



ふれあいステーション  
ほっと

2015. 12. 1発行 VOL. 32  
 発 行 ふれあいステーション ほっと運営委員会  
 運営委員長 安孫子章平  
 行 北広島市朝日町4丁目4番地11  
 ☎011(373)8809 fax(373)8673

ほっとの取り組みを紹介してきました

石狩振興局管内（江別市、千歳市、恵庭市、北広島市、石狩市、当別町、新篠津村）で共生型事業を先駆的に取り組んでいる3つの団体の事例発表が、11月27日、かでの2・7で行われ、ほっとの取り組みを発表しました。

それぞれの団体の地域特性を活かした取り組みは、ほっとの運営ヒントにもなりました。高齢者、障がい、子どもの枠組みにとらわれず共に支え合う事業を通じ、住み慣れた地域でイキイキと安心して暮らし続けられるために地域コミュニティーの重要性を改めて確認して来ました。



北海道としても地域コミュニティーの構築は喫緊の課題として捉えており、地域拠点の整備促進と機能強化を図って行くとの説明がありました。住みよい街づくりの原点は、地域の実情に合った住民との交流がポイントですね。

西島講座「2015総復習」

北海道新聞にも掲載された理学療法士 西島講座の今年開催された7回の講座を振り返り、要点を整理して復習します。ヒザの痛み、肩の痛み、腰痛、住宅改修、歩き方など、私たちに密接な関係のあるテーマを取り上げ、医療的な専門知識をもとに講義と実践を行います。講座終了後に介護についての相談会も行います。



12/18（金）14：00～です

介護講座日程の変更をお知らせします

平成28年1月21日（木）開催の「北海道の環境と病気について知ろう」の介護講座は、1月28日（木）に変更して開催いたします。

なお、講座内容や時間、場所の変更はなく、開催日のみ変更となります。お間違えのないようお願いいたします。

**あなたの思いをカタチにしてみませんか！**

企画して欲しい行事等がございましたら  
運営事務局までご連絡願います。

12月ほっとカレンダー（運営委員会主催事業）

日	月	火	水	木	金	土
		12/1 PC講座 10:00～12:00 卓球 13:30～15:00 タオル、水分、室内靴、あればラケット	2 寺子屋 15:30～16:30 ・筆記用具、教科書、課題	3	4	5 ストレッチング 10:00～11:30 ・タオル、水分、室内靴、あればヨガマット
6 休館	7	8 卓球 13:30～15:00 ・タオル、水分、室内靴、あればラケット	9 寺子屋 15:30～16:30 ・筆記用具、教科書、課題	10	11	12 休館
13 休館	14 麻雀 12:30～16:00	15 卓球 13:30～15:00 ・タオル、水分、室内靴、あればラケット	16 寺子屋 15:30～16:30 ・筆記用具、教科書、課題	17 小物制作 11:00～15:00 裁縫道具、昼食 絵手紙 12:30～15:00 会費300円、道具	18 からだイキイキ 西島講座 2015総集編 14:00～16:00 ・筆記用具	19 ストレッチング 10:00～11:30 ・タオル、水分、室内靴、あればヨガマット
20 休館	21	22 卓球 13:30～15:00 ・タオル、水分、室内靴、あればラケット	23 休館	24 介護講座 福祉サービスのポイント 13:00～15:00 筆記用具	25	26 休館
27 休館	28 休館	29 休館	30 休館	31 休館		

\*開館は、平日の10：00～16：00 \*上記の主催事業の他に各種団体が活動で利用しています。\*見学や体験は、いつでもOKです。  
\*5日と19日は、ストレッチングのみ開館