

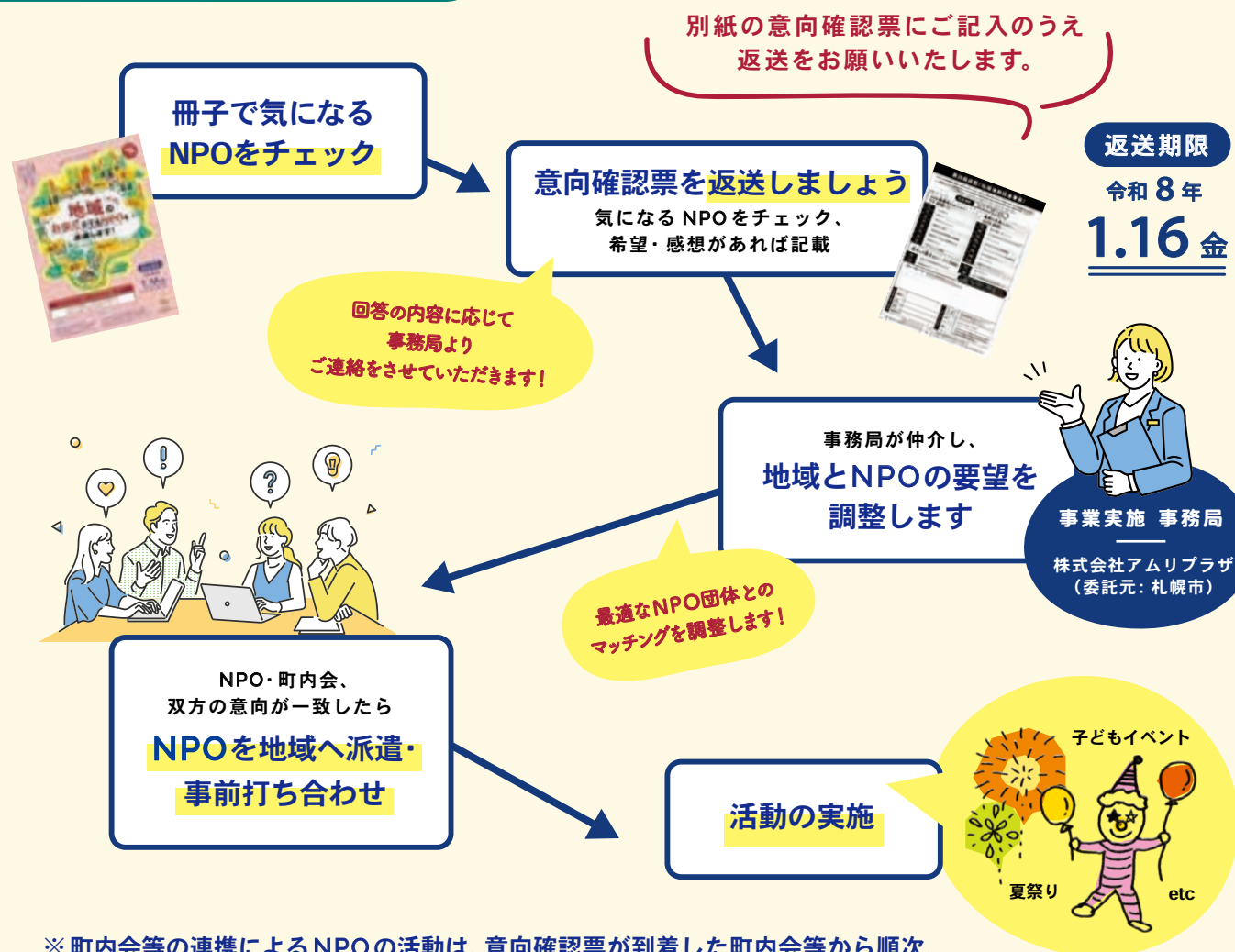
地域連携促進事業とは

**NPOと地域が
つながるきっかけをつくる
マッチング事業です。**



札幌市では、地域と協力してまちづくり活動を行う団体を紹介・派遣する「地域連携促進事業」を実施しています。この事業に応募して選考された20のNPOが、地域で実施したい活動を提案しています。NPOと地域が連携してまちづくり活動が持続的に推進されるように、地域のみなさまからご返送いただく「意向確認票」をもとに丁寧な調整を行います。

地域連携促進事業の流れ



※町内会等の連携によるNPOの活動は、意向確認票が到着した町内会等から順次、NPOと調整したうえで決定いたします。

※過去に実施したNPO団体とも再度活用可能となりました！

札幌市では、町内会などの地域とNPOが協力して行うまちづくり活動を応援します。

令和7年度 地域連携促進事業

SAPPORO



返送期限
令和8年
1.16金

NPOとまちづくり活動を行う、町内会等を募集します！

5万円までの対象経費について、札幌市がNPOに補助するため、**地域の金銭的負担は原則ありません。**

事業実施事務局

株式会社アムリプラザ(担当: 濱谷)
〒060-0062 札幌市中央区南2条西6丁目5番地
土肥ビル6階 / TEL: 011-219-1833 / FAX:
011-219-1834 / E-mail: info@amri-plaza.com

事業委託元

札幌市市民文化局市民自治推進室市民自治推進課
〒060-8611 札幌市中央区北1条西2丁目 札幌市役所
TEL: 011-211-2964 / FAX: 011-218-5156 /
E-mail: shimin-support@city.sapporo.jp



さっぽろ市
01-D02-25-1000
R7-1-69

日常を健康的に過ごしたい

健康 つながり 交流

- 1p ふまねっと
- 2p HPT
- 3p YOKAネット.コム
- 4p 札幌歩こう会
- 5p 北海道社会的事業所支援機構
- 6p 札幌カウンセリング学習センター
- 7p 終活マイライフ
- 8p SDGsほっと北海道

楽しく健康に集える場所づくり

世代を超えて交流したい

孫と一緒に参加したい

外に出るきっかけがほしい

近所で気軽におしゃべりしたい

“終活”は1人で不安

みんなで話せたら安心

安心して暮らしたい

防災 支え合い

- 9p 市民と科学技術の仲介者たち
- 10p 防災したっけ
- 11p ボラギャング
- 12p ホップ障害者地域生活支援センター

災害時 誰がどこに

いるのか把握したい

避難所のことちゃんと知る

いざという時も、日頃も

大切な“つながり”づくり

高齢者や障がいのある方の避難

参加したくなる楽しい防災訓練



地域を元気にしたい

イベント にぎわい

- 13p 雪氷環境プロジェクト
- 14p アマチュアバンドコミュニティさっぽろ
- 15p ライフアップ
- 16p すみかわいきもの調査隊
- 17p どさんこマーブルタウン実行委員会
- 18p フレンズキャラバン
- 19p メリーライズ
- 20p 道産子ヒーロープロジェクト



子どもたちが“地元 楽しい”と思える出し物

お祭りが小さくなって寂しい

盛り上がるイベント

歌や踊り、ショーがあるといい

町内会の明るい未来

みんなが“自分の地域”に誇りを持てたらな

活動の実施例

No. 2

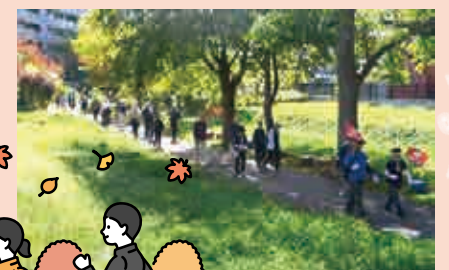
NPO法人 フレンズキャラバン
国際交流×知育×クリスマス会



No. 3

NPO法人 札幌歩こう会

地域住民の交流を重視した
ウォーキングイベントの開催!



No. 1

NPO法人 防災したっけ
女性部ならではの悩みにアプローチした
防災バッククッキング講座!



ふまねっと 健康教室



簡単・手軽

ふまねっと教室は、小さなスペースで、少人数でも楽しく取り組みます。準備の負担が軽く日常的に継続できます。冬期間にできる運動としても喜ばれています。



介護予防効果

ふまねっと運動を行うと、歩行機能や認知機能の改善が期待できます。「頭をたくさん使った」「ふらつきが無くなった」など効果を実感するコメント多数寄せられています。

仲間づくり効果

ふまねっと教室では笑いや応援が自然と生じ、参加者同士の交流が活発になります。助け合いの精神が醸成され、地域の信頼関係が高まっています。

**まずはお気軽に
体験してください**



ふまねっと健康教室の内容

ふまねっと運動の体験 60～90分

【課題ステップ】

頭を使うステップに挑戦します。間違えても気にしない気にしない。

【レクリエーションステップ】

歌を歌いながらステップに挑戦します。みんなで盛り上がりましょう♪

ふまねっと運動の講話 20分

ふまねっと運動によるボランティア活動やまちづくりの事例を紹介します。



みなさまの 『健康づくり』 『介護予防』 のお手伝いをします



理学療法士がご自宅で、
またはみなさんで
集まってできる
運動のご紹介や、
健康を保つための**講話**
などを行います。

看護師による**血圧測定**や**健康相談**、
ケアマネジャーによる**介護のご相談**
などにも応じます。



まずはお気軽にご相談ください

特定非営利活動法人HPT（担当：齊藤）
札幌市北区北28条西12丁目4-13 北28条ビル2F
☎：011-769-0670 E-Mail：t.saito@hpt-pot.com

認定NPO法人
ふまねっと

☎ **011-807-4667**

〒003-0021 札幌市白石区栄通19丁目2-7

近未来シルバー時代を 準備をしませんか？ ～ おうちdeフィットネス！講座 ～

✓ 事前に準備や練習をする事で
ご本人やご家族の理解力を高め
て行く事をお手伝いします。



✓ その他、車いすを使った筋力を作る
ストレッチやお部屋の中で出来る
フィットネスの紹介もあります。

【おうちdeフィットネス！講座】の内容

・所要時間：1時間程度の講座です

- ・当日の流れ
- ① 受付&検温
 - ② 講師紹介と健康呼吸
 - ③ リラックス&効率的な柔軟
＜体を軽くほぐし、つかまり筋トレ＞

真面目リラックスにより脳の活性化！
血行促進、冷え緩和 ポカポカ

お問い合わせ

特定非営利活動法人YOKAネット.コム

札幌市北区北31条西2丁目

TEL 090-8907-2589

<https://yoka-smile.jimdofree.com/>

ウォーキングの すすめ

いつでも、どこでも、誰とでも出来て、
特別な技術はいりません。
お金もたいしてかかりません。
「ウォーキングは最高の健康法」

+ 歩き方・服装・靴選びと履き方
ウォーキングの効果・
ストレッチ・水分補給などを
一緒に歩きながらアドバイス



お申込み・お問合せ

NPO法人
札幌歩こう会

〒064-0808 札幌市中央区南8条西2丁目5-74市民活動プラザ星園405

TEL/FAX **011-299-7978**

E-mail swa@swa.or.jp <http://swa.or.jp>

研修会を開催いたします。

地域の困りごとや、地域に暮らす高齢者への生活支援サービスなど
地域のアクティブシニアに呼びかけて共に働く場を作り出してみませんか？

私たち「アクティブシニア小さな仕事センター」とは
働く意欲のある高齢者が集まり、地域の小さな仕事をチームで引き受け、困りごとを解決して
います。チームには生活困窮の方も加わり、共に働く場を広げたいと考えています。



「アクティブシニア小さな仕事センター」は、制度外の生活支援サービスを提供しています。

お家の困りごと

- 家具の移動・廃棄
- 荷物の整理整頓
- 草刈りや剪定

札幌市内で昨年4月から今年2月まで62件実施し、延187人のアクティブシニアが働きました。
1件は1時間～2時間で、1人3000円位のお仕事です。

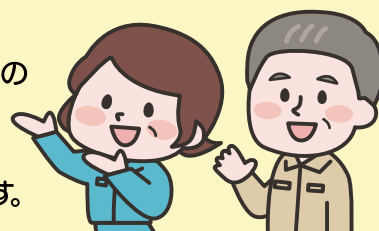
外出の困りごと

- 病院の付添（自宅へのお出迎えから帰宅まで）
- 外出の付添（買い物、散歩、役所など）



こんな方を
お待ちしております！

対象者は地域のアクティブシニア
研修内容は「お家の困りごと」「外出の困りごと」の実際の
仕事内容のご案内など
運営にあたっての質疑もお受けいたします。
主要時間は2時間。場所は町内会館などを予定しています。



この研修を通して、生活支援サービスの提供者になり、収入を得てご自分の出来る範囲で活動していただくこととなります。町内会活動への新たな参加形態になればと思います。

お問い合わせは

NPO法人北海道社会的事業所支援機構

〒064-0808 札幌市中央区南8条西2丁目5-74 市民活動プラザ星園201

E-mail info@shienkiko.net URL https://shienkiko.net

アクティブシニア小さな仕事センター **090-3394-2176**

いつもと違う 雰囲気で

地域活動に活かす コミュニケーションのポイント

子供から大人まで

楽しみながら

★ 表現療法
★ コラージュ療法

脳の活性化
イメージ力アップ

《心理療法事業》

- ・ カウンセリング
- ・ 箱庭療法
- ・ 表現療法
- ・ コラージュ療法
- ・ コモンルーム《ひだまり》(談話室)

《研修事業》

《講師 カウンセラー派遣事業》

《講演活動》

特定非営利活動法人

札幌カウンセリング学習センター

代表 若狭 恵美子

〒 060-0041

札幌市中央区大通東4丁目2-3

リーフレット大通202号

TEL/FAX (011) 223-3277

https://counseling.under.jp



明るい未来を過ごすために
元気なうちから考えましょう！

終活セミナー

どなたでも
参加できます！

まだ早いと思っている方も
そろそろ始めようと思っている方も
元気な時だからこそ
“終活”について考えてみましょう！

終活って
何をしたらいい？

お葬儀は
どうしたらいいの？

家族で争いごとは
したくない！

内容

終活の概要、終活の始め方、終活の注意点など

時間

質疑応答含めて90分程度

場所

皆様の町内会

講師

終活マイライフ講師

ご予約・お問い合わせ
終活マイライフ

TEL 070-8583-9235
E-mail Info.syukatsumaylife@gmail.com

食を通じて

地域とのつながりつくりませんか！？

町内会で
地域会館を活用した
「地域食堂」開催の
サポートをいたします。
まずはご相談ください

【連絡先】

特定非営利活動法人SDGs ほっと北海道

代表理事 川村純子

電話：080-5832-0718

メール：myu_512myu_512@yahoo.co.jp

