

学習、能力活用

■札幌シニア大学

高齢の方が、地域活動の推進役となることを目的に、地域貢献活動、健康づくり、リーダーシップなどの必要な知識を身に付けるための学習講座です。

対象者 50歳以上

費用 2年間の修業期間に対し、1年ごとに修学金（15,000円）の負担があります。

照会先 (一社)札幌市老人クラブ連合会 TEL:614-0153



■高齢者教室

時代に即応した能力を身につけ、健康で生きがいのある充実した生活を創造していくため、週1回程度の継続した講座を開催しています。(開催回数及び時期等は区によって異なります。)主な学習のねらいは、地域社会と奉仕活動、健康増進、趣味・教養の充実等になります。

※ 所定の期間に申込が必要で、抽選となる場合があります。

※ 基本的には無料ですが、教材費等の実費がかかる場合があります。

対象者 開催区にお住まいの方(区によって異なる場合があります。)

照会先 各区役所(地域振興課) ⇒ 23 ページ ①
※豊平区は月寒公民館 TEL:011-851-0482

■シルバー人材センター

高齢者が働くことを通して社会参加をし、自らの生きがいの充実と健康の推進を図るとともに、活力ある社会づくりに貢献することを目的とする公益社団法人です。

一般家庭、民間事業所等から臨時的・短期的な仕事を引き受け、会員各人の希望・経験・能力に応じて仕事を提供します。

対象者 おおむね60歳以上の方

照会先 公益社団法人札幌市シルバー人材センター

名称	所在地	電話番号
中央支部 (担当:中央区・豊平区・南区)	中)大通西19 社会福祉総合センター	614-2155
北支部 (担当:北区・東区)	北)北24西5 札幌サンプラザ	788-6915
東支部 (担当:白石区・厚別区・清田区)	白)本通16南 リフレサッポロ	826-3279
西支部 (担当:西区・手稲区)	西)琴似2-2 高道ビル	615-8228

■就労支援サービス

札幌市就業サポートセンター及び各区に設置されたあいワーク(北区を除く)では、ハローワークと連携し、高齢者を含む仕事をお探しの求職者に対して、無料の職業相談・紹介や各種就労支援サービスを提供します。また、就業サポートセンターでは、企業からスカウトが届くシニア人材バンクも開設しています。

照会先 相談窓口一覧

相談機関名	所在地	電話番号
就業サポートセンター (シニア人材バンク)	北) 北24条西5 札幌サンプラザ	738-3161
あいワーク中央	中) 大通西2 中央区役所	205-3262
あいワーク東	東) 北11条東7 東区役所	741-2415
あいワーク白石	白) 南郷通1南8 白石区複合庁舎	861-2532
あいワーク厚別	厚) 厚別中央1-5 厚別区役所	895-2649
あいワーク豊平	豊) 平岸6-10 豊平区役所	822-2560
あいワーク清田	清) 平岡1-1 清田区役所	889-2080
あいワーク南	南) 真駒内幸町2 南区民センター	582-4718
あいワーク西	西) 琴似1-6 札幌琴似第一ビル	623-2787
あいワーク手稲	手) 前田1-11 手稲区役所	681-2633

地域貢献、ボランティア活動

■介護サポートポイント

介護保険制度への理解を深め、自身の健康増進と介護予防に役立ててもらうため、介護サポーターとして登録を受けた方が、対象の介護施設などでボランティア活動を行った際、その活動に対してポイントを付与し、ポイントに応じた現金を交付します。定期的に開催される介護サポーター説明会に参加していただくことで、介護サポーターへの登録が可能です。

対象者 要介護認定（要介護1～5）を受けていない65歳以上の方

内容

- レクリエーション等のお手伝い ●お茶だし等の補助 ●散歩、外出、施設内移動の補助
- 施設の催事に関するお手伝い(模擬店、会場設営、利用者の移動補助) ●演芸披露
- 話し相手、傾聴 ●施設職員とともに行う軽微かつ補助的な作業 など

照会先 札幌市社会福祉協議会(ボランティア活動センター) ⇒ 24 ページ ①

■ボランティア活動センター

ボランティア活動の普及啓発、人材養成のための講座・研修、相談、登録・コーディネートを行うなど、ボランティア活動の拠点としての役割を担っています。

内容

- ボランティア相談、登録・コーディネート ●ボランティア研修室の貸出
- 広報紙などによる情報提供 ●各種ボランティア講座の開催
- ボランティア体験 ●ボランティア保険加入窓口 ●福祉教育への支援
- 障がい者講師等の派遣 ●災害ボランティアセンターの設置・運営

照会先 札幌市社会福祉協議会(ボランティア活動センター) ⇒ 24 ページ ①

■町内会・自治会活動にご協力を

町内会・自治会は、安全・安心で快適に暮らせるまちづくりのために幅広い活動を行っています。親睦・交流、環境美化、防犯・防災など、まちづくりは、みなさんの参加・協力が必要です。

町内会・自治会への加入や活動への参加に関するお問い合わせは

各区役所(地域振興課) ⇒ 23 ページ ①

親睦
交流

単身者の見守り、
交流会 等

安心

子どもの見守り、
防犯活動 等

美化

清掃活動、
花植活動 等

例えば
こんな活動

