした不注意や油断から、火災になってしまいます。十分注意しましょう。

- 燃えやすい物を近くに置かない。
- 洗濯物をストーブの上や周りで干さない。
- 外出する時や寝る時は、火を消す。
- 給油や持ち運びは、必ず火を消してから行う。
- ストーブに燃料を送る管が外れたり、油が漏れたりしていないか確認する。



手稲消防署からのお知らせ



手稲消防署

検索

手稲消防署のホームページ随時更新中です！
見に来てください。



自動消火装置設置費用助成事業について

対象者：市内居住
65歳以上のみの世帯
限度数：1世帯2台まで
助成額：1台あたり
最大28,700円
問い合わせ先
札幌市消防局予防部予防課
011-215-2040

<https://www.city.sapporo.jp/shobo/teine/index.html>

札幌市 自動消火装置 助成

検索

札幌市民共済生活協同組合

火災共済

私ども札幌市民火災共済は安全・安心な暮らしを守る地域に密着した火災共済事業を行っています。近年増加傾向にある自然災害を補完する「火災共済補完火災保険」。ケガや病気による通院・入院・手術を補償する「医療保険」などを取扱っています。



暮らしの火の用心協力隊

ご加入できるエリア

札幌市・石狩管内(江別市・千歳市・恵庭市・北広島市・石狩市・当別町・新篠津村)及び小樽市にお住まいか、区域内の住居を貸家に行っている方が対象となります。

加入例

建物坪数
30坪(約100㎡)
木造住宅の場合

保障額

1,800万円

年間掛金

14,400円

耐火住宅は掛金半額、併用住宅はお問合せください。

火災



破裂・爆発



航空機の墜落



自動車の飛び込み



落雷



水漏れ



その他取扱い保険商品

賠償保険

- 借家人賠償責任保険
- 個人賠償責任保険
- 類焼損害費用保険

火災共済補完火災保険

水災・風災・雪災・地震等を補償します。

医療保険

ケガや病気による通院・入院・手術を補償します。

札幌市南区澄川3条3丁目4-5(ジンビル澄川II 2階)

お問合せ時間は 平日午前9:30~午後4:30まで

TEL 011-827-7783

北海道知事認可37社第2672号指令

資料の請求はホームページからできます。

公式WEBサイト簡単見取りはコチラから

札幌市民共済



さあやろう！ ボランティア

ていね区 はじめての 地域ボランティア講座

ボランティア活動を始めるために必要な
基本的な知識と、身近な地域で求められて
いる支え合いについて学んでみませんか？
皆様のご参加をお待ちしています！



日時

令和5年10月19日（木）、26日（木）
時間はいずれの日も10時00分～15時00分

場所

手稲区民センター（前田1条11丁目）
2階 第1・第2会議室

対象

手稲区内にお住まいでボランティア活動に興味のある方

定員

20名（先着順。定員になり次第締め切らせていただきます）

受講料

500円（資料代として）※一日のみの参加でも同額です

その他

どちらか一日のみの参加も可能です。

詳しい内容は裏面をご覧ください！

ていね区はじめての地域ボランティア講座 プログラム



<1日目> 10月19日(木) 10:00~15:00
「ボランティアの基本と活動について」

| 時間 | 内容 | 講師等 |
|----------------------|------------------------------|-------------------------------|
| 10:00~10:10 (10分) | 開会式・オリエンテーション | 手稲区社会福祉協議会 次長(1層コーディネーター) |
| 10:10~10:50 (40分) | ボランティアってなんだろう? | 手稲区社協福祉協議会 職員 |
| 11:00~12:00 (60分) | わたしたちの日常 ~こんなボランティアしています~ | 手稲区ボランティア連絡会 磯川 桂子氏 松永 榮子氏 |
| 休憩(60分) | | |
| 13:00~14:20 (80分) | ボランティア体験 助けあいゲーム | 手稲区社会福祉協議会 職員 (2層コーディネーター) |
| 14:30~15:00 (30分) | 生活支援体制整備事業について | 手稲区社会福祉協議会 次長(1層コーディネーター) |

<2日目> 10月26日(木) 10:00~15:00
「身近な地域での支え合いについて考えてみよう」

| 時間 | 内容 | 講師等 |
|----------------------|-------------------------------------|---|
| 10:00~10:50 (50分) | 地域包括支援センターの役割 ~身近な相談窓口~ | 手稲区第1地域包括支援センター センター長 鴨崎 裕介氏 |
| 11:00~12:00 (60分) | 地域で暮らす高齢者のニーズ ~本当はこんなお手伝いが欲しかった~ | 札幌市社会福祉協議会 在宅支援推進部手稲事業所 統括課長 小田リサ |
| 休憩(60分) | | |
| 13:00~14:20 (80分) | 今まで私が出会った 素敵な高齢者のおはなし | たすけあいワーカーズこころ 代表 新見 百合子氏 |
| 14:30~15:00 (30分) | これからのボランティア活動について・ 閉会式 | 手稲区社会福祉協議会 次長(1層コーディネーター) |

お申し込み
お問合せ

令和5年10月2日(月)~13日(金)までの午前9時~午後5時(土日・祝祭日除く)にお電話か窓口でお申し込みください。申し込み締め切り後、受講が決定した皆さまに決定通知を送付いたします。

お申し込み時にお預かりした個人情報(住所・氏名・電話番号)は、本講座に関する確認・連絡及び本会が主催する事業のご案内のためだけに利用いたします。

手稲区社会福祉協議会 011-681-2644

〒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



©TEINE WARD SAPPORO

あずまていね

生活支援ボランティアグループ「コルリ」をご紹介します！

生活支援ボランティアグループ「コルリ」とは？

毎年「ていね区生活支援応援ボランティア養成講座」を開催し、その修了者によって結成されました。

コルリのメンバーは60代～70代の方を中心に、ボランティア経験のある方、カウンセリングの勉強をしたことのある方、ヘルパーとして活動していたことのある方など、手稲区で暮らす皆さんのちょっとした困りごとを支えたいという気持ちでいっぱいです。

ちょっとしたお手伝いに来てほしい方、ご自分も生活応援ボランティアとして活動してみたい方、ぜひ本会までお問合せください。



「コルリ」では以下のような活動を行っています。

<支援の対象となる方>

高齢者、障がいのある方、介護中のご家族、生活困窮者世帯などのほかに、手稲区社会福祉協議会が必要と認めた方が対象となります。

※公的介護サービスや有料サービスを利用できる場合、そちらが優先となります。

<支援内容>

① 家事支援

話し相手、ごみ出し、古紙や不燃物の整理・片付け、日常的な住居の清掃、整理整頓、日常的な家周りの手入れ、その他日常生活上必要と認める支援

② 外出支援

散歩・買い物・通院等の付き添い、公共機関・地域行事・趣味活動等への参加付き添い、その他日常生活上必要と認める支援

<支援時間・回数・人数>

支援時間は1回につき最大2時間程度。(2時間を超える内容については要相談)

1つのボランティア要請に対し、複数名で対応します。

<費用について>

活動そのものに係る費用は無料ですが、交通費は実費相当を負担していただきます。

受付から活動までの流れ



⑤顔合わせと活動の確認双方承諾後、活動へ



日頃の生活を支える情報をお知らせします

ていね知っつく情報



便利屋



配食サービス



介護タクシー



薬局

ていね知っつく情報



生活支援



訪問理美容



ペットホテル

手稲区社会福祉協議会のホームページに「**ていね知っつく情報**」を掲載しています。買い物に関する情報や生活支援、ペットの預かりについてなど、主に手稲にお住まいの高齢者の皆様の暮らしに役立つサービス情報を一覧にまとめています。

QRコードを読み取っていただくか、下記までお問い合わせください。

コーディネーター変更のお知らせ

令和5年4月から手稲区的生活支援コーディネーターをしております。渡辺 由香（わたなべ ゆか）です。前田・新発寒・富丘西宮の沢地区を担当します。

お住いの地域の素敵な取り組み、自慢できるところ、ちょっと心配なところなど、お気軽にお聞かせください！



札幌市手稲区社会福祉協議会

〒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

担当：生活支援コーディネーター 渡辺

TEL 011-681-2644 FAX 011-684-8560

ホームページ <https://www.sapporo-shakyo.or.jp/about/teine-shakyo/>



社協HP

とうほうさい 第56回 稲峰祭開催について

令和5年9月吉日

近年になく暑い夏でございますが、いかがお過ごしでしょうか。

さて、今年も9月23日(土)・24日(日)の2日間、第56回稲峰祭を開催いたします。

地域の皆様だけでなく多方面の方と交流できる大切な機会です。皆様のご来場を心からお待ちしております。

イベント情報

◆9月23日(土)

| 【時間】 | 【イベント名】 | 【会場】 |
|-------------|------------------|-----------|
| 9:00~9:30 | 稲峰祭 OP | 外ステージ |
| 10:00~11:30 | 焼きそば大食い大会 | 外ステージ |
| 12:00~13:00 | HUS dance show! | 外ステージ |
| 12:00~15:00 | みんなの縁日 | 100周年記念会館 |
| 13:00~15:00 | 稲峰祭 SPECIAL LIVE | 体育館 |
| 16:00~17:00 | 100周年記念!フォトスポット | 外ステージ |
| 終日 | Wanted!(スタンプラリー) | 学内 |

◆9月24日(日)

| 【時間】 | 【イベント名】 | 【会場】 |
|-------------|------------------|-----------|
| 10:30~13:00 | みんなの縁日 | 100周年記念会館 |
| 11:00~12:30 | 歌星王~あなたの声をききたい~ | 外ステージ |
| 13:00~14:00 | キッズビンゴ | 体育館 |
| 13:00~14:00 | HUS dance show! | 外ステージ |
| 14:00~15:30 | よさこい祭り | 外ステージ |
| 15:00~16:30 | ビッグビンゴ | 体育館 |
| 16:00~17:00 | 100周年記念!フォトスポット | 外ステージ |
| 16:30~17:00 | 稲峰祭 ED | 外ステージ |
| 終日 | Wanted!(スタンプラリー) | 学内 |

今年の稲峰祭も様々なイベントを用意して皆様をお待ちしております。

なかでも目玉はやはりヤングスキニーによるスペシャルライブ。そして、豪華景品が盛りだくさんのビンゴ大会です。

夏の最後に稲峰祭で思い出作りませんか!ぜひお越しください!

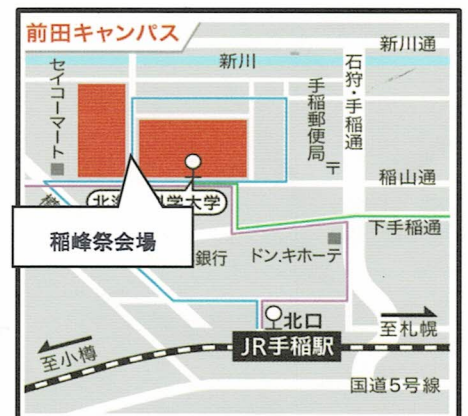
☆注目イベント☆

- ビッグビンゴ・キッズビンゴ
- ※BINGOカードの配布は先着順です。
- キッズビンゴ→12:40から
- ビッグビンゴ→14:30から配布開始
- ~ビンゴカードは1人1枚です~



この他にもたくさんのイベントをご用意しているのでぜひ参加してください!

- ◆ イベントによっては事前募集があります。詳細については、下記の電話番号またはE-mailまでお問い合わせください。
- ◆ 荒天時イベントによっては会場が変更または中止となる場合がございます。詳しくは当日配布しておりますパンフレットをご覧ください。
- ◆ 他にも両日10:00から出店・展示を予定しております。また、一部のイベントにより騒音などでご町内の皆様にご迷惑をおかけする場合がございますが、ご了承ください。何卒ご理解とご協力をお願いいたします。
- ◆ 13:00~16:30までお酒の販売を行う出店がございます。
- ◆ 未成年の方や運転をされる方は絶対に飲酒をしないでください。
- ◆ 車でお越しになる方は駐車場の数に限りがございますのでご了承ください。



何かご不明な点がございましたら稲峰祭実行委員会までご連絡ください。



お問い合わせ 稲峰祭実行委員会

〒006-8585 北海道札幌市手稲区前田7条15丁目4-1 北海道科学大学 4220B号室
 TEL: 011-688-2379 FAX: 011-676-8655
 E-mail: festival@hus.ac.jp HP: http://www1.hus.ac.jp/~fes/
 電話対応 11:00~17:00 (土日祝は除く)