



杜協だより
2025.3 No.134



ふれあいネットワークりくべつ

令和6年度 生き生き元気健康講座

11月8日 開催
タウンホール

今年の「生き生き元気健康講座」は、午前の部・午後の部の二部構成でおこないました。
会場にお越しいただいた皆さま、本当にありがとうございました!!



午前の部

足寄町在住のレクインストラクター小林永枝氏を講師に招き、自宅でも簡単に行える体操を教えてくださいました。小林先生の掛け声に合わせて、椅子に座ったまま足を上げ下げ。参加者からは「簡単そうに見えても、足が辛い!!」

「自宅でも続けたい。楽しかった」など、沢山の感想が聞かれました。

午前の部の締めくくりは、老人クラブ連合会主催のお楽しみ抽選会。最後にお弁当を配布し、終了となりました。



おめでとうございます!



午後の部

札幌市在住の医師、伊藤一輔氏を招き「笑って延ばそう健康寿命」についてお話しいただきました。伊藤先生は、幼少期を陸別町で過ごされており、当日は同級生の方々と笑顔の再会もありました。最後に会場の皆さんと一緒に「春が来た」の替え歌で、「ガタが来た」を合唱しました。『笑うことはストレス解消、免疫力が高まるなど、様々な健康効果があり健康寿命が延びる』とのお話がありました。



ガタが来たガタが来た
どこにきた〜♪

生き生き元気健康講座は、赤い羽根共同募金委員会より、一部助成を受けて実施しております

子育て支援センター
おやこのひろば

ハロウィンパーティー

10月31日
開催



10月の恒例行事、ハロウィンパーティーを開催しました。参加した6名の子ども達が、自分で製作したマントを身に着けてパレードに出発しました！それぞれの場所で貰うお菓子を子ども達は大喜びです☆パレードの最後は交番へ！ハロウィン仕様に飾り付けられたパトカーを近くで見せてもらいました♪ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。



クリスマス会

12月24日
開催



みんな大好き『クリスマス会』には7名の子ども達が参加してくれました。読み聞かせが終わると…窓の外から手を振るサンタさんの姿が！遊びに来てくれた子ども達と保護者の方にプレゼントを持ってきてくれました。近くで見るサンタさんに子ども達は興味津々！サンタさん、また来てね♪



11月のこどもカフェは、こどもと大人合わせて
90名が参加されました。

11月28日開催

この日のおやつはホットケーキで、ホイップとチョコソース
をトッピング☆「美味しい」と大好評でした！麦茶で「かんぱー
い！」の姿にも癒されました😊

工作は、陸別中学校のボランティア部の皆さん考案の秋のオー
ナメント。可愛い工作が完成し、とても気に入っていました。

ボランティア部の皆さん、ご協力ありがとうございました。



かんぱーい！



どの色に
しようかな～？



サンタの宅配便

12月24日～25日に「サンタの宅配便」を実施
しました。

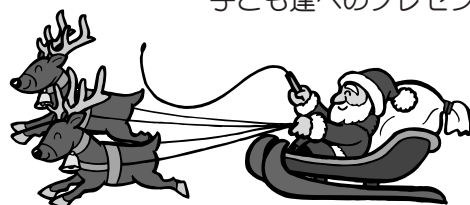
この事業は、子ども達に素敵な思い出を作っ
てもらうため、500円を募金してくれた世帯に、
サンタクロースに扮した職員が自宅などに伺い
クリスマスプレゼントを渡します。

今年は7世帯13名の子ども達にプレゼントを
渡すことができました。

突然のサンタクロースの訪問に驚く子もいま
したが、プレゼントを見ると、笑顔で「ありが
とう」とお礼をしてくれました。



子ども達へのプレゼント





ふれあいサロン『ひだまり』

12月18日 開催

月に1回、ふれあいサロンを開催しています。

午前の部

午前中は、簡単ふまねっつを行っています。初心者の方も大歓迎です。

シチューとピザのセット☆
1食500円でどなたでも
召し上がれます



ふまねっつと★りくべつのサポーターの方が優しく丁寧に教えてくれます

午後の部

午後は工作とうたごえサロンを行い、12月はお正月飾りで、素敵な飾りが完成！うたごえサロンでは、ふるさと、花、糸などを合唱し、来年度の曲決めも参加者の皆さんと一緒に行いました。



出張サロン

10月2日・12月12日 開催

今年度より、ふれあいサロンの出張版として各町内会に出向き、各町内会の方対象でサロンを開催しました。今年度は、新町交流館、ふれあいの郷、若葉生きがい交流館での開催でした。それぞれの地域の方と交流ができ、とても有意義な時間となりました。



ふれあい昼食交流会

11月12日開催

11月は、ふまねっつと★りくべつのサポーターの松谷さんと向井さんのご協力の元、参加者の皆さんにふまねっつを体験していただきました。初めての方も楽しく行っていたのが印象的でした。昼食会は、お弁当を皆さんと一緒に食べ、「みんなで食べると美味しい」と笑顔が見られました。

ふれあい昼食交流会は、70歳以上の一人暮らしの方を対象に、毎月1回行っています。 ※参加には事前申し込みが必要です



マーじゃん大会

10月3日
開催

第1回ふれあいマーじゃん大会を開催しました。12名の方が参加され、白熱した勝負となりました。1位の村本さんにはお米5キロが贈呈されました。



社協会長杯軽スポーツ交流会

2月14日
開催

冬場の運動不足の解消と、町民同士の交流を目的として、今年は『ボッチャ大会』をおこないました。27名の参加者を8チーム2ブロックに分け、総当たりでゲームをおこないました。初めてゲームをおこなうという方もいましたが、終盤には白熱したゲーム展開になり、沢山の歓声が上がっていました。

当日はバレンタインデーということもあり、チョコレートを参加賞として配布。来年も楽しい企画を用意しますので、興味のある方はぜひご参加ください。



令和6年度 社協会費報告

個人会員分

(単位：円)

自治会名	金 額	自治会名	金 額	自治会名	金 額	自治会名	金 額
共栄第1	52,000	元 町	29,500	共 和	4,000	関	6,500
共栄第2	36,500	新町1区	28,500	止 若	5,000	殖 産	6,000
若 葉 町	30,500	新町2区	55,000	作 集	5,000	東 斗 満	5,000
東1条1区	20,000	下登良利	2,000	上 陸 別	2,500	中斗満第1	6,000
東1条2区	38,000	上登良利	8,000	下勳祢別	1,000	中斗満第2	2,500
大 通	25,500	薫 別	3,000	分 線	2,500	上 斗 満	12,000
栄 町	21,500	下 陸 別	13,000	弥 生	9,000	小 利 別	5,500
緑 町	16,000	中 陸 別	5,000	苦 務	12,000	合 計	468,500

法人会員分

順不同、敬称略 (単位：円)

事業所名	金 額	事業所名	金 額	事業所名	金 額
(福)北勝光生会	6,000	森 田 屋	2,000	(有)本別砕石工業	5,000
陸別町農業協同組合	10,000	陸 別 町 商 工 会	12,000	道 路 工 業 株	5,000
陸 別 ハ イ ヤ ー (有)	5,000	陸 別 町 森 林 組 合	3,000	株 石 橋 建 設	5,000
株 佐 藤 建 設	5,000	(有)小田電気商会	5,000	(有)石橋農林開発	1,000
(有)陸別公清社	10,000	(有)国安商店	1,000	(有)江下タイヤ商会	2,000
株 朝 倉 建 設 工 業	6,000	(有)浜田旅館	5,000	木下水引(株)陸別工場	5,000
(有)珍 樹 園	5,000	本 別 印 刷 株	10,000	新 栄 緑 化 株	5,000
りくべつNPO優愛館	5,000	ファーマライズ株	5,000	杉 田 林 業 (有)	10,000
帯広信用金庫陸別支店	5,000	株 り く べ つ	5,000	株 バ ン ド ウ	10,000
(有)石 橋 石 油	5,000	セイコーマート陸別店	5,000	(有)マルサンストアー	5,000
(有)久保呉服店	2,000	(有)陸 別 自 工	5,000	南 建 設 株	5,000
(有)新藤モータース	3,000	株 松 浦 建 設	5,000	菊 地 林 業 (有)	3,000
(有)たかはぎ寝装	3,000	(有)吉田機械店	5,000	日 産 自 動 車 株	5,000
株 中 村 商 事	3,000	株 渡 邊 組	5,000		
陸 別 ガ ス 販 売 株	2,000	(有)佐々木林業	5,000	合 計	219,000

社協会費が使われている事業 (委託業務含む)

1. 住民弔慰金供花料の贈呈
2. 電話サービス事業
3. 給食サービス事業
4. 介護用品給付事業
5. ふまねっと運動教室
6. 移送サービス事業
7. 子どもカフェ事業
8. 子育て支援事業（おやこのひろば）
9. ボランティア活動事業
10. 権利擁護事業
11. 福祉なんでも相談所の開設

社協会費と共同募金が使われている事業

1. ふれあい昼食交流会
2. 社協だより
3. 小地域ネットワーク
4. ふれあいパークゴルフ大会
5. フードバンク事業
6. 育児ママ応援事業
7. ふれあいサロン「ひだまり」
8. 生き生き元気・健康講座
9. 除雪サービス事業
10. ふれあいお届け隊事業
11. ふれあいマーじゃんサロン



令和6年度「赤い羽根共同募金」「歳末たすけあい募金」報告

赤い羽根・歳末たすけあい募金

(単位：円)

自治会名	赤い羽根	歳末たすけあい	自治会名	赤い羽根	歳末たすけあい	自治会名	赤い羽根	歳末たすけあい
共栄第1	40,500	45,500	下登良利	2,000	2,000	弥生	9,000	9,000
共栄第2	35,000	35,000	上登良利	4,000	4,000	苫務	5,500	5,500
若葉町	28,500	28,500	薫別	3,000	3,000	関	5,200	5,200
東1条1区	20,500	19,500	下陸別	26,000	26,000	殖産	3,000	3,000
東1条2区	38,000	38,000	中陸別	3,000	2,500	東斗満	5,000	5,000
大通	22,500	27,000	共和	4,000	2,000	中斗満第1	6,000	6,000
栄町	21,500	21,500	止若	5,000	5,000	中斗満第2	2,500	2,500
緑町	15,500	15,500	作集	5,000	2,500	上斗満	14,500	14,500
元町	29,500	29,500	上陸別	2,500	2,500	小利別	5,500	5,500
新町1区	28,500	28,500	下勲祢別	1,000	1,000			
新町2区	43,000	41,000	分線	2,500	2,500	合計	437,200	438,700

赤い羽根共同募金法人分

順不同、敬称略 (単位：円)

事業所名	募金額	事業所名	募金額	事業所名	募金額
陸別町農業協同組合	10,000	陸別町商工会	5,000	道路工業(株)	3,000
陸別ハイヤー(有)	5,000	陸別町森林組合	7,000	(株)石橋建設	10,000
(株)佐藤建設	5,000	(有)小田電気商会	5,000	(有)石橋農林開発	5,000
(有)陸別公清社	10,000	(有)国安商店	5,000	(有)江下タイヤ商会	5,000
(株)朝倉建設工業	10,000	(有)浜田旅館	5,000	木下水引(株)陸別工場	5,000
(有)珍樹園	5,000	本別印刷(株)	5,000	新栄緑化(株)	10,000
りくべつNPO優愛館	5,000	ファーマライズ(株)	5,000	杉田林業(有)	2,000
帯広信用金庫陸別支店	10,000	(株)りくべつ	5,000	(株)バンドウ	5,000
(有)石橋石油	5,000	セイコーマート陸別店	5,000	(有)マルサンストアー	2,000
(有)久保呉服店	5,000	(有)陸別自工	3,000	南建設(株)	5,000
(有)新藤モータース	5,000	(株)松浦建設	5,000	菊地林業(有)	5,000
(有)たかはぎ寝装	5,000	(有)吉田機械店	3,000	日産自動車(株)	5,000
(株)中村商事	5,000	(株)渡邊組	5,000	生命保険協会	10,000
陸別ガス販売(株)	5,000	(有)佐々木林業	10,000		
森田屋	5,000	(有)本別砕石工業	5,000	合計	245,000

募金箱、窓口等分

(単位：円)

区分	募金額	区分	募金額	区分	募金額
陸別老人クラブ	13,000	りくべつ鉄道まつり	23,046	しらかば苑	12,258
募金箱設置協力	34,722	ふれあいチャリティーパークゴルフ大会	52,600	とまむ園	37,019
ピンバッジ募金	84,500	社協窓口他	65,952	みどりの園	30,401
ふれあいビールまつり	336,723			合計	690,221

令和6年度 赤い羽根・歳末たすけあい募金実績額

～心あたたまる多くの募金 ありがとうございます～

赤い羽根共同募金

募金額 **1,372,421円**

歳末たすけあい募金

募金額 **438,700円**

※町内の8世帯へ『歳末見舞金』をお届けしました

ご協力いただきました募金は、次年度の福祉事業に使われる予定です。

皆様の心あたたまる善意に心から感謝申し上げます

陸別町社会福祉協議会 会長 澤村 壽展

陸別町共同募金委員会 会長 中川 敏

成年後見実施機関（総合相談窓口）

りくべつ生活安心センター『ささエール』

こんなことで困ったときに……

- ひんぱんな訪問販売や悪徳商法の被害を受けている
- 物忘れがあり、財産管理がうまくできない
- 年金が本人のために使われていない
- どの様な制度なのか、くわしく知りたい… など

りくべつ生活安心センター『ささエール』は、判断能力が十分ではない方が、住み慣れた地域で安心して暮らしていただけるように、困りごとや不安に感じるなどすべての相談に応じる窓口です。

また、「福祉なんでも相談所」も開設しておりますので、ぜひお気軽にご相談ください。

お問合せ 社会福祉協議会 ☎ 27-2760（担当：山崎）



市民後見人フォローアップ研修会

11月26日 開催



市民後見人養成講座の修了者を対象に、毎年フォローアップ研修会を開催しております。当日は関係者を含め15名が参加され、東京大学の東先生の講義の後に、グループワークをおこないました。

短い時間ではありましたが、実りのある研修会となりました。



赤い羽根共同募金



フードバンク事業の食品の購入をおこないました



購入した食品の一例

当会では、「赤い羽根 ポストコロナ（新型コロナウイルス）社会に向けた生活困窮者への緊急支援のための福祉活動応援企画による助成」の決定を受け、昨年に引き続きフードバンクの食品の購入をさせていただきました。ご寄付いただいた皆さま、本当にありがとうございました。

フードバンクとは

まだ食べることができるのに様々な理由で処分されてしまう食品を寄付してもらい、食べ物に困っている方や施設へ提供する事業です。

**無料
配布**

ご寄付いただく上での注意点

- ・ 未開封の食品であること
- ・ 賞味期限が2カ月以上あること
- ・ 常温で保存可能な食品
（お米、乾麺、缶詰、インスタント食品）

対象となる方、お受け取りにあたっての注意点

- ・ 食や生活に困っている町内在住の方
- ・ 提供する食品は全て寄贈品です
- ・ 3日分の食品をセットにしてお渡しします
- ・ 登録制です。まずはお問合せください

お問合せ 社会福祉協議会 ☎ 27-2760

ホームヘルプセンターいくべっ



訪問入浴研修

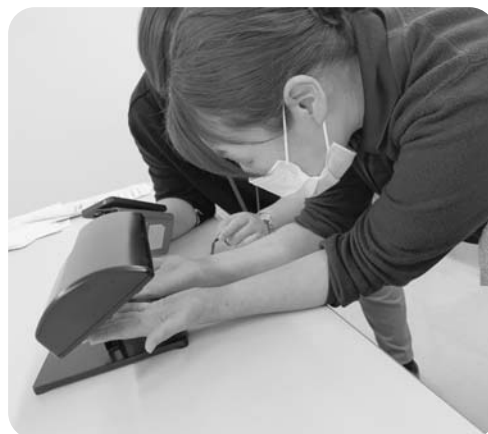
訪問入浴は介護・介助が必要な方が、自宅で寝たまま入浴できるサービスです。ご利用される方には快適に入浴してもらえるよう、実際に室内で浴槽を組み立て研修を行ないました。肩の位置や枕の種類や置き方ひとつで、体にかかる負担は変わるものですね。入浴剤も使用していますので、選べる香りも楽しんで頂きたいと思います。



高齢者虐待防止 および 感染症対策研修

陸別町居宅介護支援事業所のケアマネの方々との合同研修会に参加しました。感染症対策演習では手洗いを行いました。いつもより

しっかりと洗いましたが、ブラックライトで照らすと、はっきりと落とせなかった汚れが見えました。これだけ菌が残っているということを頭において、サービスに取り組まなければならないと再確認したところです。



ふれあいチャリティーパークゴルフ大会

8月24日 開催

この大会はパークゴルフを通じて町民同士の交流を深めています。参加費などをチャリティーとして全額「赤い羽根共同募金」へ寄付しています。

今回は大人と子ども合わせて44名が参加してくれました。みなさん優勝を目指して頑張っていました。ホールインワンを出された方もいて大盛り上がり！子ども達は別のコースでゆっくりと競技を楽しみました。

チャリティーで
集まった52,600円
を全額募金して
あります

パークゴルフ大会が終わった後には、お楽しみ抽選会をおこないました。「何が当たるかな？」「いつ呼ばれるかな？」とみなさんドキドキ・ワクワク♪笑顔あふれる1日となり、私達も楽しい時間を過ごすことができました。



第4回

ふれあいお届け隊事業

11月実施

対象者188名に社協理事8名と職員で商品券とメッセージカードをお届けしました。

4年目になると、何かのセールスと間違えられる事もなく笑顔で迎えて下さいました。

皆さん、工夫を凝らしながら毎日生活されている事が分かりました。

メッセージカードを通して中学生との触れ合いの時間となり、心が少しでも豊かになっていたら嬉しいです。

今年4月以降に70歳の誕生日を迎えた方で「一人暮らし」又は「障害者手帳をお持ちの方」は来年から案内文を発送しますので楽しみに待っていて下さい。



1枚1枚温かいメッセージとイラストを
春から少しずつ描いてくれました☆
ご協力いただきました中学生・顧問の先
生方ありがとうございました😊

ひきこもりサポートセンター『ぽっけ(POKKE)』からのお知らせ

日々の生活のなかで生きづらさを感じて、家で孤独に過ごしているあなたのための居場所を開設しました。まんがを読んだり、昼寝をしたり、ゲームをしたり、ご自分のペースで「のんびり」の時間を過ごしませんか？



昨年オープンした、居場所「POKKE station (ぽっけ すてーしょん)」では、町内回覧や社協だよりを通して作業風景などを発信しています。

▲ 目印となる看板を設置いたしました



▲「りくべつカルタ」の制作

▲ 鹿の角の加工

12月・1月は「りくべつカルタ」の制作作業をおこないました。読み札を選別し、それに合ったイメージの取り札のイラストを描きました。1月15日開催のふれあい昼食交流会でお披露目し、大変好評でした。

その他、サロン用の工作準備、道の駅で販売している「鹿の角」の加工などをおこなっています。

※開設時間・内容など、詳細は町内回覧をご覧ください

お問合せ先
・
連絡先

陸別町社会福祉協議会 ひきこもりサポートセンター『ぽっけ(POKKE)』

担当：小澤・山崎・大鳥居 電話：0156-27-2760

※本事業は陸別町社会福祉協議会が陸別町より委託を受けて実施しております

局長のつぶやき

保護犬のクロが我が家にやってきてかれこれ10年くらい経ちます。保護された時点で成犬になっていたため、里親に名乗り出してくれる方がいなく、自宅での一時保護から我が家の家族の一員になったのは、自然の成り行きでした。

当初は人を恐れ、ご飯をあげてもそれには目もくれず、隅の方に身を寄せ全身の震えが止まりませんでした。信頼を得るまでにはかなりの期間を要しました。

やがて、遊んで欲しいときには私にお尻を向け、しっぽをぶるんぶるんと回して、精一杯の愛想を振るようになりました。今では脇の下をくすぐると、少しずつ体をしな垂れて仰向けになります。自分で搔くことの出来ない首周りを搔いてあげると、「アーソコソコ」とも言いたげに首を曲げて痒いところを差し出してくれます。人間と共通する感情表現に触れると、なんだか可笑しいですね。

親からの教えがなかったのか、彼女は「ワン」と吠えることをしません。ケージから出して欲しいと訴えるときにも「ウホウホ」といったまるでゴリラのような声や「ウー〜ウ」「ウッフッフ♪」といった声を出しながら、暴れます。扉を開けてハーネスを装着する際には、怒りモードマックスで顔付近めがけて噛みつく仕草をします。

夜の用足しのための散歩では、言葉は発しませんが電柱や街路樹のところで「コッチニ、キニナルニオイガアリマスッテ」と全力で引っ張ります。そうかと思えば、突然足を止め遠くを見つめます。そちらの方を見ても私には何も見えません。緊張感漂わせ「ナニカガイマスヨ」「オイカケマスカ」改めて見直すと確かにキツネが動いたり、止まったりしています。目は衰えて来ているので、嗅覚が極めて鋭いのでしょうか。

縁あってせっかく仲良くなれたのだから、もっと長生きするべな。

善意に深く感謝いたします



…いつも温かいご寄付をお寄せいただきありがとうございます…

次の方々から多くのご寄付をお寄せいただきました。
地域福祉の向上に有効活用させていただきます。

令和6年9月1日～令和7年2月5日

住 所	氏 名	金 額	指 定 先	内 容
共 栄 第 2	高 木 英 雄 様	お名前のみ記載	陸別町社会福祉協議会	妻の逝去に際し
東 1 条 1 区	阪 口 和 子 様	50,000	陸別町社会福祉協議会	夫の逝去に際し
東 1 条 2 区	今 初 子 様	30,000	陸別町社会福祉協議会	夫の逝去に際し
若 葉 町	満 田 東代子 様	20,000	陸別町社会福祉協議会	父の逝去に際し
元 町	吉 田 則 幸 様	50,000	陸別町社会福祉協議会	兄の逝去に際し
栄 町	石 橋 喜和子 様	50,000	陸別町社会福祉協議会	夫の逝去に際し
新 町 1 区	鎌 上 登美雄 様	100,000	陸別町社会福祉協議会	母の逝去に際し
新 町 2 区	児 玉 秀 機 様	50,000	陸別町社会福祉協議会	母の逝去に際し
中斗満第1	副 島 晴 様	100,000	陸別町社会福祉協議会	妻の逝去に際し
東 斗 満	佐 藤 加代子 様	30,000	陸別町社会福祉協議会	夫の逝去に際し
陸 別 町 建 設 業 協 会 五 月 会 様		10,000	陸別町社会福祉協議会	福 祉 に

陸別町農業協同組合様より 乳製品が寄贈されました

今年も陸別町農業協同組合様より、牛乳、ヨーグルト、チーズ等の乳製品を寄贈していただきました。

いただいた乳製品は、社協事業で利用させていただいております。いつもありがとうございます。



北海道コカ・コーラボトリング様より 清涼飲料水をいただきました

今年も北海道コカ・コーラボトリング様より社会貢献活動の一環として【アクエリアス】、【いろはす巨峰】、【ファンタ】の合計120本の清涼飲料水を頂きました。ありがとうございます。



一人暮らしの高齢者や子ども達へ届けると、元気な「ありがとう」が返ってきました。

生命保険ファイナンシャル アドバイザー協会様より ご寄付をいただきました

生命保険ファイナンシャルアドバイザー協会様より、こどもカフェに役立ててほしいと20,000円のご寄付をいただきました。いただいた寄付は、こどもカフェで使わせていただきます。ありがとうございました。



はじめよう！収集ボランティア リングプル収集状況

小さなリングプルが皆様の協力によって集められ、大きな車いすに大変身します。引き続きご協力をお願い致します。

現在は指定の袋約7個(約180kg)という状況です。



お問い合わせ

陸別町社会福祉協議会

ボランティアセンター ☎27-2760



編 集 後 記

書店に並んでいるランキング1位の本にいつも魅かれ購入、しかしすぐには読めず積んでしまいます。その日は時間もありませんでしたので、購入していた本を読もうと一冊を手に取りました。え？何か臭う？そうです、我が家にも春が訪れたのです。6歳の雄猫がランキング1位のその本にマーキングをしてしまい、表紙はヨレヨレ！臭いプン！になってしまいました。そんな些細な出来事で春を感じるようになりましたが、皆さんの春は何を思いうかべますか？きっといい香りの春でしょう。(J)

この社協だよりは共同募金の助成金の一部が使われております。