

これから倶楽部

シニア世代の方々に対して、生きがいや健康づくり、仲間づくりなどを目的とした事業を行っている「北海道長寿社会推進センター」の活動をご紹介します。



第30回全国健康福祉祭あきた大会 北海道選手団選手等の派遣

平成29年9月9日から12日までの4日間、秋田県内で全国健康福祉祭あきた大会（ねんりんピック秋田2017）が開催されました。

今年も道内の予選会の記録を参考に選出された124名（札幌市居住者を除く）が北海道選手団として参加し、日ごろの練習成果を発揮し、同じスポーツを楽しむ全国の仲間との交流を深めてきました。



北海道選手団結団式



総合開会式

～第31回全国健康福祉祭～ とやま大会の開催

（ねんりんピック富山2018）

平成30年11月3日(土)～6日(火)

富山県内全15市町村で開催！

ねんりんピックとは、60歳以上の方々を中心とした健康と福祉の全国規模の祭典です。

第29回全国高齢者スポーツ等大会の開催

平成29年5月から6月にかけて、道内各地において、高齢者の健康づくり・生きがいづくりを目的に、卓球やテニスなどのスポーツ交流大会と囲碁や将棋などの文化交流大会が開催されました。計12種目が開催され、延べ1,090名の皆さんが参加し、それぞれの競技で熱戦が繰り広げられました。



第29回全道シルバー作品展の開催

平成29年10月12日(木)から16日(月)までの5日間、札幌市、かでる2・7展示ホールにおいて、絵画、書、写真、工芸、短歌や俳句などの作品が展示されました。道内からは156点の作品の応募がありました。ありがとうございました。



上記「全道高齢者スポーツ等大会、及び「全道シルバー作品展」は、「全国健康福祉祭（ねんりんピック）」の予選会として位置づけられています。

生きがいつくりクリエイター養成講座が開催されました！

平成29年5月30日～31日（前期）、6月19日～20日（後期）の計4日間、札幌市内において、生きがいつくりや仲間づくりを目的とした組織の立ち上げや、自主的な事業の企画・運営等を実践する人材の養成を目的とした、生きがいつくりクリエイター養成講座を開催しました。

講座では、地域活動の意義や展開方法について、模擬演習を通して学ぶことができ、今年度は8名の受講者が修了されました。

卒業生は、すでに各地域で自主的な活動や団体の組織化に向けた動きを積極的に進めており、なかには下記自主企画事業を活用して組織を立ち上げている方もいます。



自主企画事業について

本センターでは、60歳以上の方による自主的な取組みを推進するため、道内各地域で生きがいや健康づくりに関して自ら企画し運営する事業に対して、2年間助成を行う事業を行っています。この助成事業は、グループの立ち上げ支援を目的としているため、助成期間終了後も活動を継続していただくことが要件となっています。

【対象団体】

- ◆60歳以上の会員が7名以上いること
- ◆自分たちで新たに立ち上げた団体であること
- ◆自主的に企画した内容を確実に運営できること
- ◆助成終了後も活動を継続する見込みがあること



【助成対象事業】

地域での社会活動を促進するため、地域福祉活動、地域文化活動、世代間交流活動、生涯学習活動等を自ら企画し、運営する事業

【助成期間及び助成額】

助成期間：2年以内 助成額：1団体、1年あたり最大25万円
助成対象経費：外部の講師の謝礼や旅費、事務用品の購入など

※今後の募集では、助成上限額や対象団体の要件に変更が生じる場合があります。

〈現在助成を行っているグループの活動（9団体）〉

市町村名	事業名	事業内容
札幌市	ふまねっと教室開催事業	高齢者の健康づくり
札幌市	ローンボウルズで若返り！～誰でも気軽に楽しめるスポーツ～	高齢者の健康づくり
旭川市	永山第1団地 ふれあい見守り助け合い事業	高齢者の健康・生きがいつくり、多世代交流
函館市	ふまねっとカフェの会	高齢者の健康・生きがいつくり、多世代交流
北広島市	お茶の間事業	高齢者の健康づくり
滝川市	江部乙高齢者健康まつり	高齢者の健康・生きがいつくり
八雲町	シニアyogaサークル	高齢者の健康づくり
長沼町	高齢者を支え合い地域交流事業	高齢者の健康づくり、仲間づくり
美幌町	笑って・動いて・考えて生き生き人生	高齢者の健康・生きがいつくり、多世代交流

ニュースポーツの普及・啓発

ニュースポーツとは、勝敗にこだわらず、レクリエーションの一環として誰にでも楽しめ、人との交流を主眼に置いて新しく考案されたスポーツです。中高年の方の健康の維持・増進や高齢者の介護予防効果なども期待される生涯スポーツとして親しまれています。

ユニカール



「ユニカール」とは、オフシーズンでも楽しめるよう、氷上ではなく、カーペット上でできるカーリングとして1979年にスウェーデンで考案されたスポーツです。「ユニバーサル・カーリング」を略して「ユニカール」と名付けられ、誰もが気軽に楽しむことができます。

取っ手のついた専用ストーンを滑らせ、サークルの中心に近づけることを目指します。

平成29年11月2日(木)に、七飯町にてユニカール講習会を開催しました。

21名の参加者とともに、指導者のもと、ユニカールの体験を行いました。ゲームでの駆け引きの面白さを味わう生涯スポーツとして、皆さん楽しんでいました。

カーリンコン

「カーリンコン」とは、冬季オリンピック種目として有名なカーリングに似ているスポーツです。

赤青2チームに分かれて、数メートル先のポイント（標的となる円盤）に向かって、ディスクを交互に投げるゲームで、どちらのディスクがポイントに近いかを競います。

氷上のカーリング競技と異なる点は、ポイントが固定されずに、動く点です。

今後、下記2地区で開催を予定しておりますので、ぜひお気軽にご参加ください。

なお、詳細は本センターまでお問い合わせください。

〈北見市〉

と き 平成29年12月15日(金)

ところ 北見市総合福祉会館
(北見市寿町3丁目4番1号)

対 象 北見市老連若手委員会委員
北見市在住の60歳以上の方

〈苫小牧市〉

と き 平成30年1月29日(月)

ところ 苫小牧市民活動センター
(苫小牧市若草町3丁目3-8)

対 象 胆振管内に在住の60歳以上の方



北海道シニアリーダーバンクを活用ください!!

「北海道シニアリーダーバンク」は、地域貢献活動に熱意のあるシニアの方々の情報を登録しています。

北海道シニアリーダーバンク登録者は、これまで培ってきた特技や知識などを地域でのイベント、講座や学習会などで発揮しています。地域での講座や学習会等の企画の際、ぜひご活用ください。現在は83名の方が登録されています。

なお、登録者間の情報交換の機会を兼ねた研修会を、年1回開催しています。

シニアリーダーに興味のあるシニアの方からの連絡もお待ちしています。

シニアリーダーの登録をして、活動してみませんか??

あなたの特技や知識を
シニアリーダーバンクに
登録してみませんか!!

長年培われた特技や知識を持った高齢者の方の情報を「北海道シニアリーダーバンク」に登録し、ホームページに掲載しています。ぜひ、皆さんの活動などで講師や指導者として活用してください。



ホームページのご案内

北海道長寿社会推進センターでは、ホームページでも各事業の情報を随時更新しています。

また、「シニア生きいき探究サイト」では、高齢者の生活・活動等に役立つ機関・団体、各種高齢者団体、自主活動グループ等に関する情報を掲載しています。ぜひご覧ください。



- 北海道長寿社会推進センターホームページ
<http://dochoju.jp>
- シニア生きいき探究サイト
<http://www.dochoju.jp/ikiiki/index.cgi>



※各事業のお申込み・詳細については、北海道長寿社会推進センターまでお問い合わせください。

[平成29年11月発行]

社会福祉法人北海道社会福祉協議会

北海道長寿社会推進センター

〒060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目1番地 かでの2.7 2階

TEL 011-271-1574 FAX 011-271-3956