

生きがいを

これまでやりたかったけど、

できなかったことはありませんか？

ずっと興味があったことを始めるなら

今がチャンスです。

さあ、新たな一歩を踏み出そう！



見
つ
け
たい。
。



利用者インタビュー

手稲老人福祉センターをご利用の

あんどう ともこ
安藤 智子さん(77歳)
にお話を伺いました。



生きがいを見つけた方はこちら

09 老人福祉センター

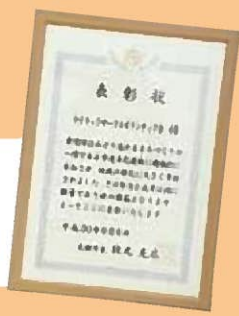
「楽しい！」が連鎖するほど
やりたいことが
あふれ出す場です



安藤さんが代表を務める皮革工芸のサークルでの活動の様子。和気あいあいとした雰囲気です

68歳まで介護施設の厨房で働いていましたが、やりたいことをもっと楽しみたい！と思い、センターに登録しました。通い始めて約10年、体操や編み物、皮小物、園芸など、それまで趣味であったことに向き合ってみたら、全てやりがいがありすぎて、正直時間が足りません。それくらいここには楽しいことが目白押しなんですよ。

センターの職員さんも、利用されているみなさんもとてもいい人たちがばかりで、顔を見るといつもニコニコしてしまいます。こんなに楽しい時間を与えてもらっているからには何か恩返しができる方がいいなと思い、夏場は自発的に屋外の周りを花で彩るボランティア活動も行っています。
楽しむ気持ちは元気を与えてくれるものだと思うので、これからもここでたくさん笑っていききたいですね。



安藤さんたちのボランティア活動が評価され、昨年、札幌市から表彰されました

ナビゲートしてくれるのはこの方

Navigator



手稲老人福祉センター館長
梶原 隆さん

何ができるの？

老人福祉センターでは

こんなことが
できます！

生活相談

心配ごと、暮らしのことなど生活上の相談をお受けします

教養講座

ダンス・パソコン・舞踊・書道・ペン習字など各種講座を開講しています

レクリエーション

囲碁、将棋の他、卓球など手軽なスポーツも楽しめます

行事

季節の行事や体力測定、文化祭や社会見学、近隣の保育園との交流や専門家を招いての講話など、さまざまな行事を行っています

サークル活動

講座で知り合った仲間と自主練習や交流を楽しむ場としてたくさんのサークルが活動しています。新たなサークルの立ち上げは随時相談受付しています

※メニューは各老人福祉センターで異なります



ロビー、廊下壁面付近では、定期的にサークルや講座で手がけた作品を展示。それぞれの成果でセンター内を彩ります

利用手順

1 対象

センターを利用できるのは、60歳以上の札幌市民です。

2 登録

利用するには「利用登録証」が必要。身分証明書をご持参の上、窓口へお越しください。

※登録証は市内老人福祉センターへ全館共通です。

3 来館

利用料無料（一部講座の教材費は実費負担）。登録証を窓口で提示。浴室利用は200円。

4 活動に参加

定員制・自由参加講座、サークル活動で興味のあるものを見つけたら、積極的に参加してみましよう。

5 他の利用者と交流

ロビーなどは飲食もでき、他の利用者とお話しを楽しむ人がたくさん。おしゃべりをするためだけに来館する方もいます。利用時間は毎日9時～17時。

6 自分時間を満喫

入浴、読書、運動、おしゃべり、学習など、あなたがやりたいことを存分に満喫しましょう。

ぜひ
お越しください！



いつもたくさんの人で賑わう1階ロビー。持参したお弁当を食べる人もいれば、テレビをゆっくり観ている人もいて、楽しみ方は多種多様



各サークルの内容・連絡先はセンター内に掲示されています。



日々の悩みを忘れて、 仲間と楽しく過ごせる空間

1日約200人が訪れる手稲老人福祉センターは、講座とサークルを2本柱にした介護予防の総合的な拠点。ファーストプレイスⅡ家、セカンドプレイスⅡ職場・学校、サードプレイスⅡ趣味...と言われている現在、年を重ねるごとに家以外に居場所がなくなってきたという人たちに、さまざまな交流の機会を提供しています。目的を持って訪れる人も、何をしたらいいかわからないという人も、その人その人のニーズに沿った楽しみが待っているのです。訪れれば日常を張りのあるものに変えてくれるはずです。



活動の様子

2階娯楽室では、いつでも気軽に囲碁と将棋が楽しめます。詳しいルールは室前のポスターに掲示されているので初心者でも安心



活動の様子

パソコンやスマートフォンの使い方を基礎から教えてくれる講座も開催

利用者の数だけ

笑顔や楽しみが広がり

健やかな時間が流れます

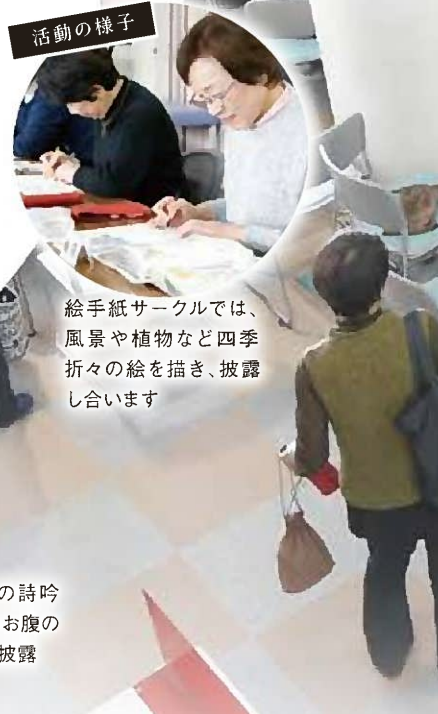
施設情報

- 中央老人福祉センター
札幌市中央区大通西19丁目1-1
札幌市社会福祉総合センター2階
- 北老人福祉センター
札幌市北区北39条西5丁目3-5
札幌市麻生総合センター内
- 東老人福祉センター
札幌市東区北41条東14丁目1-1
- 白石老人福祉センター
札幌市白石区栄通6丁目19-20
- 厚別老人福祉センター
札幌市厚別区厚別中央1条7丁目17-25
- 豊平老人福祉センター
札幌市豊平区中の島2条3丁目8-1
- 清田老人福祉センター
札幌市清田区清田3条3丁目1-30
- 南老人福祉センター
札幌市南区石山78-68
- 西老人福祉センター
札幌市西区二十四軒4条3丁目4-1
- 手稲老人福祉センター
札幌市手稲区曙2条1丁目2-55



活動の様子

自由参加・申込不要の詩吟講座。参加者は元気にお腹の底から声を出して歌を披露



活動の様子

絵手紙サークルでは、風景や植物など四季折々の絵を描き、披露し合います

10 札幌シニア大学

～地域のリーダーとして、地域活動を志す札幌市在住の50歳以上の方へ～

卒業後は地域社会へ参加する人が増えていきます。卒業生を対象にしたアンケート結果では、町内会活動への参加の中で役員への就任率は約60%と、半数以上が積極的に参加しており、特に男性の就任率は80%と高めます。

※平成29年3月シニア大学卒業生を対象としたアンケート結果より

施設情報

札幌シニア大学

札幌市中央区大通西19丁目1-1
☎011-614-0153
(一般社団法人札幌市老人クラブ連合会)
HP: <http://lilacsenior.info>

卒業後の主な活動

卒業後は地域社会へ参加する人が増えていきます。卒業生を対象にしたアンケート結果では、町内会活動への参加の中で役員への就任率は約60%と、半数以上が積極的に参加しており、特に男性の就任率は80%と高めます。



講座の様子。1講座90分で、年間50講座程度です。学習日は月に2～3日(主に金曜)開講しています

どんなことが学べるの？

札幌シニア大学は、地域社会で活動する指導者の養成を目的としています。入学できるのは札幌市在住50歳以上の方です。就学期間は2年間で、学習内容は、地域の社会活動を促進するための講座(基礎講座・実践講座)、生きがい等向上のための講座などです。



まだまだ
働きたい



生きがい
づくり

社会貢献

札幌市保健福祉局高齢保健福祉部高齢福祉課

住所 〓060-8611 札幌市中央区北1条西2丁目

TEL 〓011-211-2976

FAX 〓011-218-5179

SAPPORO



さっぽろ市
01-F03-19-521
31-1-47