



つべつ

第117号

社協だより

編集 社会福祉法人 津別町社会福祉協議会 令和8年10月1日発行

<https://tsubetsu-shakyo.or.jp/>

<https://www.facebook.com/tsubetsushakyo/>



地域づくりは
子供から高齢者まで
町民みんなで！



この社協だよりは、共同募金の配分金を活用しています。

つべつ意思決定フォロワー事業



「津別町意思決定フォロワー事業」とは病気や障がいなどで、自分の思いや考えを伝えることが難しい人に「フォロワー」が寄り添い、友人のような関係を築きながら支える取り組みです。フォロワーが定期的に本人を訪問し、話をしながら、本人が「遠慮」や「あきらめ」で言えなかった本当の気持ちを伝えられるよう、背中を押します。

津別町では、令和7年度から一般社団法人日本意思決定支援ネットワークの協力を得て取り組みを始めました。昨年度はフォロワーの養成研修を行い、6名のフォロワーが誕生し、3ケースで活動がスタートしました。

利用者からは、子どもの頃の思い出や昔の仕事の話など、さまざまな話が聞かれています。フォロワーとの会話を楽しむ中で、少しずつ「自分がやりたいこと」を自ら話せるようになり、その実現に向けて動き始めた方もいます。「自分の気持ちを話していい」その思いを大切にしながら、本人らしい暮らしを一緒に応援しています。

つべつ意思決定フォロワー当事者研修

7月2日、津別町内の高齢者や障がいがある当事者を対象に、意思決定の勉強会を開催しました。講師は、日本意思決定支援ネットワーク当事者ワーキンググループのメンバー3名。自分の体験談を交えながら、「社会モデル（障がいの原因を本人の心身の状態だけに求めるのではなく、社会の中にある『困りごとにつながるバリア（障壁）』に目を向ける考え方）」についてお話いただきました。



講話の後は、参加者がグループに分かれ、日頃感じている困りごとや、自分の思いを伝えることについて話し合いました。

講師の一人木本光宣さんからは、「思ったことは諦めないで、遠慮しないで言ってい」「一緒に分かち合える人がいるだけで、自分の気持ちを言っていと思えるはず」とのメッセージがありました。自分の思いを発信すること、そして、その声を受け止めてくれる人がいることの大切さを学ぶ機会となりました。

意思決定フォロワー導入研修

8月10日、第2回目となる「つべつ意思決定フォロワー」導入研修を開催しました。講師は日本意思決定支援ネットワークの5名でした。午前は講義と演習を行いました。演習では、「自分の希望を聞いてもらえず、勝手に決められる体験」を通して意思決定を支えることの大切さを学びました。

午後は、高齢者や障がいのある方に研修パートナーとして参加していただき、「トーキングマット」という絵カードを使って、好きなことややりたいことについて語り合いました。「やってみたいけれど諦めていたこと」についても、実現するための方法を一緒に考え、笑顔あふれる楽しい時間となりました。

本人の「やってみたい」という気持ちを大切に、一緒に考え、実現を応援する意思決定フォロワーの役割の体験を通して学ぶ研修となりました。



あなたの「できること」が誰かの安心につながります

第6期 津別町 市民後見人養成研修 受講者募集

「市民後見人」は、地域の身近な住民として、ご本人の気持ちや希望を大切にしながら、生活や権利を支える役割を担います。津別町民もしくは津別町で勤務をしている20歳以上75歳以下の方でしたら、専門的な知識がなくても大丈夫です。研修を通して、一緒に学んでみませんか？

市民後見人ってどんなことをするの？

ご本人の思いや希望を
聞くこと



ご本人の気持ちに寄り添い
安心して暮らせるように
サポートします

財産管理に関すること



日常の生活費の支払いなど
サポートします

関係者との連絡や調整



行政や専門職などとチーム
になって、ご本人の暮らし
をサポートします

日 程 (全6回)

2026年 11月3日(火) 7日(土) 21日(土) 28日(土)

12月3日(木) 5日(土) 午前9時30分～

終了時間は日によって変わりますので津別町社協にお問い合わせ下さい

会 場

津別町役場 1階 ボランティア室

受講料
無料

申込方法

津別町社協へ10月21日までにお申込下さい

お問い合わせ

津別町社会福祉協議会 津別町幸町41番地

電話 76-1161 FAX 75-5043

主催：津別町

主管：津別町社会福祉協議会

ボランティア研修を開催しました！

(介護予防いきいきポイント事業登録研修)

新規登録研修

7月29日 ボランティア活動を希望される方の新規登録研修を開催しました。ボランティア活動の基本や高齢者の理解、高齢者と関わる時に気を付けたいことなどを学びました。今回の研修会では、7名の方が登録され、サロン活動の運営や介護予防事業、給食サービスの配達など、様々なボランティア活動に参加されます。



介護予防いきいきポイント事業とは？

研修を受講した登録者が行ったボランティア活動に対し、ポイントを付与します。

※1ポイント/1時間
1日2ポイントまで

貯まったポイントは津別町商工会商品券に交換できます。



支え合いのまちづくり研修会

8月28日 ボランティアとして活躍されている22名の方が参加されました。

講師には、北海道教育大学教育学部函館校より齋藤征人教授をお招きし、津別町が「こんなまちになったらいいな」に参加されたみなさんと一緒に話し合いました。

齋藤先生からは、地域住民が話し合うなかで生まれたアイデア（喫茶店を会場にした運動の場づくりなど）が紹介され、話し合いの場にはこどもたちの参加がおすすめとアドバイスいただきました。その場にこどもがいるだけで、おとなが前向きになれる。前向きに自分が住むまちのことを考える機会をこれからつくっていけたらと考えています。



ボランティア登録者募集中！

“すきま時間”でできる健康づくり、生きがいくりのボランティア活動。始めてみませんか？

10月27日(火)に登録研修を開催します。詳しくは社会福祉協議会へお問合せください。

ボランティアに関心のある方は社協までご連絡ください!! ☎76-1161



防災のお話、聞きました



7月16日（木）に共和生きがいセンターで行われた「共和第2にここサロン」で、防災講話を開催しました。

防災講話では、役場の総務課から4名の職員にお越しいただき、日本で過去に発生した災害の映像や津別町で起こった風水害の記録、災害発生時の対応などについてご説明いただきました。

講話の後半では、災害時に設置される避難用テントをサロン参加者の皆さんで実際に組み立て、テントの中にベッドを設置して寝心地を体験しました。他にも、災害時に使用する簡易トイレの使い方について説明を受け、使用方法について教わりました。

講話を聴いたサロンの皆さんからは「とても勉強になりました」「ベッドの寝心地が想像よりも良くて感動した」「テントの立て方は、いざという時のために知っておくべきだと感じました」などの感想が聞かれ、改めて日ごろから防災について考え、備えることの大切さを感じる講話となりました。



わくわく！体力チェック✓

9月14日（月）共和生きがいセンターにて体力測定を実施しました。

当日は日赤看護大の先生にもお越しいただき、握力などの体力測定を行ったほか、骨密度や血管年齢などの専門的な検査も実施しました。普段の生活ではなかなか知ることのできない自分の身体の状態を確認し、これからの健康づくりについて考える機会となりました。



楽しく健康づくりがしたいと思っている方へ♪

運動サロン

13:30～15:30

参加費：500円

10月は5日・19日

場所：西町寿の家（毎月第1・第3月曜日）

共和生きがいセンター（毎月第2・第4月曜日）

10月は13日・26日

認知症の人に やさしい津別町に。



「認知症のことを知ろう!!」



認知症のことを身近に知っていただくために、10/1 ~ 10/30の間
役場庁舎 3番窓口社協カウンター前あたりに

みんな、見に来てね!

認知症の本 特集コーナー



を設けます。



※月曜日～金曜日 の 8:30 から 17:15 (土、日、祝日休み)

認知症サポーター になりませんか?

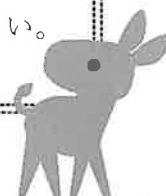
認知症サポーター とは・・・

認知症は誰でもなる可能性がある脳の病気です。認知症について正しく理解し、
認知症の方やそのご家族が安心して暮らせる地域を一緒に作りませんか?
自治会、職域単位で募集しております。詳細は下記までお問い合わせください。

認知症家族介護者の茶話会に参加しませんか?

介護をしている方、これまで介護をしてきた方を対象に、ざっくばらんに話したり、
ほかの方の話を聞いたりできる交流の場です。

介護をする中での悩みや日々の工夫、さまざまな体験について情報交換してみませんか。
誰かと話すことで気分転換にもなりますので、どうぞお気軽にご参加ください。
詳細については、下記までお問い合わせください。



問合せ先



津別町社会福祉協議会 担当 認知症地域支援推進員 山口・門脇
TEL 0152-76-1161 ・ FAX 0152-75-5043

赤い羽根共同募金運動にご協力をお願いします!

10月1日より「赤い羽根共同募金運動」が全国一斉に始まりました。

現在、北海道共同募金会で多額の使途不明金の発生という不祥事が生じておりますことについて、毎年募金されている町民の皆さまに心よりお詫び申し上げます。津別町共同募金委員会は、お預かりした募金を今まで同様適切に取り扱いいたします。

赤い羽根共同募金は、さまざまな地域課題の解決を応援するために、町民の思いやりを届ける「じぶんの町を良くするしくみ」です。

皆さまからお寄せいただいた募金は、地域の福祉活動や支援を必要とする方々のために活用されます。今年度も温かいご支援とご協力をお願いいたします。

実施期間 10月1日 ～ 12月25日まで

募金運動期間中は、社会福祉協議会の窓口、ちゃのま、ランプの宿、さんさん館、つべつ木材工芸館キノス に募金箱を設置していますので、ご協力をお願いいたします。



★500円以上募金いただいた方に、津別町限定赤い羽根ピンバッジを提供します



募集中!

年賀状(喪中はがき)の宛名書き承ります。

- 申込期間：令和8年10月1日～令和8年12月11日まで
- 宛名はボールペンで手書きします。
- 1枚につき60円の募金をお願いします。
- 募金は、津別町の福祉サービスに使わせて頂きます。



心あたたまるご寄付ありがとうございました。

(令和8年6月18日から令和8年9月17日)

社会福祉協議会へ

◆香典返しを廃して

共和眞鍋 様 ・ 豊永伊藤 英子 様 ・ 活汲野田 松枝 様
幸町中村 登志子 様 ・ 東2条山田 善康 様 ・ 東3条柳瀬 長博 様
小野家 様

◆その他

熊谷林産株式会社 様

物品寄付

◆津別ライオンズクラブ 様 使用済切手1,225枚



旭昇園あけぼのクラブ様
三十周年
おめでとう
けむいさま。

ボランティア登録研修のお知らせ

(津別町介護予防いきいきポイント事業)

令和8年10月27日(火)

午前9時30分～11時30分
津別町役場 健診ホール

○研修内容

- ・ ボランティア活動とは
- ・ 対象者の理解とコミュニケーション

住民同士の支え合い活動として、施設や社協事業などで行ったボランティア活動に対してポイントが付与されます。そのポイントは津別町商工会商品券と交換することができます。

今回の研修会で活動登録してくれる方を大募集！！
たくさんのご参加お待ちしております。



編集後記

社協の業務は主に高齢者が対象者になりますが、福祉教育等子供たちとも関りががあります。そう考えると私たち社協職員は多くの町民と接点があると再度感じているところです。福祉は子供から高齢者まで、全ての人に必要だと思ってます。誰かが支えるのではなく、みんなで支え合う町づくりを目指します。(K)