

北広島市生活支援コーディネーター 誰でも参加できる活動・講習会等のご案内 【令和5年4月】

活動名・事業名	日程	番号
樹アキラさん【全国サムホール公募展奨励 賞受賞インタビュー】	/	
みんなのカフェ	4/8(土)	①
認知症サポーターカード制作隊	4/13(木) 4/24(月)	②
ケアラーサロン にしかフェ	4/14(金)	③
ふらっとカフェ	4/18(火)	④
にしスポ	4/19(水)	⑤
ボランティア交流会・学習会	4/20(木)	⑥
なかよしサークル	4/21(金)	⑦
ともに地域食堂[コロッケ定食]	4/21(金)	⑧
在宅福祉サービス事業 ボランティア募集	/	
		⑨

【問合せ先】

社会福祉法人 北広島市社会福祉協議会

住所 北広島市栄町1丁目5-2 北広島エルフィンビル2F

電話 372-1698 FAX 372-1704

メール kitahiroshakyo@rose.ocn.ne.jp

～これまでの活動のご紹介～

樹アキラさん【全国サムホール公募展奨励賞】受賞記念インタビュー①

樹アキラさん

【全国サムホール公募展奨励賞】

受賞おめでとうございます！



樹アキラさんは、昨年開催されたアートは自由だ！展に作品を出展したことをきっかけに自ら【全国サムホール公募展】に応募し、全133点の作品から10点だけ選出される奨励賞を受賞されました！

ー絵画に興味を持ったきっかけはなんですか？

幼い頃近所に同年代の遊べる子供がいなくて、一人で遊ぶことも多かったので気づいたら絵をよく描いていました。保育園の頃も周りでみんなが遊んでる中、一人でマイペースに絵をひたすら描き続けてるというような子供でした。

ーこれまで作品を披露されてきた機会がありましたか？

小学生の頃は、夏休み冬休みの課題で毎回絵を描いていた以外は、馬の絵のコンクールなど学校から誘われて描いて賞をいただいたことが何度かありました。中学生では学校祭のポスターを毎年描いて金賞をいただきましたが、これといった披露する機会はありませんでした。

初めて本格的に描いたのは高校生の美術部の3年間で、毎年大会に出す絵を描いていました。その地区大会で入選して全道大会までいったのを最後に、本格的に絵を描くということ自体から離れてしまっていたが、アートは自由だ！展で久々に描かせていただいた感じです。小さい頃から絵を描くことを本格的に…と内心では思いつつ、現実には色々な理由からその方向へ向かうことができなかったです。

ーアートは自由だ！展に出展した際のお気持ちを聞かせてください。

アートは自由だ！展のお声がけしていただいた頃、ちょうど主治医からまた絵を描いてみたらどうかと提案を受けた頃でした。ブランクがあって描けるか心配ではありましたが、結果的にとても楽しんで描くことができ、精神的にも良い影響があり、描いた絵も皆様の目に触れる機会をくださったことに、とても感謝しております。

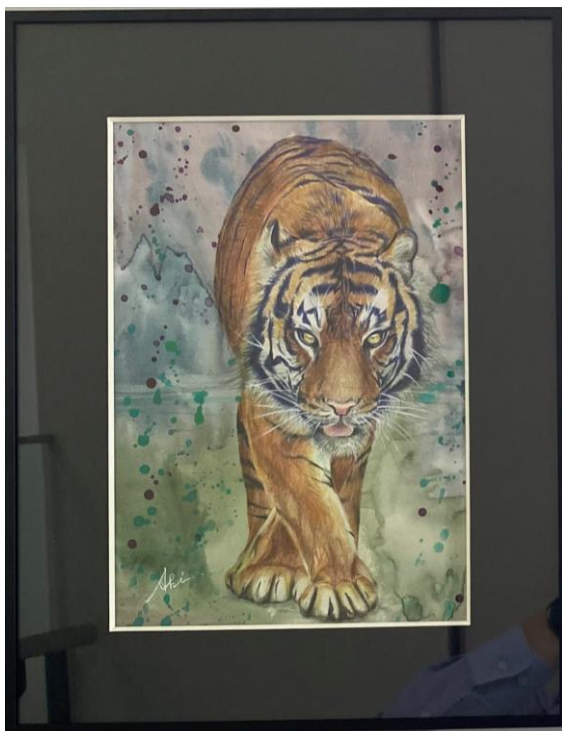
～これまでの活動のご紹介～

樹アキラさん【全国サムホール公募展奨励賞】受賞記念インタビュー②

ー動物をモチーフにされることが多いのはなぜでしょうか？

小さい頃から図鑑をよく見たりしていて、動物に対して美しさやかっこよさなどを感じて自然と動物ばかり描くようになっていました。粘土遊びでも動物ばかり作っていた記憶があります。小さい頃から犬を飼っていたことも動物が好きな理由になっていると思います。

地球の環境問題や絶滅危惧種のこと意識するようになってから、自然に対しては特にモチーフとして選ぶようになったと思います。動物の生命力を感じる目を描くのが好きで、私の絵を見た方の多くは目についての感想をいただくことが多いです。



【黄泉がえり】



【ENERGY】

ー1枚描き終えるまでにどのくらいかかりますか？

画材やサイズ、モチーフ、絵のジャンルによってかなり差がありますが、今回出展した絵の場合は、構想を練る段階から完成とするまで1ヶ月半くらいだったと思います。

色鉛筆画では、油絵やアクリル画のように後から大幅な修正ができないので、構想の段階も丁寧にする必要があって時間をかけます。着色を初めてから暫定で完成という段階は割と早いうちに来るのですが、そこから触らず何日か寝かせて、気になったところを手直ししたりということを何度か繰り返します。

ここで本当の完成まで時間がかかってしまうという感じです。ドローイングなどの作品は直感で一気に短期間で描いてしまうこともあります。

～これまでの活動のご紹介～

樹アキラさん【全国サムホール公募展奨励賞】受賞記念インタビュー③

ー今回受賞された「国境がなくなった先に」に込めた想いを聞かせてください。

モチーフの猫を選んだ際に、まず「希望」という言葉が浮かびました。現在も続いているウクライナの現状をメッセージに込めたくて最終的に背景を瓦礫を選び構想が決まりました。

ちょうど構想が固まってきた頃に、秋元康さん作詞の曲を聴いてとても感動したことがあって。

タイトルは「この世に国境というものが無ければ争いは無かったかもしれない」という意味も込めてつけました。知っている方は、どの曲のことかわかるかもしれません。とても胸に響く歌詞です。私は聴いたとき涙が出ました。

ー最後にー

このたびは、皆様の応援のおかげで賞をいただくことができました。また、感謝の気持ちを伝える機会をくださったことに大変感謝しております。

注1 全国サムホール公募展とは

「全国サムホール公募展」は全国サムホール公募展協会が主催する、絵画の大きさをサムホールサイズ（22.7×15.8センチ）の絵画に限定した全国公募展です。どなたでも応募でき、応募作品はすべて展覧会場に展示します。ご鑑賞者の投票で受賞作品を決定。出品者全員に各自の結果を報告します。

出展元 小さな絵画を大募集 | 全国サムホール公募展より



ー樹アキラさんの活動についてー

『北広島福祉ショップ「ふゆる」』内では、樹さんがロゴデザインを手がけたブランド「CHIMA」の革細工が販売中の他、ポストカード等のグッズを販売予定です。お時間のある方は覗いてみてください！

北広島福祉ショップ ふゆる
住所 中央6丁目10
(JR北広島駅構内)
営業時間 10:00～
16:00
定休日 日曜日・祝日
電話 398-6680



～これまでの活動のご紹介～

樹アキラさん【全国サムホール公募展奨励賞】受賞記念作品のご紹介



全国サムホール公募展 奨励賞受賞作
「国境がなくなった先に」 色鉛筆画 樹 アキラ

樹アキラ (itsuki akira)

北広島市出身北広島市育ち。札幌市在住。「LOVE NATURE」を掲げ自然を愛するアマチュア画家。長年うつ病に悩まされ、大人になってから発達障害ASD（自閉症スペクトラム）と診断される。原画やアートポスター、自作グッズなどを創作。

ART IS BORDERLESS



みんなの カフェ



地域で
気軽に過ごせる
居場所
はじめます。

参加費

200円

中学生以下無料

2023

4.8 (土)

10:00 - 12:00

☆次回は5.13 (土) です。

会場

生活クラブ館

北広島市美沢1丁目1-2

対象

どなたでも



生活クラブ生協
たすけあいワーカーズどんぐり
子育て支援ワーカーズほっとまむ
北広島市ひがし高齢者支援センター

お問い合わせ

TEL. 011-372-7300

みんなのカフェは こんなところ



ゲーム
コーナー



キッズスペース

手作り品販売
生活クラブ消費材コーナー



この他にもお試し食材あります。

飲み物を飲んでゆったり過ごしたり、
みんなでゲームで遊んだり、
自分の好きな過ごし方で
のんびり過ごせる居場所です。

認知症サポーターカード制作隊 ボランティア大募集中！

一緒に認知症サポーターカードを作ませんか？

認知症サポーター養成講座の受講者に配付するカードを制作します。

作業はとても簡単！ハサミで切ったり、袋に入れる等できることにかまいません。この活動は、きたひろしまおれんじメイトが中心に行っています。

認知症で社会とのつながりが気になる方やお話をしたい方もぜひ、ご参加ください。



見学大歓迎！

令和5年4月活動日

4月13日(木)10:00～12:00

4月24日(月)10:00～12:00

13:00～15:00

(問合せ) 地域支え合いセンター

378-4277

ケアラーサロン

にしカフェ



ケアラー同士が、交流や情報交換を通じてお互いに思いを共有したり、ホッと息抜きができる場です。気軽に立ち寄って、お茶しながらおしゃべりしませんか？



ケアラーとは…

心や身体に不調がある人を無償でケア（お世話、気づかい、看病、介護など）している人です。家族だけでなく、ケアに関わる親族や友人、知人など身近な人のことをいいます。



開催日程

4月14日
5月12日
6月9日
7月14日
8月18日
9月8日
10月13日
11月10日
12月8日
1月12日
2月9日
3月8日

*緑茶、インスタントコーヒー
……………無料
*ドリップコーヒー
………1杯100円
☆ 飲み物は自由にご持参可能です

日時 毎月 第2金曜日 午後2時～3時

※都合により8月のみ第3金曜日

場所 北広島市にし高齢者支援センター
(北広島市大曲南ヶ丘1丁目1-5)

ご予約は
不要です

問合せ 北広島市にし高齢者支援センター
電話 011-370-3922

④ 北広島市生活支援コーディネーター

【参加者募集のお知らせ】



福祉の事業所さんがやっているなので安心して参加できます♪

ロコミで参加者が広がり、毎回20人以上の方が参加しています！



名称	ふらっとカフェ
日時	4月18日(火)13:30～15:30
場所	共栄会館 (共栄町4丁目12-2)
内容	地域の介護保険事業所、星槎道都大学、ボランティアさんが協力して運営しているカフェです。 会場準備・片付け、受付等にご協力いただける方も募集しています！
参加費	200円

【連絡先】 北広島市社会福祉協議会 担当 小山まで

電話 372-1698 メール kitahiroshakyo@rose.ocn.ne.jp

にしスポ開催日スケジュール

開催場所	回数	日程	おこなう種目
大曲	1	4月19日(水)	モルック
輪厚	2	5月17日(水)	ウォーキングサッカー
大曲	3	6月21日(水)	ボッチャ
輪厚	4	7月19日(水)	カーリンコン
大曲	5	8月23日(水)	ウォーキングサッカー
輪厚	6	9月20日(水)	モルック
大曲	7	10月18日(水)	カーリンコン
輪厚	8	11月15日(水)	ボッチャ

4月スタート

にしスポ

にしスポの特徴

楽しく身体を動かしたい！とお考えの人であれば、年齢、性別、病気や障害を問わず、誰でもご参加できます。1時間程度身体を動かしながら、お喋りを楽しみましょう。毎回スペシャルゲストをお招きする予定です。

開催場所のご案内

●大曲：大曲ファミリー体育館 ●輪厚：輪厚児童体育館

ⓐ時間は全日10:00～11:30の予定ですⓐ



おこなう種目③
ウォーキングサッカー



おこなう種目②
ボッチャ



おこなう種目①
モルック

写真引用先: <https://www.jfa.jp/news/00018040/>

●申込先●
北広島市にし高齢者支援センター
住所：大曲南ヶ丘1丁目1-5
電話：370-3922
メール：w-care-c@agate.plala.or.jp
営業時間：8:50～17:15

持ち物・服装
運動靴の使用・動きやすい服装での参加を推奨します。途中水分補給ができるように各自ご準備願います。

当日のスケジュール
10時受付開始し、その後準備運動としてラジオ体操をおこない、本格的な活動に入ります。



おこなう種目④
カーリンコン

写真引用先: <http://hokkaidocurlinkon.com/>

つながぎ

令和5年3月発行
=第10号=
ボランティアセンター
事務局発行

4月

つながぎ 傾聴講座

日時:令和5年4月20日(木) 10時~12時
場所:北広島エルフィンビル 2階 会議室



●傾聴について学ぼう

傾聴とは、人の気持ちに寄り添うことで悩みや不安を解消し、精神的な健康の維持や回復に有効とされています。傾聴ボランティアや、日頃のボランティア活動に活かせるような、傾聴の基本的な姿勢やコミュニケーション方法について学びます。普段の生活にも活かすことのできる内容です！

講師…合同会社うえるかむ 代表 池田 ひろみ 氏

参加対象：ボランティア活動実践者やボランティア活動に関心のある方
定員：先着20名
参加費：100円(ボランティア行事用保険ほか)



★開催報告★

第8回つながぎ 特殊詐欺対策講座 2/24(金)



厚別警察署と北広島市消費生活センターから講師を招き、特殊詐欺についての講座を行いました。自分や周りの人が詐欺に遭わないために、参加者は真剣に話を聞いていました。



↓今後のつながぎ予定↓

5月

つながぎ 春の散策(5/24 予定)

暖かくなってきて、そろそろ外での活動が楽しめる季節。みんなでごみ拾い活動をしながら、楽しく歩きませんか？

6月

車いす体験講座(6/21 予定)

室内や外で車いすを体験してみよう！自分で乗ってみたり、押してみたり、車いすの介助方法を学びます。

ご連絡は **北広島市社会福祉協議会** まで

電話:372-1698

FAX:372-1704

メール:volunteer@kitahiroshakyo.or.jp

なかよしサークル

毎月第1・3金曜日

10:00～11:30

場所：東記念館

参加費：200円



ボッチャやカーリンコンなど、だれでも行えるニュースポーツを取り入れて活動しているサークルです。誰でも気軽に参加できるよう、申し込みは不要、好きな時に参加し、出欠の連絡もいりません。ゆる～く、楽しく、おしゃべりしながら、健康づくりの為に軽い運動をしています。ぜひご参加ください。

【日々のスケジュール】

10:00 集合

きたひろげんき体操

(DVDを見ながら体操を行います)

10:30 ニュースポーツ

(みんなで今日やるスポーツを決めます)

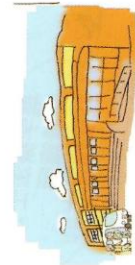
11:30 終了

連絡先：090-8371-8288 (樋口)

ともに通信

人と人とのつながり(ともにふれてかたる)から
生きることの喜びを知ろう

北広島団地地域サポートセンターとも
住所:北広島市緑陽町1丁目2番地
電話: 011-373-7007
URL: <http://tomoni.doorblog.jp/>
発行責任者:社会福祉法人 北海道正会



4月の開館日

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

※開館時間

9:30~20:30

※喫茶営業日時

月、水、金曜日

11:00~15:00

☆ともにて 子ども春フェスタ開催!

~ともへの体育館で子どもたちが
楽しみました!~

*体験ワークショップの先生は、地域の方々です。先生募集中!



ヒーローショー



ダンスショー



ネイルチップ作り



ハルーンアート体験



ボードゲームコーナー



遊んでみよう工作コーナー



昼食も体育館でいただきます!



みんなで食べると美味しいね!



上手に飛ぶかな?

4月のイベント情報

● 毎週月曜日、金曜日

*ともにウェルネス

● 毎週水曜日、土曜日

*ともにコンディショントレーニング

● 4月5日、12日、19日、26日(水)

*ヤクルト販売

● 4月3日、10日、17日、24日(月)

*シヨッペンつむらの
新鮮野菜トツゲキ隊

● 4月20日(木)

*ともにのつどい(地域のお茶の間)

● 4月27日(木)

*ともにミニ講座

● ともにのつどい(地域のお茶の間)

※日時:4月20日(木)13:00~15:00

内容:*血流改善について(冷え、心身ラックス等)

(株)花王 太田 友絵さん

*軽音楽:ライブリーダングハカルテット

● ともに・ミニ講座

(zoomでの視聴も可能です)

※日時:4月27日(木) 14:30~

内容:「春を見つけるウォーキング」

~姿勢真っ直ぐで筋力アップ~

講師:玉邑 亜矢 作業療法士

参加希望の方は

furete@shionen.or.jpまで

● ともにウェルネス体験

※日時:毎週月曜日、金曜日 11:00~



● シヨッペンつむらの
新鮮野菜トツゲキ隊

※毎週月曜日 15:30~17:00

● ヤクルト販売

※毎週水曜日 11:00~12:00

● ともに コンディショントレーニング

※日時:毎週水曜日、土曜日 10:30~11:00

当施設、鍼灸師が指導します。



歌にあわせて体験します!

地域食堂 4月21日(金)12:00~

今月のメニューは コロケ定食




焼きそばの中に具材がたっぷりです!

コロケ定食 500円
杏仁豆腐 200円



在宅福祉サービス事業 ボランティア募集のお知らせ

事業名	内容
<p>配食サービス</p> 	<p>食事を作ることが難しい高齢者や障がい者の世帯に夕食をお届けします。</p> <p>―――活動概要―――</p> <p>活動日 : 平日(活動できる曜日を選択できます)</p> <p>活動時間 : 午後2時～午後3時30分</p> <p>活動場所 : 北広島エルフィンビル(栄町1丁目5-2)</p> <p>活動内容 : 午後2時に活動場所へ集合し、2人1組で団地地区を中心とする利用者の自宅へ食事を配達します。</p> <p>謝礼 : ・配食 1回あたり 600円 ・配送 1回あたり1,000円</p>
<p>テレホンサービス</p> 	<p>利用者(1人暮らし高齢者)に電話をかけ、安否確認を行います。</p> <p>―――活動概要―――</p> <p>活動日 : おおむね1週間に1回以上</p> <p>活動時間 : 利用者と活動者の間で</p> <p>謝礼 : 利用者1人当たり月1,300円</p>
<p>除雪サービス</p> 	<p>高齢者や障がい者のみの世帯へ、玄関前から公道までの生活用通路を確保する除雪活動を行います。</p> <p>―――活動概要―――</p> <p>活動期間 : 12月頃から翌年3月31日まで</p> <p>活動日 : 約10cm以上(除雪車出動時)の降雪時</p> <p>活動時間 : おおむね午前中</p> <p>活動範囲 : 玄関から公道まで幅1mの通路除雪</p> <p>謝礼 : 1世帯あたり21,000円(1シーズン)</p>

【問合せ先】

社会福祉法人 北広島市社会福祉協議会

住所 北広島市栄町1丁目5-2 北広島エルフィンビル2F

電話 372-1698 FAX 372-1704

メール kitahiroshakyo@rose.ocn.ne.jp

北広島市生活支援コーディネーター

LINE公式アカウント

LINEで友だち登録すると、
今回掲載した情報をはじめとする地域活動を
スマートフォンでいつでも見ることができます！



3つのステップで簡単登録！

ステップ

STEP1



スマートフォンで
右上のQRコードを
読み取ります。

ステップ

STEP2



画面に表示される英
数字の文字列（UR
L）をタッチしてく
ださい。

ステップ

STEP3



画面中央左側にある
追加ボタンをタッチ
してください。

*お使いの機器によって上記手順で登録できない場合もあります。
サポートが必要な方は表紙に記載の問合せ先までご連絡ください。