

ほうかつ通信

第38号 発行日:令和7年11月1日

発行:高齢者相談支援センター常呂
(北見市常呂地区地域包括支援センター)
〒093-0210 北見市常呂町字常呂 332 番地 2

☎0152-63-2026

『モルック大会』を開催しました！！

10月15日(水)に常呂町屋内多目的競技場(スタジアム Do)にて高齢者クラブ・サロンなど7団体8チームによる『サロン間交流モルック大会』を開催しました。

昨年までの『いこいでワッハ』『かき島会』『元気クラブ』『流水クラブ』の4サロンと常呂包括主催事業『いこい茶房』に加え、今回は『岐阜老人クラブ』と『共立わかばクラブ』の二つの高齢者クラブが新たに参加してくださいました。



一投一投に一喜一憂！！



見事に一発命中！！？

熱戦の中にも和気あいあいとした雰囲気も流れ、参加者同士で作戦を立てたり、各団体の取組の話をしたり、久しぶりに会う友人と会話で盛り上がる、交流の場としても有意義なひと時となりました。



練習の成果を発揮できました！！



試合前に入念な打ち合わせ



来年も開催予定です。皆さんの参加をお待ちしています！！



優勝した『元気クラブ』チーム

北見市地域包括支援センター連絡協議会 社会福祉士部会主催 権利擁護研修会

特殊詐欺・消費者被害から身を守るために

この度北見市地域包括支援センター連絡協議会社会福祉士部会では、皆様が安全で安心な生活を送ることができるよう、**消費者被害・特殊詐欺予防講座**を開催いたします。最新の詐欺手口や消費者被害の事例を学び、自己防衛の方法を一緒に学びましょう。

日 時：令和7年11月19日(水)

13:30~15:00 (受付 13:15~)



内 容：「特殊詐欺被害について」

北見方面北見警察署 生活安全課生活安全係

「消費者被害について」

北見市消費生活センター 消費生活相談員

会 場：以下の3会場での同時開催となります。

北見会場 北見総合福祉会館 4・5号室 (北見市寿町3丁目4番1)

常呂会場 北見市老人いこいの家 和室(北見市常呂町字常呂338番地)

留辺蘂会場 はあとふるプラザ1階 ボランティアルーム
(北見市留辺蘂町84番地1)

※常呂会場・留辺蘂会場はオンライン中継による講話となります。

参加費：無 料

定 員：北見会場 30名 常呂・留辺蘂会場 各15名

申込み：下記の二次元コードもしくは電話にてお申込みください。



0152-63-2026

北見市常呂地区地域包括支援センター

申込み締切 令和7年11月12日 まで

『みんなでウォーキング』で楽しく健康づくり！

9月9日(火)、今年度第2回目の『みんなでウォーキング』を開催しました。交通ターミナルから市営バスに乗り栄浦バス停まで行き、ところ遺跡の森散策路からネイパル北見までの約2.5Km を歩きました。途中で資料館や遺跡の館の見学を行い、地元常呂の再発見をすることができました。ネイパル北見ではビュッフェ方式の昼食を摂り、普段ではできない経験をして参加者全員充実した時間を過ごすことができました。



バスに乗って楽しくお話し中



急坂もなんのその！！



竪穴式住居を見ながら



常呂の歴史を学びました



みんなで楽しく昼食タイム

**来年度も、路線バス等
を利用してウォーキングに
行きたいと考えています。
ぜひご参加ください！！**

第3回『みんなでウォーキング』参加者大募集！！！！

日 時:11月6日(木)10:00～11:00
場 所:トコロチャシ遺跡～常呂神社往復
集 合:トコロチャシ遺跡駐車場(常呂川沿い)
内 容:トコロチャシ遺跡散策路を通り常呂神社まで行き
休憩し、再びチャシ遺跡駐車場まで戻るコースです。

参 加 費:無料

申し込み:高齢者相談支援センター(63-2026)

締め切り:11月4日(火)まで

※トコロチャシ遺跡での集合が困難な方は申込時にお申し付けください。



11月・12月の事業予定

※事情により日程変更または中止となる場合があります。

○みんなでウォーキング とき:11月6日(木) 10:00～ 集合:トコロチャシ遺跡駐車場

○いこい茶房 とき:11月6日・20日、12月4日・25日(すべて木曜) 13:30～
会場:いこいの家 内容:いきいき百歳体操、レクリエーション等

認知症月間終わる

→認知症図書展示の様子。ご来場ありがとうございました。



→オレンジガーデニングプロジェクトの看板



認知症サポーターマスコットの「ロバ隊長」(通称オレンジロバ)。サポーター講座参加者にプレゼントされました。

10月も終わり、もうすぐ雪の季節が来ますね。ほうかつ通信、9月号でもお知らせしていましたが、9月は「認知症月間」9月21日は「世界アルツハイマーデー」でした。

これに合わせて常呂包括でも、「オレンジガーデニングプロジェクト」で、いこいの家前の花壇にオレンジ色のマリーゴールドを咲かせ、常呂図書館と連携した、「認知症図書展示」を開催しました。また、10月には認知症サポーター養成講座を行い、認知症の普及啓発に取り組んでいます。花の時期は終わりますが、来年度もプロジェクトを続け、常呂町での認知症への理解をさらに広げていきたいと思っています。これからも地域のみなさまからのご協力を必要としておりますので、よろしくお願いいたします。写真左「オレンジガーデニング」の看板は中央町の中台明生さんに、右のオレンジロバストラップは末広の佐々木隆子さんに作っていただきました。この場を借りて、心より感謝申し上げます。

※オレンジ色は認知症支援のシンボルカラーです。オレンジ色は、温かさを感じる色で「手助けします」という意味を持つと言われています。

第3回 介護者交流会 開催のお知らせ

「体を整え、呼吸を整え、心を整える

『コアチューニング®体操』

ゆっくりとした体操で、日頃の疲れをリフレッシュしませんか？お茶を飲みながら、おしゃべりの時間もあります。ぜひご参加ください。

日 時:令和7年12月3日(水) 10:00～

会 場:老人いこいの家 集会室

対 象:介護をしている方、していた方、介護に興味のある方

内 容:茶話、コアチューニング体操(講師:佐藤理緒氏)

持ち物:動きやすい服装 ※上靴は不要です

参加費:100円(飲み物代として)

申し込み:センターへ電話(63-2026)で。当日参加もOK！

常呂地区
地域包括
支援センター
公式 LINE

LINE 公式アカウント
**友だち
募集中**

@889uljk



○権利擁護研修会「特殊詐欺・消費者被害から身を守るために」

とき:11月19日(水)13:30～ 会場:いこいの家

○オレンジカフェとことろ とき:12月2日(火) 13:30～ 会場:いこいの家

○介護者交流会 とき:12月3日(水) 10:00～ 会場:いこいの家