

ほっかいどう福祉だより【しあわせ】

SHIAWASE



MY WORK

医療現場での知見を生かし
障がいのある人の健康と生命を守る

ふくしる

利用者さんと職員を災害から守る
DIGを活用した防災対策

Discover Hokkaido

最北の地で日本の
食文化を守るうろこ市

INFORMATION

セミナーの
ご案内



DIG推進の中心を担う山内さん。活動が評価され、2023年度全国老人福祉施設協議会の研究発表で最優秀賞を受賞しました



BCP策定に関わってきた濱塚さん。「この10年で職員の防災意識がより高まり、現在は7名が防災士資格を取得しています」



「ふくしる」は、「福祉」と「知る」を合わせた造語で、福祉をもっと知ってほしい、という願いを込めました。

利用者さんと職員を災害から守るDIGを活用した防災対策

福祉施設・事業所でのBCP（事業継続計画）の策定が義務化され、2年が経過しました。実効性の高い災害対策が求められる一方で、訓練のマンネリ化や当事者意識の醸成に課題を抱える施設も少なくありません。防災活動に力を注ぐ「社会福祉法人稚内福祉会」に、組織の防災力を高める取り組みを取材しました。

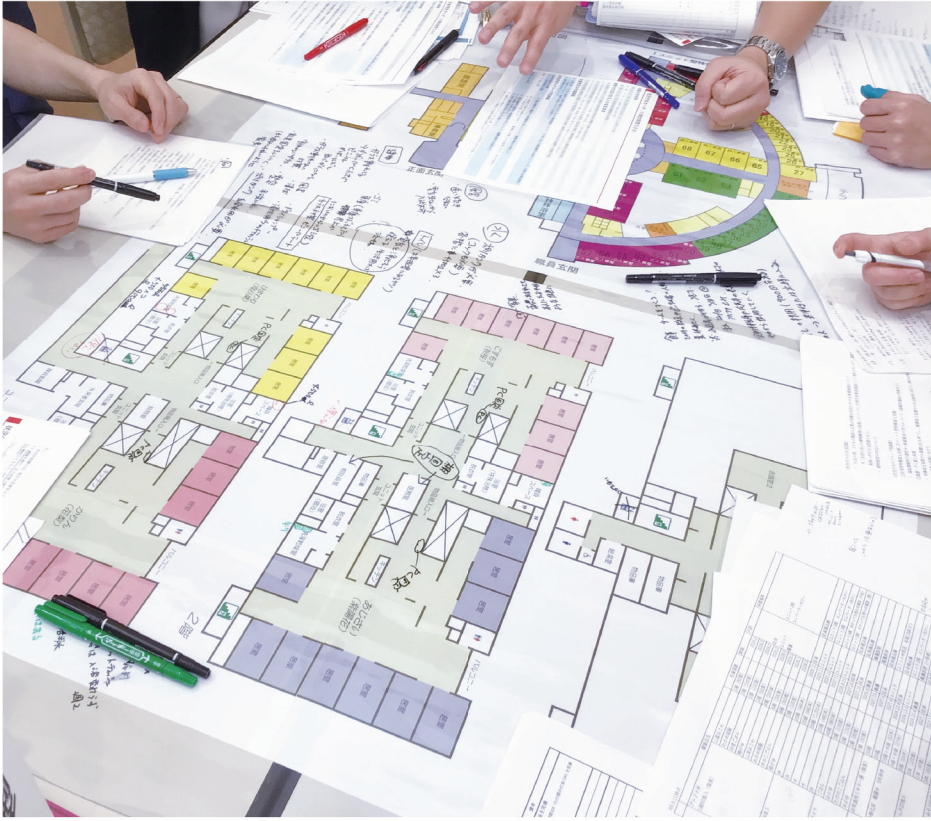
従来型訓練からの脱却

ノシャップ岬から車で5分ほど。利尻富士を望む日本海沿いに、社会福祉法人稚内福祉会が運営する複数の施設が立っています。暴風雪や津波のリスクに加え、施設の背後には山があり、土砂災害の可能性もあることから、稚内福祉会では自然災害対策に力を入れてきました。

2016年には法人全体の取り組みとして、各施設から職員や利用者

さんを集め、自然災害を想定した大規模な訓練を実施しましたが、職員の能動的な行動を促すには至りませんでした。その状況を打開するため、2018年に導入したのが災害図上訓練（DIG）でした。

DIGとは「Disaster imagination Game」の略で、参加者が地図を囲み、災害時に想定される被害や対応などを書き込んでいく訓練のこと。状況を可視化



DIGを使った訓練では、災害シナリオに対応し、想定される被害や業務の優先順位、取るべき行動などを図面に書き込んでいきます

組織全体の防災意識が向上

DIGの効果が大きかったのは、職員の意識変化でした。災害を「いつ起きてもおかしくないもの」として捉えるようになり、災害や防災への関心が高まりました。また、施設の平面図を用いることで、建物の立地や構造、備蓄品の保有状況などを共有でき、災害時の迅速な対応に結び付いています。「大雨で土砂災害の可能性があった時、養護老人ホームの利用者さん50名をユニット型特別養護老人ホームの3階に避難させ、2晩過ごしたことがあります。施設間でスムーズに連携できたのも、実効性の高い訓練ができていたからだと思います」と濱塚さんは言います。

訓練に地域住民や行政、消防などの関係者に立ち会ってもらうことで、地域の防災力向上や信頼関係の構築にもつながっています。専門家



満保さんは「職場の安全を守る災害対策も、当法人の魅力として受け止められています」と話します

し、参加者が意見を交わすことで情報共有や共通理解を図ることができま。常務理事の満保和吉さんは「大水害が発生した和歌山県の被災地を視察した時、DIGを体験しました。災害をイメージし、自ら考えるという手法や、地域の関係者を交えた訓練が防災力の強化に有効だと感じ、当法人でも取り入れようと考えました」と振り返ります。

DIGを浸透させる工夫

DIGの導入は、養護老人ホーム富士見園の山内正人施設長と、特別

から助言を受けることもあり、新たな気づきを得る機会になっています。

防災の強化は法人の責務

現在は年1回のDIGを用いた自然災害時想定訓練のほか、年末の炊き出し訓練、年2回の避難訓練を実施しています。近年は避難訓練にもDIGの要素を取り入れ、図面を用いながらグループワーク形式で話し合う取り組みを始めました。

防災対策や災害時の行動の根拠となるBCPは、年に1回研修を行い、職員の意見も踏まえながら見直しを図っています。また、DIGなどの訓練の場も、より実効性の高いBCPづくりに役立っています。

職員の防災意識をいかに高めるかは、どの施設にとっても課題です。山内さんは「災害や防災に関心のある職員は必ずいるはず。まずは、そういう人に防災活動を任せてみていいのではないだろうか。誰かが



施設や職種の垣根を越えて意見を交わし、法人全体の防災力向上につなげています

養護老人ホーム富士見園の濱塚泰昌施設長が中心になって進めました。実行委員会を立ち上げ、先進地の事例も参考に、自分たちに合った内容を検討。初年度は事前にガイダンスを行い、参加者にDIGの目的や意義を理解してもらいました。

重視しているのは、なるべくリアルな災害シナリオを作ることです。山内さんは「実際に被災した時、何をすべきかをコミュニケーションでできることが大切です。また、施設内でサービスを継続することが前提のため、大津波などの大災害は除外しています」と言います。豪雨災害や直下型地震の発生、それに伴う停電や断水、土砂災害など、毎回、想定内容を変更し、参加者に合わせた難易度にする一方で、マンネリ化防止とスキルアップを図っています。

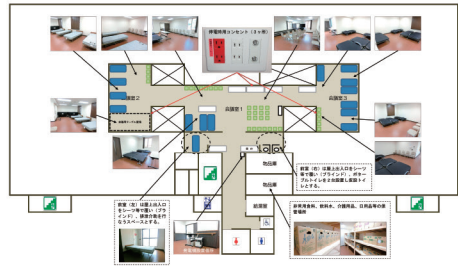


ユニット型特別養護老人ホームの一部を3階建てにし、災害物資の備蓄や避難所としても活用。カセットガス式発電機や簡易担架など、実用性の高い防災用品を備えています

声を上げ、周囲に働きかけることで、災害を自分ごととして捉える職員を少しずつでも増やすことが大事です」とエールを送ります。

利用者さんや職員、地域の人を守るため、防災力の向上に継続して取り組んできた稚内福祉会。満保さんは、防災対策は社会福祉法人の責務でもあると力を込めます。「大切なのは防災に対する組織のビジョンを明確に提示すること。それが強固な組織づくりの支えになり、職員にも、地域にも選ばれる法人へとつながっていくのだと考えています」

ユニット型特別養護老人ホーム富士見園3階避難所レイアウト



3階を避難所として使う際、ベッドなどを迅速に配置するため、レイアウト図も作成しています

社会福祉法人
稚内福祉会



稚内市富士見5丁目1178-1
TEL.0162-28-1060

<https://wakkanai-fukushikai.com>

1989年設立、2025年に稚内福祉会に法人名変更。特別養護老人ホームやデイサービスセンター、就労継続支援B型事業所の運営など、広域にわたる事業で地域の福祉を支えています。



利用者さんの処方薬を管理し、適切な服薬をサポートするのも重要な業務の一つです

疾患や薬などの情報は常に更新されるため、学び直す姿勢も必要とされます。星さんは、わからないことがあればインターネットや専門資料などで調べ、時には病院で働く友人の看護師や母親にも相談しながら、スキルアップを図っています。

当たり前の生活を守るため

15年間施設で働き、障がいや疾患への理解が深まったことで、仕事や利用者さんに対する考え方が変化しました。以前は医療職としての視点が強く、自分の考えを通そうとすることもありましたが、今では利用者



多職種と情報共有を図り、緊密に連携することも大切にしています

さんの行動や発言を受け止め、その人の個性として尊重するようになりました。「利用者さんにとっては当施設での暮らしが日常。その当たり前の生活を維持できるように支えることが大事なのだ」と気付きました。現在は週に2回現場に入り、支援業務のサポートもしています。時間に追われることもありますが、利用者さんと深く関わる喜びが働くやりがいになっている、と星さんは笑顔で話します。

「体調を崩して入院していた利用者さんが『ただいま』と帰ってくる姿を見ると、早く対処して本当に良かったと感じます。これからも利用者さんに安全・安心に暮らしていただけるように、一人一人の方の人生を見守り、支え続けていこうと思います」

社会福祉法人 南宗谷福祉会
障害者支援施設 天北厚生園



枝幸郡中頓別町字上駒11-5 TEL.01634-6-1834 <http://minamisouya.jp/>

1974年法人設立。2007年に中頓別町より「知的障害者更生施設天北厚生園」の運営を移管され、2012年に障害者支援施設に移行しました。入所施設の天北厚生園を中心に、共同生活援助事業所や多機能型事業所などを運営し、障がいのある人が地域で安心して暮らし続けられるよう支援しています。



MY WORK

医療現場での知見を生かし
障がいのある人の健康と生命を守る

利用者さんの健康を守る上で重要な役割を担うのが、医療の専門知識を持つ職員です。地域の基幹病院での勤務経験を生かし、障がいのある人の健康と生命を支える看護師に、働く上で大切にしていることや仕事のやりがいなどを聞きました。



看護師として利用者さんの健康を守る星さん。病院での勤務経験が今の仕事に生かされています

人と深く関わる福祉施設へ

道北の中頓別町にある「障害者支援施設天北厚生園」では、知的障がいや精神障がい、身体障がいのある人たちが共に暮らししています。多様な障がいや疾患のある利用者さんたちの生活を健康面からサポートするのが、看護師の星友恵さんです。

中頓別町で生まれ育った星さんは、小さい頃から看護師になろうと考えていました。「当時は就職難だったため、資格があれば安心だと思いました。母が町内の病院で准看護師をしていたこともあり、資格を取るなら看護師を目指そうと、看護衛生科のある高等学校に進みました」

その後、看護師資格を取得した星さんは、名寄市立総合病院に入職。精神科病棟で3年間、患者さんのケアに携わりましたが、手術室に異動になったことで仕事環境が一変しました。患者さんの生活リズムに合わせた看護から、スピードが求められる業務に変わり、戸惑いを感じた星さんは、医療以外のことも目を向けてみようと思いの仕事を離れ、旭川市で働き始めました。「医療の世界以外の人との交流は楽しく、刺激的でもありましたが、次第に、再び人と深く関わる仕事をしたい、という思いが強くなっていきました。そ

んな時、母から中頓別に戻ってきたらという誘いがあり、2011年に天北厚生園に入職しました」

多岐にわたる健康管理業務

星さんが支えているのは、10代から70代までの37名の利用者さんの健康と生命。定期的な健康状態の確認や処方薬の管理、体調が悪い人への対応や、医療機関を受診する際の手続きと付き添い、受診記録の作成など多くの業務を担っています。また、医師の指示のもと、床ずれでできた傷を洗浄し、薬を塗るといった医療的な処置も行います。

多様な障がいのある利用者さんとの関わりに役立っているのが、病院で働いていた時の経験と知識です。特に精神疾患については広範な知識があり、迅速で適切な対応につながっています。

近年は利用者さんの高齢化に伴い、慢性疾患を抱える人が増えています。そのため、特に感染症には注意をしています。「例えばCOPD（慢性閉塞性肺疾患）は、軽微な風邪でも呼吸状態が悪化します。そうした疾患のある方は、毎日血中酸素飽和度を測り、データを確認しています」と星さんは説明します。血圧や体温などのデータから体調の変化

に気づき、早期対応を図る際にも、看護師の専門性が生かされています。

小さな変化にも気付く力を

星さんは忙しい業務の合間を縫い、できるだけ利用者さんと関わる時間をつくるようにしています。「毎日接する中で、どこか様子が違う、と気付くことができるからです。また、利用者さんの中には、体調が悪いことをうまく伝えられない方もいます。食事の取り方や歩行状態の変化など、わずかな違和感も見逃さないように心がけています」

飲み込む機能が弱くなっている利用者さんは、栄養士と相談して食事の形態を見直し、けがをした利用者さんがある場合は医師の指示を支援員に伝え、リハビリテーションなどの進め方を共に考えます。利用者さんの安全のために、多職種と緊密に連携すること重視しています。



利用者さんとの日常の関わりの中から得られる気づきを看護業務に生かしています

株式会社うろこ市

稚内市中央5丁目6-8
TEL.0162-23-7820

9:00～17:00 日曜休

<https://uroco1.com>



左/3代目の社長を務める秋元さん。「日本の食文化を守るために棒ダラを作り続けていきたい」と話します 中/沖で取れたオスザケと塩だけで作る「鮭とば」(2,300円) 右/マダラの白子を使った「真だらたちかま」(1,800円)は、大量生産できない希少な味

最北の地で日本の食文化を守る

うろこ市

宗谷海峡に面し、豊富な水産資源に恵まれる稚内市では、古くから水産物の加工が盛んに行われてきました。地元の魚介を使い、こだわりの製品を作り続ける老舗の水産加工会社を訪ねました。

Discover Hokkaido WAKKANAI



72年の歴史を持つ加工会社

稚内港に面して立つ「株式会社うろこ市」の加工場。湯気が立ち上る場内では、山積みになされた魚介が、次々とさばかれていきます。

同社は1954年創業。マダラを使った棒ダラやサケトバ、干しカスベといった乾物類を主力に、カレイやホッケの一夜干し、タラコなど、幅広い加工品を作ってきました。

こだわりは、できる限り地元で水揚げされた魚介を使うことです。代表取締役社長の秋元哲哉さんは「市場がすぐ近くにあるのが強み。自分の目で見て、納得したものを買い付けることができます。鮮度が良いと、加工品の出来にも違いが出るんですよ」と話します。

おいしさを追求して

看板商品は、創業時から続く伝統的な製法と、深い味わいが自慢の棒ダラ。京料理やおせち料理に欠かせない食材として、関西方面を中心に出荷されています。

棒ダラづくりは、気温や湿度が低く、季節風が吹き付ける真冬に行われます。市場から仕入れたマダラを鮮度が落ちないうちにさばき、寒風

「ま」は、マダラの白子と塩だけを使い、一つ一つ手作りしています。いずれも原料と製法にこだわり、おいしさを追求しています。

熟練の技術を引き継ぐ

こだわりの味と製法を支えているのが、熟練の技で魚をさばくスタッフたちです。長年働き、高い技術を身に付けた人も多く、秋元さんは「生きた財産」と表現します。中には50年近く働く人もいるといい、同社の伝統を伝える大切な存在になっています。

秋元さんも若い頃、ベテランのパートさんから教えを受け、魚をさばく技術を学びました。「自分が技術を持っていることで、魚の特性に合ったさばき方などを考え、実践し



左/鮮度が落ちないうちに魚を手早くさばいていきます 右/隣接する飲食店兼直売所の見学コーナーから加工の様子を見ることができます

で見せることができます。修業中は厳しいと感じたこともありましたが、若い時に身に付けた技術が今も役に立っています」

食文化を守る者の責任

近年は地球温暖化の影響などにより、水揚げされる魚の量や種類が変化しています。また、人口減少や食に対するニーズの多様化など、水産加工業を取り巻く環境は大きく変わっています。

秋元さんはそうした変化を踏まえ、積極的に対応を図ってきました。水で戻した棒ダラを柔らかく炊き上げた「本棒だら煮」や、水揚げが増えているマフグを活用したフライなど、新商品の開発に取り組み、新たな需要の掘り起こしを進めています。

「下準備に手間のかかる乾物を料理に使う人が減り、今では棒ダラを作る企業も当社を含めて3社だけになりました。だからこそ伝統を引き継ぎながらも、時代の変化に柔軟に対応していかなければなりません。多様化するニーズを捉え、当社が存在し続けること。それが日本の食文化を守る者としての責任だと考えています」



工場内では魚介の運搬や加工に追われるスタッフが忙しく働いていました

海鮮炉端 うろこ亭

うろこ市の加工場に隣接する飲食店。地元食材を使った種類豊富な料理と海に面したロケーションが人気。8種の魚介が載った「うろこ市丼」(3,900円)は豪華な一品。たこしゃぶ定食(2,800円)、宗谷牛ハンバーグ定食(1,500円) 稚内市中央5丁目6-8 TEL.0162-23-7821 11:00～14:30ラストオーダー、17:00～20:30ラストオーダー 日曜休

オレンジエッグ キタカラ店

稚内駅に隣接する「キタカラ」内のスイーツ店。シカの角を模した形ともっちりした皮の食感が評判の「シカパン」(あんこ・クリーム・チョコ各200円、あんなし180円)は稚内の新名物。宗谷の塩ソフト(ワッフルコーン400円) 稚内市中央3丁目6-1キタカラ1F TEL.080-2875-2525 10:00～17:00(シカパンの販売は11:00～) 月曜休(祝日の場合は翌日休)



※情報は5月取材時点のものになります



左/看板商品の棒ダラ。高級食材として、京都の料亭などでも使われています 右/棒ダラ料理を手軽に味わえるようにした「本棒だら煮」(1,380円)

胸を張るのが、沖で取れたオスのサケと塩だけで作る「鮭とば」です。柔らかい食感とサケ本来の旨味を味わえるのが魅力で、稚内ならではの特産品として「稚内ブランド」に認定されました。また、秋元さんの祖母の味を再現した「真だらたちか

稚内立ち寄りグルメ

SHIAWASE クロスワード

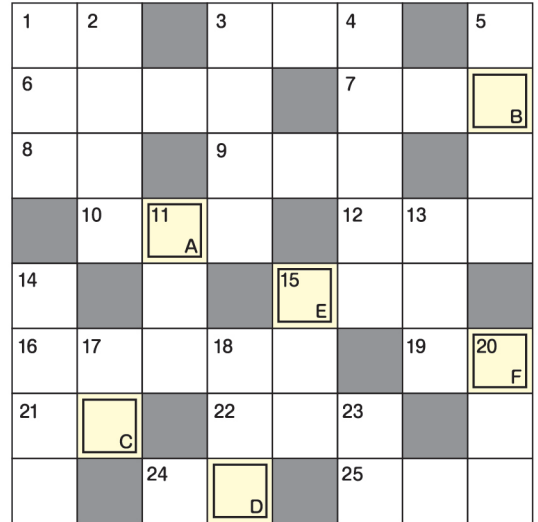
Q.二重マスA～Eでできる言葉は何でしょう？

[タテのカギ]

- 1 夏祭りや花火大会で着る方が多い「浴衣」
- 2 武芸の師が弟子に授ける〇〇〇〇皆伝
- 3 BCPとは、事業〇〇〇〇計画のこと
- 4 笑うと負けよ、あっぱっぱ～！
- 5 75歳になれば健康なみなさんも後期〇〇〇〇者医療制度に加入
- 11 互いに慕い合う、〇〇〇相愛
- 13 〇〇〇知った他人の家だと、あたかも自分の家のように振る舞えます
- 14 向日葵と書く、夏の代表的な花
- 15 ドタキャンならぬドタ参の「参」って？
- 17 ことわざ。鬼が出るか〇〇が出るか
- 18 道内の小中学校の夏〇〇〇、かつての25日間から今では約30日間に
- 20 出勤せず自宅で業務する、在宅〇〇〇
- 23 経度に対し、赤道から南北に離れた度合

[ヨコのカギ]

- 1 混乱した状態、〇〇かうつつか幻か
- 3 オホーツクや噴火湾の名産、ミソも美味
- 6 お祝い事場でみなグラスを持ち発声！
- 7 ピカッゴロゴロと一緒にザーザーも
- 8 道内だと白ひげ、羽衣などが名所
- 9 サイコロを2個振って同じ目が出ました
- 10 携帯電話などで文字入力する途中で候補の言葉が表示されるのは〇〇〇変換
- 12 5m超の深海魚、リュウグウノ〇〇〇
- 15 肩と胸骨をつなぐ骨
- 16 音楽家はミュージシャン、手品師は？
- 19 ことわざ。昨日の〇〇は今日の友
- 21 無茶苦茶とか大変という意味の方言
- 22 航空機から〇〇〇ダイビング
- 24 7月20日の祝日は〇〇の日です
- 25 稚内の名所、稚内港北防波堤〇〇〇



こたえ

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---

作：石田竹久



トマトジュース (160ml10本セット) を20名様にプレゼント！

「美味しいトマトジュースは美味しいトマトから」と自家栽培した農業、化学肥料を一切使用せず糖度が高い完熟トマト「桃太郎」のみを使用。鮮度が落ちないように収穫から24時間以内に最短で全行程自家製造するこだわりと、稚内市の特産品や地域資源として「稚内ブランド」に認定されている「宗谷の塩」を0.1%使用。うまみと甘さをさらに引き立てたトマトジュースの概念を覆す逸品です。

【お問い合わせ】社会福祉法人 美深福祉会 のぞみ（中川郡美深町字美深76番地8）TEL.01656-2-1101

※春（4月）号の答えは「コイノボリ」でした。当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

応募のきまり

締め切り：2026年8月31日（月）23:59

応募方法：右の二次元コードよりご応募ください。

ハガキの場合は①クロスワードの答え②郵便番号③住所④氏名（フリガナ）⑤性別⑥年齢⑦電話番号⑧お勤め先⑨本紙の感想を明記の上、〒060-0001 札幌市中央区北1条西7丁目プレスト1・7（4階）北海道民間社会福祉事業職員共済会「しあわせ」係までご応募ください。
※皆さまから寄せられたご感想などは本紙に掲載させていただく場合があります。掲載された方には「しあわせ」オリジナルグッズをプレゼントします。



読者さんからののお便り

Voices

春号（146号）を読んで

- ✧ 発達障害のあるお子さんだけでなく、その家族への支援も大切であることを改めて感じました。子どもの成長を支えるためには、保護者が安心して相談できる環境や周囲の理解が必要なのだと思います。（札幌市・Kさん）
- ✧ 「今できることをコツコツ続けていけば、いつか目の前が開ける」という言葉に励まされました。悩む事が多いですがこの言葉を胸に頑張ろうと思います。（芦別市・Mさん）
- ✧ 最近はデジタル化が進んでいますが、アナログの魅力が見直され、本の楽しさなどが色々な方々に伝わるのといいなと思っています。（江別市・Nさん）

各種公益セミナーを開催します 参加費無料

北海道民および本会会員を対象に、研修による学びの場を提供しています。詳細は、[本会ホームページTOP「セミナー・研修会」](#)からご確認ください。

【オンライン研修】※詳細案内は開催日の前々月中旬にHPにて公開予定です。

- 10月16日（金）10:00～16:00 新入職員フォローアップ研修（新入職員向け）
- 11月18日（水）10:00～16:00 リスクマネジメント研修（管理職・中堅職員向け）



令和8年度 第2回福祉職場説明会を開催します 60法人出展予定

福祉職の魅力や職場の具体的な情報提供を行い、就業意欲を高めることを支援するとともに、人材の安定的な確保と定着の推進を図ることを目的に開催しています。参加法人のPRタイムや個別面談コーナーを設けておりますので、お気軽に足をお運びください。

- 【開催日】 2026年9月6日（日）9:30～14:00
- 【会場】 札幌ビューホテル大通公園 地下2階
- 【問い合わせ】 北海道社会福祉協議会 北海道福祉人材センター（直通電話）011-272-6662

※中止・変更となる場合は、ホームページでお知らせいたしますので、ご確認のうえご来場ください。



ほっかいどう福祉だより【しあわせ】

SHIAWASE

発行/一般社団法人 北海道民間社会福祉事業職員共済会

札幌市中央区北1条西7丁目 プレスト1・7 4階

TEL.011-251-3828 FAX.011-251-3848

<https://www.kyousaikai-shiawase.jp> [Email] kouhou@kyousaikai-shiawase.jp