

旭星地区社協

きずな

第 30 号

発行者 旭星地区社会福祉協議会

会長 会見 征英

編集 宮津 勉

住みやすく・安心安全な地域づくりをめざして！

旭星地区社会福祉協議会は、家族、近隣者間の希薄化を防止し、人と人とのつながりに重点をおき、近隣者参加による福祉を目標にしています。

当地区の市民委員会、民生委員児童委員、福祉部長、社協、地域住民の関係者が一体となり社会福祉への理解を深めて頂き、社会的弱者、児童虐待等に取り組んでまいります。

皆様が安全で安心して出来る限り住み慣れた地域で暮らせる「地域づくり」にご理解とご協力をお願い致します。

これから、高齢化が進み家族形態が大きく変化していくなか、ふれあいと支え合いを育む地域社会づくりのため、皆様方のご理解とご協力を頂きながら進めていかなければならないと思っております。

今後とも、皆様方のご支援とご指導をお願い申し上げます。

会長 会見 征英



見守りネットワーク打ち合わせ会
会見会長のお話し



見守りネットワーク打ち合わせ会
片山地域包括支援センター長のお話し

見守りネットワークとは

日々の旭星地域の安心見守り活動とケアマネージャーさんの専門的支援活動がお互いに連携することで、支援の充実や緊急時における協力体制の強化を目的としています。



見守りネットワークの事務局として支えます

地域包括支援センターにご相談ください



地域包括支援センターは、高齢者のための総合相談窓口です

北星・旭星地域包括支援センター
070-0816
旭川市川端町6条10丁目3868
TEL: 0166-46-6500

旭星地区
社会福祉協議会役員

役 職	氏 名	電 話
会 長	会 見 征 英	51-1816
副 会 長	関 口 法 夫	53-2730
副 会 長	窪 田 静 一	52-0142
副 会 長	竹 内 き よ	55-3556
監 事	多賀谷 忠	52-7892
監 事	加 藤 光 一	51-2582
事務局長	宮 津 勉	54-2238
事務局次長	森 下 孝 一	51-0530
常任理事	杉 田 保 憲	53-0141
常任理事	飯 嶋 玲 子	52-4629
常任理事	原 郁 美	050-1241-5557
常任理事	中 村 幸 一	53-5256
常任理事	小笠原 不二夫	090-1645-6834
常任理事	関 口 法 夫	53-2730
常任理事	鈴 木 秀 夫	51-8688
常任理事	川 崎 浩 幸	53-9540

旭星地区
市民委員会福祉部長名簿

町 内 会 名	氏 名
大 町 春 光	関 口 法 夫
明 和 北	中 村 幸 彦
大 町 北 鎮	金 丸 栄 子
大 町 昭 和	竹 内 き よ
旭 親	小 松 孝 志
旭 町 親 交 会	宮 下 光 一
旭 町 2 条 親 和 会	加 藤 光 一
明 和	宮 津 勉
旭 町 明 和	鈴 木 秀 夫
北 門 旭 親 交 会	小笠原 不二夫
旭 町 1 条 親 和 会	川 崎 浩 幸
北 明	北 川 守
西 北 門	倉 内 孝 二
北 門 一 二 三	川 岸 清 澄
東 北 門	立 原 清
北 門 親 和 会	戸 梶 淳 子
大 町 中 央	徳 長 隆
ティエール教育大前	大 橋 賢 一

旭星地区民生委員児童委員名簿及び担当町内会

旭星地区民生・児童委員 副会長 佐 野 詩 子 (52-9691)

委 員 名	電 話	担当町内会名	委 員 名	電 話	担当町内会名
窪 田 静 一	52-0142	大町春光	和 田 寛	51-0072	旭町2条親和会
欠 員		大町春光			旭町親交会
横 田 礼 子	53-7010	児童委員			北門旭親交会
佐 野 詩 子	52-9691	明和北	市 村 隆 幸	52-2308	明和町内会
森 下 孝 一	51-0530	明和北・大町春光	鈴 木 秀 夫	51-8688	旭町明和
井 上 恭 子	55-0822	大町北鎮・春光・昭和			北門旭親交会
飯 嶋 玲 子	52-4629	大町北鎮・春光	及 川 みゆき	52-8724	児童委員
竹 内 き よ	55-3556	大町昭和	欠 員		北明・西北門
加 藤 美佐子	53-6548	旭親	澤 正 博	54-4067	北門一二三
		北門旭親交会	欠 員		東北門・西北門
岡 田 田鶴子	54-5660	大町中央・北鎮・昭和・フタバ	赤 川 雅 則	54-5833	北門親和会
			佐 野 ふさ子	54-0805	旭町1条親和会
					ティエール教育大前
					旭町親交会
					北門旭親交会

※民生児童委員の担当地区ですが、地区を重複して担当している方がいらっしゃいます。又民生委員は守秘義務を義務づけられております。安心してご相談下さい。相談内容は口外はされません。

編集後記



今年も広報誌発行の季節になりました。「きょくせい」の表紙は「はろういん in 北の散歩道」を、「きずな」は見守りネットワークを掲載させて頂きました。

令和4年度もコロナの不安に明け暮れた1年でした。来る5年度がより安心して生活が出来、健康で明るい日常が送れます事を願っております。

編集担当 宮津 勉

今年も多くの方々から赤い羽根共同募金が寄せられました!!

お寄せいただいた募金は、市内の福祉施設・団体への助成や社会福祉協議会が行う「安心見守り事業・ふれあいサロン事業・敬老会事業・広報誌きずなの発行」等に活用されています。又、募金の約3%は、災害時のボランティア活動の準備金として積み立てられています。

街頭募金活動

今年も10月15日、ダイイチ旭町店の店頭で募金を呼びかけました。1時間半で14,249円集約出来ました。女性部からの支援ありがとうございました。



赤い羽根共同募金

戸別募金	149,400円
大口募金	35,000円
街頭募金	14,249円
合計	198,649円

住民会員会費

福祉の街づくりは会員の皆様に支えられております。

会員会費 **278,000円**

町内会の皆様のご理解とご協力を賜りまして有難うございました。皆様方からの貴重な財源は、旭川市社会福祉協議会へ納入させていただきました。



この広報紙「きずな」は、赤い羽根共同募金の助成を受け発行しています。

令和4年度 旭星地区社会福祉協議会事業活動

- (1) 安心見守り事業
- (2) ふれあいサロン開催事業
- (3) 地域ふれあい交流会の活動
- (4) 高齢者等の交流、介護予防、健康相談
- (5) 敬老会開催事業
- (6) 旭星地区広報誌「きずな」発行
- (7) 赤い羽根共同募金運動啓発
- (8) 福祉団体援助事業推進
- (9) 青少年健全育成活動
- (10) 一声かけよう運動
- (11) 養成、研修事業
- (12) 除雪、排雪事業
- (13) ネットワーク拡充と情報の共有
- (14) 生活支援体制整備
- (15) ボランティア事業



旭町明和町内会 比布いちご狩り

3年ぶり開催!

7月3日、大人21人子供4人参加。
晴天に恵まれ、鈴なりのイチゴを食べ、
昼食後サウナに入り楽しい一日でした。



北鎮楽笑 体操クラブ

毎月第1・3金曜日
午前10～11時
会場：大町北鎮会館
(大町2-10)



問い合わせ先：

飯嶋 (52-4629)




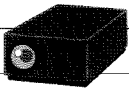


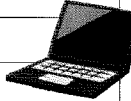


旭川市ボランティアセンターの支援内容

福祉用具の貸出しについて

地域の研修会や学校等による福祉学習を対象に福祉用具の貸出しを行います。又、福祉の講話などを実施します。(個人への貸出しはしていません)

(1) 貸出物品一覧表

No.	物 品 名	数 量	備 考
1	車いす 	15台	自走式13台、介助式2台
2	高齢者疑似体験セット (おとな用)	20セット	小学4年生以上が対象
3	高齢者疑似体験セット (こども用)	10セット	小学3年生以下が対象
4	アイマスク 	35枚	
5	白杖 	20本	
6	プロジェクター 	2台	
7	スクリーン 	2台	
8	ビデオデッキ 	1台	
9	ビデオソフト	全28タイトル	
10	ワイヤレスアンプ	1台	マイク2本付
11	ノート型パソコン	1台	O S : Windows7 

(2) 貸出期間について

原則、体験実施日を基準に、貸出返却の前後2日間を加算した期間となり、最長1週間となります。

(3) 貸出しの手続きについて

借用のため来所された際、旭川市ボランティアセンター備え付けの「資機材貸出申込書」に記入していただきます。返却時に書類の記入などはありません。

(4) 貸出しまでの流れについて

予 約 お電話にて物品の空き状況を確認の上、ご予約をお願いします。

貸出し 旭川市ボランティアセンターへ直接、貸出物品を取りに来ていただきます。その際に「資機材貸出申込書」に学校名や電話番号などを記入していただきます。

使用後 1) 消毒液などで、直接皮膚に触れる箇所を消毒してください。

2) 高齢者疑似体験セットについては、バッグのポケットに収納時の写真(片付け見本)が入っていますので、それを見本に整理してください。

返 却 借用した物品数及び破損の有無をご確認の上、返却してください。

(5) 破損・汚損があった場合

原状回復を行い、その費用を負担していただきます。

旭川市ボランティアセンター

旭川市ときわ市民ホール 1 階
TEL (0166) 21-5550



きよくせい

発行

旭星地区市民委員会

会長 中村 幸彦

編集 広 報 部

編集 谷島 知博

// 平子喜代信



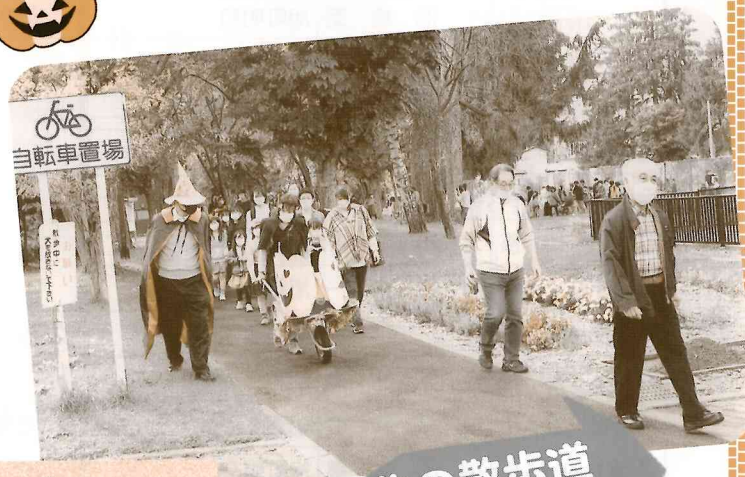
「秋を楽しむ、二足早い、はろういん in 北の散歩道」



子ども縁日



子ども
ファッションショー



北の散歩道
ウォーキング

令和4年10月16日(日)
午後1時から午後3時30分

主催:「北の散歩道」環境保全事業実行委員会



“安心で、安全な住みよいまちを 地域のみなさまで まもろう!!



旭星地区市民委員会 会長 中 村 幸 彦

皆様に、日頃から市民委員会、各町内会の発展のためのご理解とご協力を賜り、心から感謝を申し上げます。

さて、当地区の市民委員会、町内会事業は新型コロナウイルスの影響を大きく受け、中止や自粛を余儀なくせざるを得ない日々が続いております。旭川市ではコロナの影響を受けておりますが、お店での飲食や、イベント活動が日々の感染対策の徹底や新しい生活様式の定着などにより、新たな形で実施されております。

また、今年4月から新しく「地域まるごと支援員」という子ども、障がい、生活困窮等の世代や属性を問わず、弱者への複合化、複雑化している課題に取り組む8名+1名が配置されました。

旭星地区市民委員会も賛同し、地域住民の「安心で、安全な住みよいまちづくり」の為、最優先の課題とし、多くの方々のご理解とご協力を特にお願いし、地域発展、地域づくりに邁進されることを祈念致し、よろしくお願い申し上げます。

令和4年度 旭星地区市民委員会役員名簿						
会 長	中 村 幸 彦	明和北	理 事	多賀谷 忠	大町中央	
副 会 長	関 口 法 夫	大町春光		斉 藤 修	北門旭親交	
	小 池 語 朗	旭町明和		後 藤 隆 司	旭親	
監 事	佐 竹 靖 雄	東北門		倉 内 孝 二	西北門	
	和 田 寛	旭町2条親和		澤 正 博	北門一二三	
総 務 部 長	中 尾 信 一	大町昭和		野 田 佳 之	旭町1条親和	
会 計 部 長	関 口 法 夫	大町春光		合 田 邦 雄	北門親和	
交 通 部 長	北 川 守	北明		石 井 裕 一	ティエール教育大前	
青少年育成部長	中 村 幸 一	旭親		柿 崎 秀 樹	大町北鎮	
女 性 部 長	原 郁 美	明和北	交 通 部 監 事	関 口 法 夫		
福 祉 部 長	会 見 征 英	明和		多賀谷 忠		
防 犯 部 長	中 村 幸 彦	明和北	青少年育成部監事	関 口 法 夫		
環境衛生部長	杉 田 保 憲	旭町親交		伊 藤 仁		
火 防 部 長	関 口 法 夫	大町春光	女 性 部 監 事	中 尾 信 一		
社 会 部 長	川 上 邦 義	大町北鎮		細 川 紀		
文 化 部 長	関 口 法 夫	大町春光	福 祉 部 監 事	多賀谷 忠		
広 報 部 長	中 村 幸 彦	明和北		加 藤 光 一		

令和4年度

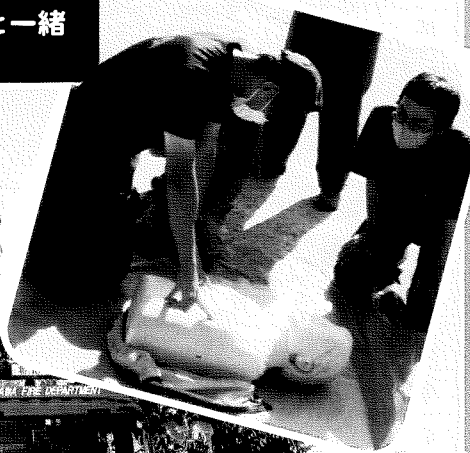
収 支 決 算 ・ 予 算			事 業 計 画			
<収入の部>			部会	事 業 名	実施月	事 業 内 容
費 目	3年度決算	4年度予算	総務部	総 会	4	事業決算報告及び事業計画予算案などの審議
前 年 度 繰 越 金	308,740	537,411		役 員 会	4～3	各専門部長の委嘱と活動計画 会務運営・総会関係
会 費 収 入	278,200	278,000		新 年 交 礼 会	1	功績者に対する市長表彰及び懇親会
補 助 金	478,200	478,000		会 計 監 査	3	会計処理及び会務運営状況の監査
事 業 収 入	0	335,000				
雑 収 入	5	5				
合 計	1,065,145	1,628,416	広報部	広 報 会 議	6～9	広報誌「きよくせい」発行の内容及び編集・校正・印刷
<支出の部>				広 報 誌 配 布	12	地区内全町内会及び関係先へ配布
費 目	3年度決算	4年度予算	交通部	指 導 活 動	4～2	四季及び各催事関係時の街頭交通安全指導・啓発
総 務 費				研 修 会	7	交通安全市民大会
総 会 費	3,240	110,000	青年部	会 議	4～3	地区・市連協・推進委員会・安全協会の役員会
役 員 会 費	23,857	250,000		会 議 ・ 研 修 会	4～3	総会にて活動報告・計画の審議及び行事
記 念 事 業 積 立 金	20,000	20,000	女性部	行 事 活 動	7～2	科学実験教室 陶芸教室・ミニ運動会
事 務 費	11,917	15,000		総 会	4	活動報告・計画・行事の審議
印 刷 費	35,160	50,000	女性部	検 診	7～9	地区住民の胸部レントゲン・5種類ガン検診
通 信 費	0	5,000		行 事 活 動	8～9	旭川夏まつり・健康講座
交 通 費	0	6,000	防犯部	会 議 ・ 研 修 会	4～3	地区・市連協及び地区各部会役員会・研修会
負 担 金	5,000	25,000		防 犯 部 点 検 整 備	5	防犯旗の汚損・新設及び防犯灯の点検・整備
慶 弔 費	0	20,000	防犯部	巡 回 ・ 防 犯	4～3	夏季・歳末及び夏休み・盆踊り・祭り 地域防犯ニュースの配布
雑 費	0	5,000		会 議 ・ 研 修	5～3	部長会議・市連協研修会
事 務 局 費	40,000	50,000	環 境 衛 生 部	総 会	5	推進協力部会、協力員の活動計画他
小 計	139,174	556,000	環境衛生部	事 業 活 動	4～3	春秋季清掃及び緑化推進 ゴミ取扱い関連
活 動 費				役 員 会 ・ 研 修 会	4～3	三役員・推進協力部員合同会議及び市連協研修会
広 報 部	98,560	120,000	福祉部	会 議 ・ 研 修 会	随時	事業計画・地域福祉活動の協力依頼・福祉勉強会
交 通 部	80,000	80,000		事 業 活 動	5～2	地区敬老会（9月）・ふれあいサロン交流会
青 少 年 育 成 部	90,000	90,000	福祉部	見 守 り 確 認	通年	一人暮らし対象者の見守り・関係者に協力依頼
女 性 部	80,000	80,000		火 防 部	事 業 活 動	4～3
福 祉 部	40,000	40,000	火防部	会 議 ・ 研 修 会	5～3	火防協会役員会・総会・研修会
防 犯 部	0	10,000		文 化 部	事 業 活 動	9
環 境 衛 生 部	0	5,000				
火 防 部	0	5,000				
文 化 部	0	140,000				
社 会 部	0	50,000				
小 計	388,560	620,000				
予 備 費	0	452,416				
繰 越 金	537,411	0				
合 計	1,065,145	1,628,416				

● 町内会、助け合う心が和をつくる ●
● 町内会加入促進にご協力ください。 ●

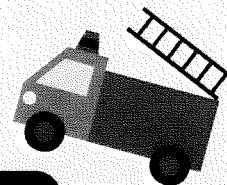
～地域のチカラで地域を守る～ 北星6地区防災フェア



火災、地震、水害…。全国で多発している様々な自然災害。これらは、いつ自分の身に起こるかわかりません。
地域防災のために、それぞれの立場でできることを、私たちと一緒に考えてみませんか？



日時：令和4年10月2日(日)
午前10時～午前11時30分
場所：大有小学校 屋外運動場
(旭町1条6丁目)



※この事業は、北星まちづくり推進協議会の意見を受けて実施しています。

主催：北星6地区防災事業実行委員会

消毒用アルコールによる火災に注意してください

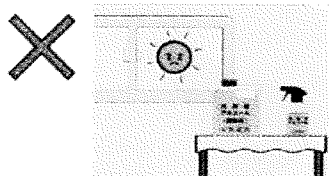
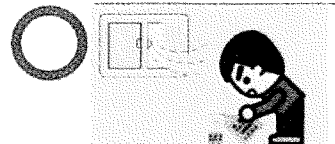
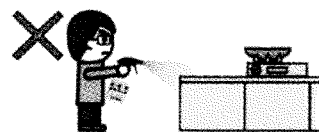
火防部長 関口 法夫

新型コロナウイルス等の感染予防のため、危険物（第4類アルコール類）に該当する消毒用アルコールを使用する機会が増えています。消毒用アルコールによる火災を予防するため、次のことに注意して使用してください！

◎消毒用アルコールを使用するときは火気の近くで使用しないようにしましょう。

◎消毒用アルコールの詰替えは、通気の良い場所や換気が行われている場所で行いましょう。

◎消毒用アルコールの設置や保管は、直射日光が当たる場所や高温となる場所は避けましょう。



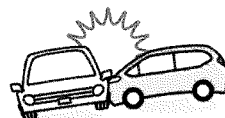
飲酒運転の根絶

交通部長 北川 守

乗るのなら しっかりお酒と ディスタンス

飲酒運転は重大な犯罪

飲酒運転による代償は大きく、被害者や自分自身及びその家族にも精神的・経済的苦痛を伴うものになります。



飲酒運転根絶の日

皆さん一人一人が「飲酒運転をしない、させない、許さない、そして見逃さない」という強い気持ちで、北海道から飲酒運転を根絶しましょう。

飲酒運転を助長する犯罪の防止！

飲酒運転と同様に

- ・車両提供罪（飲酒運転するおそれのある人に車両を提供すること）
- ・酒類提供罪（飲酒運転するおそれのある人に酒類を提供すること）
- ・同乗罪（飲酒運転する車両に同乗すること）

をした場合も罰せられ、運転免許を持っていた場合、行政処分を受けることがあります。



暴力団追放「三ない運動」



旭川市暴力団追放運動推進協議会



北海道警察・（公財）北海道防犯協会連合会

コロナ健康訓



30分に1回 立ち上がり動く①

◎例えば、テレワーク中



身体活動を増やす②

生活
活動

- ◎家事
- ◎買い物
- ◎庭仕事など

運動

- ◎ウォーキング
- ◎サイクリング
など



ポイント解説

①世界保健機構（WHO）は、**座りすぎは総死亡率の上昇や、肥満、心臓病、がん、糖尿病などの増加に悪影響を及ぼす**とし、座りっぱなしの時間を減らすよう提唱しています。30分～1時間ごとに立ち上がり、少し体を動かすだけでも健康効果があるとしています。

家族や友人との つながりを保つ③

◎電話、メール、
ビデオ通話も活用



②身体活動量の目安（WHO推奨）



子ども(5～17歳)

中～高強度の身体活動を
毎日**60**分以上



成人(18～64歳)

中強度の身体活動を
週**150**分以上

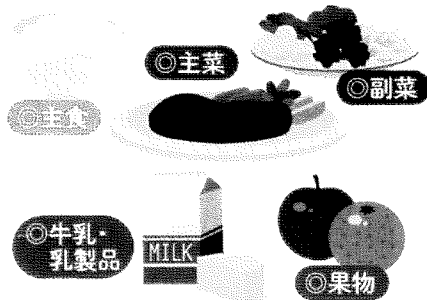


高齢者(65歳以上)

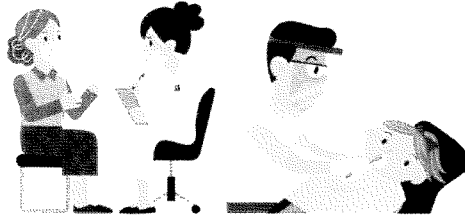
中強度の身体活動を
週**150**分以上

*中強度は、軽く息が弾むくらいが目安 *無理せず少しずつ体を動かしましょう
*健康に不安がある人は、かかりつけ医の指導の下で行いましょう

1日3回 バランスよい食事^④

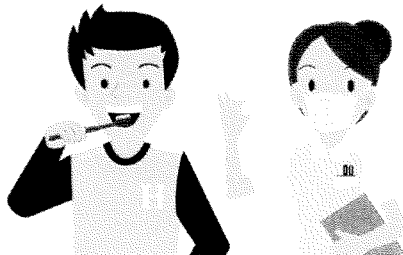


必要な医療機関の 受診を控えない^⑥



⚠ 過度な受診控えは
健康リスクを高めることも

口の中を清潔に保つ^⑤



- ◎食後の歯みがき、うがい、舌の清掃など
- ◎お口の健康は全身の健康につながります！

④バランスよい食事は**健康保持**の基本で、感染予防にも重要です。

=Point=

- ◎毎回の食事で、**主食**(ごはん・パンなど)、**主菜**(肉・魚・卵・大豆製品など)、**副菜**(野菜・きのこなど)を食べる
- ◎毎日1～2回、**牛乳・乳製品**、**果物**をとる

⑤口の中を清潔にし、口腔粘膜の抵抗性を保つことは、**新型コロナウイルス**や**誤嚥性肺炎**などの**感染症予防**につながります。

⑥必要な受診(例)

- ◎予防接種・乳幼児健診
- ◎持病の治療、歯科治療
- ◎定期健診、がん検診 など

③外出自粛で人との交流や会話が減った高齢者は、**認知機能**や**口の機能低下**、**フレイル***が進みやすい状況と指摘されます。家族は電話やオンラインを活用して生活の様子を見守り、言動の変化に留意しましょう。

*フレイル＝虚弱。心身の機能と活力の低下

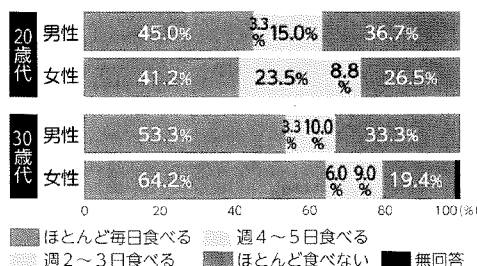
参考資料/Withコロナ時代に運動不足による健康二次被害を予防するために(スポーツ庁)、WHO身体活動・座位行動ガイドライン日本語版(2021年)、日本歯科医師連盟ポスター、上手な医療のかかり方リーフレット(厚生労働省)ほか

北海道医師会地域保健部の冊子から転載・抜粋

朝食を食べよう

若い世代ほど、朝食の欠食が多い傾向です。ほとんど食べない人が、男性では20歳代で36.7%、30歳代で33.3%。女性はそれぞれ26.5%、19.4%です。食べる習慣がある人は、栄養素の摂取量が増え、学力や体力が高い傾向にあります。

旭川市民の朝食摂取頻度(20・30歳代)



朝食を食べる工夫

- 夕食が遅くなる日は軽いメニューにする
- 夜更かししないで、早めに就寝
- そのまま食べられるチーズや果物を用意
- 夕食を多めに作って朝食で食べる
- メニューをパターン化して手早く準備



ATMの操作を求められたら、すぐ110番!!



被害に 遭わないために

- 名乗らせる
- あわてない
- 事実を確認する
- 警察に相談

おかしいな? うまい話はまず確認!
特殊サギに注意!!



有料動画の未納料金が発生しています。
本日中にご連絡なき場合、
法的手続きに移行します。
●●●受付センター
03-XXXX-XXXX

似たような
メール・ハガキなどは
全部サギです!!

消費料金に関する 訴訟最終告知のお知らせ

このまゝご通知致したのは、あなたの利用が、
会社として(又は法外な利益を得る目的)により民事訴訟として、
訴訟が提起された事を定めてお知らせします。
管理番号(わ)283

また、このまゝご通知なき場合は、
訴訟が提起され、
訴訟費用の支払い、
小額訴訟の申し立てを強制的に執行させていただきます。
ご対応可能な場合は、
執行証書の交付を承知していただくようお願いいたします。

尚、訴訟の申し立てのご相談につきましては、
お電話にてお問い合わせください。
お電話での対応となりますので、
ご来館の際は、
お電話にてご連絡いただきますようお願い申し上げます。

※取り下げ最終期日 二〇二〇年〇月〇日

法務省管轄支局 国民訴訟告知管理センター
東京都千代田区西千代田3丁目
取り下げ専用のお問合せ窓口 03-XXXX-XXXX
受付時間 9:00~20:00(日、祝日を除く)

実際に来ているハガキ

訴訟最終告知

※不安にさせる題名

管理番号

※番号は変わる場合あり

期日が差し迫っている日付

※動揺させる手段

法務省管轄支局

国民訴訟告知管理センターなど

電子マネーや
コンビニ代行決済での
支払い要求には注意!

旭川方面防犯協会連合会・旭川方面警察