



〈発行〉  
一般財団法人北海道住宅管理公社  
〒060-0005 札幌市中央区北5条西6丁目1番地23  
第二北海道通信ビル 7階  
TEL.011-205-5255

札幌中央支所 TEL.011-711-3561 札幌東支所 TEL.011-891-1534 小樽支所 TEL.0134-33-9698

# ひろば



明るくオープニングを飾ったシーズンネット合唱団



懐メロを中心に会場の皆さんで楽しく歌う「うたごえ喫茶」



札幌市社協のサロンづくり相談コーナー。赤い羽根共同募金のお願ひも

北海道住宅管理公社主催の団地サミット。8回目となる今年は、10月11日に、札幌エルプラザ大ホールで開催され、サロンに関心を持たれる住民や社会福祉関係者など約250

名の方が来場。オープニングを飾った合唱団は、豊かなシニアライフを共に歩もうと結成された認定NPO法人シーズンネットで活動中の30もあるサークルの一つ。明るい雰囲気の中、サミットが幕を開けました。ステージでは、地域サロンの魅力についての講演、アコ



ステージ観客席、地域サロンや健康情報の各コーナーとも賑やかで華やいだ雰囲気

ディオン伴奏による「うたごえ喫茶」、介護予防活動に係る札幌市の支援についての紹介、ミニサーカスが、次々と登場し皆さんの関心を集めました。**（講演の詳細は4頁に）。**

見て聞いて体験して！  
**地域サロン一堂に！！**

身近にあって気軽に集まれる住民の交流の場「地域サロン」。その魅力を語る講演や、10のサロンが一堂に会し活動内容を紹介した団地サミット2019。参加者自らが体験し交流する場となりました。

## 道営住宅真駒内F団地自治会 F団地交流サロン・フレンドリー



これまでに作った絵手紙などの手芸品が並び華やかなコーナー



場内を回って笑顔を誘うTeTeさんのパフォーマンス

常時20〜40人の男女が集い、健康体操や手芸、貼り絵など楽しめます。「団地に住む誰もが、笑顔で仲良く暮らすためには、気軽に集まれる場が必要だ」と思い開催している。住民同士仲良くすることが一番大事で、何か起きて、仲が良ければ解決できる」と自治会長の鍵原琴美さん。



厚別区介護予防センター厚別西東とボランティアの方による「サッポロスマイル体操」

10ある地域サロンのコーナーでは、日頃の活動内容を披露。写真を展示し、これまでサロンで作ったうちわ、パッチワークなどの手芸品が色鮮やかにテーブルに並びました。参加者は、質問をしたり、押し花アートや卓上カーリングを体験するなど、気軽にサロンを楽しんでいました。健康コーナーでは、カーリンコンや健康マージャンの体験と、「にしまるりハビリ健診」が行われ、行列待ちができるほどの賑わいに。

札幌市社協によるサロンづくり相談コーナー、札幌市介護保険課による介護予防活動の情報提供コーナーでは、質問や相談、興味深く資料手に取る様子が見られました。講演やさまざまな体験を通して、地域の人のつながりを持ち、日々を健康に生き生きと暮らすためのヒントが得られる一日になりました。



ニュースポーツ・カーリンコン。初めての方も盛り上がりました



NPO法人ライフアップによる、脳トレ効果で大人気の健康マージャン



(医) 深仁会札幌西門山病院による「にしまるりハビリ健診」

地サミット2019

地域サロンの魅力

ゆるったり参加して、心も体も元気に！

講演

ワーカーズ・コレクティブ  
フランスEPO代表 谷山 真佐枝氏



「ちさろ」～老後に希望をとの思いで作っています

を発行したのが2017年3月。受付でお渡ししたのが、この9月発行の6号です。

○サロンの魅力

～ちさろ6号より事例紹介～

ワーカーズ・コレクティブというのは、地域づくりを目的として活動している市民団体で、例えば、地域に子育て中の親子を助ける仕組みが足りないと思ったら、主婦が集まり、出資金を持ち寄って、親子で遊べるひろばを作ったりします。

その中で私たちは、チラシや冊子などを制作する活動をしており、地域貢献として、ボランティアで地域サロンを紹介する情報誌「ちさろ」を発行しています。

老後崩壊や老後破産という言葉が流行った4年ほど前、悲惨で暗い老後しかイメージできないでいた時に、何か希望を見つけられるような情報を発信したいと思い、「ちさろ」を創刊しようと決めました。

周囲からはお金も無いのに無謀だと止められたのを強行突破し、助成金に応募したり寄付を集めて創刊号



F団地交流サロン・フレンドリー  
南区真駒内。主催は道営住宅団地自治会。  
第3土曜日10時～12時に開催。

地域サロンとは、身近なところで気軽に集まれる「ホッとできる地域の居場所」で、札幌市社協の登録団体だけでも700ほどが活動中です。6号の取材で訪れた3つのサロンの主催は、団地自治会、町内の有志、NPO法人と様々ですが、お茶を飲み、お菓子を食べながらおしゃべりを楽しむのは同じ。日によって手芸や絵手紙、健康体操などのメニューが加わります。

地元の有機野菜を販売したり、社

協に相談して「唱歌カルタ」を取り入れたり、参加者が得意なことを教えあったりするなど、それぞれ企画運営には工夫、特色が見られます。

○おしゃべりが元氣のもと

サロン参加者からは、「長く住んでいて知り合いが減ってきたが、ここで新たな付き合いが始まった」「家ではテレビが相手で声を出すこともない。ここでしゃべったり、笑ったりすると、気持ち明るくなる」「おいしいコーヒーを入れてくれる温かい場」と、交流を楽しむ声が多く聞かれました。



サロン ライラック  
北区新琴似。主催は新琴似2の3福祉の会。  
第4金曜日10時～12時に開催。

○皆さんの笑顔が見たい

運営者からは、「多くの人が集うには、チラシだけでなく声掛けがポイント」「独居が増えたが、寂しい思いをさせたくない」「仲良く楽しめる場が大事」「笑顔を見られるのが何よりの喜び」「顔の見える関係を作っていたことで、昨年の災害時でも助け合うことができた」と運営者の思いは強く、一生懸命で、温かい雰囲気なのが伝わりました。

○サロンって、こんなところ

サロンとは、①ゆるやかな交流ができ、気持ちが明るくなる。②非日常的な時間の過ごし方ができ、時間を気にしたり服装を整えたり適度な緊張が生まれる。③時には、助けたり助けられたりすることもあり、喜びや張り合いに繋がっていく。こういうところがサロンなのかなと思いました。

なぜサロンが必要なのだろう

私が高校時代に住んでいた江差町。姥神神社祭は今も賑やかですが、当時と比べると、人口は半減し高齢化が進み独居が多くなっています。古くから住んでいる人ばかりの地域では周囲で何となく見守っている状況ですが、中心部などでは孤立傾向にある高齢者も見受けられるようです。

○挨拶できる、ゆるやかな関係を

では、札幌ではどうか、「ちさろ」にいただいた相談の電話を紹介します。「転居先で、夫が亡くなり孤立した夫が引きこもりになりそう」との内容で、共通しているのは「まだ介護サービスを受けていないシニアの方」ではないかと気づきました。

ある意味、元氣な方は、支援してくれる方と出会うチャンスが少ないのでしょね。地域の中で、挨拶ができる、ゆるやかな関係があったら、肩の力を抜いてちよっと集まれる場所がもっと増えたら、と思います。



お茶の間カフェ ふらっと  
清田区平岡。主催はNPO法人たすけ愛ふくろう清田。月～金曜日10時～16時に開催。

○人をつなげる地域サロン

最近では、お寺のサロンや、企業の施設、休業日の喫茶店などを会場として提供しようとする動きもあり、これからのいろいろな形のサロンが増えるのではないのでしょうか。

サロンの参加者に役割を担ってもらうと喜んで通ってくれるとの話も聞きます。やり方によって参加者が増えたり、運営に目を向けてもらうきっかけになると思います。

私たちは、老後に希望が欲しいとの思いで、サロン情報誌を作っています。確かなことは、皆さんで助け合って、支え合っていかなければならないことです。

「ちさろ」を読んでサロンを作る方が出てきています。サロン活動が、他の方に刺激を与えたのです。こうした助け合いの化学反応が、これからもっと起きると思っています。皆さん、サロンに参加して、毎日、心も体も元氣にお過ごしください。

# 落氷雪事故 予防の注意点

## 屋根からの落雪

寒さがゆるむと、積もった屋根の雪が突然落ちることがあります。周囲にロープを張って住民に注意喚起するほか、屋根からせり出した雪は小さいうちに落とし、物置などもこまめに雪降ろしを。

## 除排雪の注意点

除排雪作業は周囲に気を配り、十分注意して行ってください。

- 視界を妨げる雪の積み上げはしない
- 滑りやすい共同玄関前は転倒事故を防ぐための工夫を
- 緊急車両の出入りに備えて玄関前は常に除雪

## 迷惑駐車は危険

雪が降ると、路上駐車によるトラブルが増えます。道幅が狭くなって除雪車や消防、救急車両の出入りに支障をきたし、子どもの通学にも安全を確保できず危険。転倒事故や走行車両と接触して取り返しのできない事態を招きます。

### 屋根の落雪 雪遊び 迷惑駐車 水道凍結

#### 落氷雪事故を防ぐ

※自治会あげて事故防止の取り組みをお願いします。

- ◇ 氷雪のでき具合をみんなで注視する
- ◇ 氷雪が小さなうちに、安全を確認して取り除く
- ◇ 氷雪が落下しそうなときは、安全措置を講じてから担当支所へ連絡する
- ◇ 軒下の落雪危険区域には人も車も近付かない
- ◇ 自治会で氷雪監視パトロールを定期的に行う

#### 子どもの雪遊び事故を防ぐ

※危険な場所で遊ぶ子どもには、周りの大人が優しい言葉で注意しましょう。

- ◇ 暖気で屋根の雪が落ちる軒下など、危険な場所には子どもを立ち入らせない
- ◇ 除雪作業中は除雪車のそばに近付かせない
- ◇ 車道近くの雪山でスキーやソリ遊びをさせない
- ◇ 子どもの雪遊びには周囲の大人が注意して見守る

#### 水道凍結を防ぐ

※水落としは水抜バルブの部屋番号を確認し、蛇口の水が止まったことも確かめる

- ◇ 旅行で宿泊など外泊時は必ず水道の水落としを行う
- ◇ 長期間不在の場合はトイレタンクの水を抜き、便器や洗濯機・洗面台の排水口トラップに不凍液を入れる
- ◇ 寒さが厳しい夜は、就寝前に水道の水落としを行う

#### 迷惑駐車を防ぐ

- ◇ 駐車区画の除雪や車上の雪下ろしはこまめに行い、周囲の区画に迷惑をかけない
- ◇ 車は所定の駐車区画以外には絶対に置かない、置かせない
- ◇ 登録車以外の駐車場利用には、来客用カード使用を徹底する
- ◇ 団地内通路に長時間駐車している車には、日ごろから注視する
- ◇ 危険な迷惑駐車は、自治会などにすぐ通報する



#### ベランダのタイヤ 避難に支障あり!



ベランダは火災など非常時の避難通路です。消防法で隣室との仕切り板を破って逃げる時の「通路」に指定されており、タイヤやダンボールなどを置くとは逃げ道がなくなり、管轄していただきます。

### ストーブ・ボイラーなどの石油機器

— 工事・修理・整備のご用命は当社へ —

〈対応地区 江別市、札幌市厚別区・白石区、北広島市〉

## 有限会社 おおあさ商会

江別市大麻ひかり町34-1

☎ 011-387-0123 FAX 011-386-0124

# たたみ

おもて替え  
うら返し

— 安心と信頼の一級畳製作技能士のいる店へ —

## 有限会社 齊藤畳店

江別市野幌住吉町13-9  
代表取締役 齊藤 徳二

☎ 011-382-2956 FAX 011-389-3057

■掲載広告は広告主の責任で作成されたもので、北海道住宅管理公社が推薦するものではありません。

# 火災事故 予防の注意点

## 暖房器具の周り

暖房器具の使い始めは、トラブルや火災が毎年のように発生します。特に灯油ストーブは

①裏側のフィルターにゴミが詰まっ  
ていないか

②FFストーブの給排気筒接続部が  
外れていないか…などをしっかり  
確認。

## ガスコンロの 消し忘れ

ガスコンロ怖いのは、消し忘れな  
ど「うっかりミス」火災。

- ①鍋をかけたまま忘れて一時外出
- ②魚焼グリルにたまった油カスを長  
期間掃除しなかった
- ③少しの間コンロから離れ他の作業  
をしていた等々。不注意が招いた  
失火により周囲に大きな損害を与  
えます。

## 電気コードの発熱

電気コードを束ねたりタコ足配線  
で使うとコードが熱を持ち出火しや  
すくなります。ブレーカーや安全装  
置が働く前に、コードから出火した  
こともあります。

## 住宅管理会社からの 伝言板

# 家賃減免は

# 申請が必要

## 3月末で全員期間満了

家賃減免は3月末で全対象者が  
いつせいに期間満了となるため、新  
たに申請が必要です。

現在、家賃減免を適用されている  
方が、来年度も減免の適用を受ける  
には、3月末までに「家賃減免申請  
書」を忘れずに提出してください。

●家賃の減免は、すべての対象者が  
3月末に期間満了となり、4月か  
ら新たな適用期間が設定されます。

●4月以降も減免の適用を受けるに  
は、新たに申請手続きが必要です。  
●減免を途切れさせないためには、  
「家賃減免申請書」を記入し収入  
に関する証明等を添付して各支所  
の窓口へ提出してください。

●後日、新たな減免期間や家賃負担  
額等が記載された「家賃減免決定  
通知」が届きます。

## 灯油ストーブ火災を防ぐ

※自己流で暖房器具を修理・分解するのは危険です。

- ◇ストーブの上には洗濯物を干さない
- ◇ストーブ周囲に燃えやすい物を置かない
- ◇外出時や就寝前には、消火をしっかり確認する
- ◇異常に気付いたら消火し専門業者に連絡する
- ◇ストーブ裏側のエアフィルターに付いたゴミはこまめに清掃する
- ◇FFストーブは給排気筒接続部のゆるみをチェックする



## 灯油もれ事故を防ぐ

※灯油ホースが外れたのに気付かず外出して多量の灯油漏れ事故が発生しました。住戸を汚損した場合、復旧費用は発生させた方に負担を求めます。

- ◇灯油ホースの取り回しは、足を引っ掛けないよう配置する
- ◇シーズン前に、灯油ホースのひび割れや締め具部分のゆるみを確認する
- ◇使用中は、灯油の臭いなどに十分注意する

# 火災を防ぐため

## ガス器具火災を防ぐ

- ◇調理中に、短時間でもコンロから離れるときは必ず火を消す
- ◇コンロ周囲に、燃えやすいものは置かない
- ◇魚焼きグリル内にたまった油カスは、定期的に掃除する
- ◇古くなったガスホースは早めに取り替える
- ◇コンロの炎が衣服に燃え移らないよう注意する
- ◇ガスコンロと壁との間隔を空ける

## コンセント・電気器具火災を防ぐ

- ◇たこ足配線は定格以上の電流が流れて配線が劣化、発火するので危険です
- ◇電気コードを束ねて使うと、コードが過熱し発火の原因となる
- ◇コードの上に家具などの重量物を乗せると、断線・ショートして発火の原因となる
- ◇コンセントに長い間プラグを差し込んだままにすると、ホコリが原因で発火（トラッキング現象）することがあるため、たまったホコリはこまめに取り除く

## その他の火災の事例

※寝たばこ、子どもの火遊び、仏壇のろうそくによる火災も多く、十分な注意をお願いします。

## 設備の故障・修繕の連絡は 平日の日中に！

- 札幌中央支所 TEL (011) 711-3561
- 札幌東支所 TEL (011) 891-1534
- 小樽支所 TEL (0134) 33-9698

翌日まで待てない、緊急時の連絡は  
**緊急連絡センター**  
TEL (011) 752-1404

## ペットは厳禁！

イヌ、ネコなどペット飼育について、最近、苦情が増えています。

入居者の中には、動物の鳴き声や臭いに敏感な人、動物アレルギーの人もいますので、近隣に迷惑をかけないように「共同住宅の生活ルール」を守って、ペット飼育は厳禁です。

## 結露発生を防ぐため

※こうすれば、結露発生は抑えられます。

- ◇毎日一度は窓を開けて、室内の空気を入れ替える
- ◇熱交換型換気扇は連続運転し、フィルターの清掃を行う
- ◇大量の水蒸気が発生する加湿器の使用は、できるだけ控える
- ◇炊事の際は必ず台所の換気扇を回し、水蒸気を排出する
- ◇押入れのふすまを少し開けて、空気が通るようにする
- ◇窓や壁に付いた結露・水滴は早めに拭き取る
- ◇煙突がないポータブル型の灯油ストーブは、結露が発生しやすいので使用しない