2026.AUTUMN
令和8年/秋号
vol.148

ほっかいどう福祉だより【しあわせ】

SHIAWASE



ふくしる

食の提供を通じてつながりを育む ふれあい食堂＆キッチンカー

MY WORK

介護の世界で見出した働く喜び
人と関わる楽しさが仕事の原動力に

Discover Hokkaido

故郷への愛情が
詰まった洋菓子店

INFORMATION

福祉のしごと
就職フェアのご案内

ふくしる

「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。

食の提供を通じてつながりを育む ふれあい食堂&キッチンカー

高齢化や人口減少が進む中、地域で暮らす人たちが交流する機会をつくり、孤立や困窮を防ぐ取り組みが求められています。多くの人を引きつける「食」の提供によって、人と人とのつながりを育むとともに、支援を必要とする人のニーズをつかみ、サポートにつなげようとする湧別町社会福祉協議会の取り組みを紹介します。

食で人々が集う場を創出

オホーツク海に面した湧別町で、月に2回開かれる食堂があります。「ふれあい食堂ポレポレ」は、湧別町社会福祉協議会とNPO法人ポレポレゆうべつ、ボランティアさんが協働し、手作りのカレーライスを低価格で提供する地域食堂です。

湧別町のふれあい食堂は2017年4月にスタートしました。湧別町社会福祉協議会事務局長の石川克己（いしかわかつみ）さんは、立ち上げのきっかけについて、「町内の各地域で、高齢者を対象にふれあいサロンや老人クラブを行っていますが、どの集まりにも参加しない人がいることが課題でした。そういう人をなんとか引っ張り出せないか、と新たな交流の場づくりを検討しました」と説明します。

高齢者が地域の集まりを避ける理由の一つが、登録や申し込みの煩わしさでした。気軽な食堂であれば、集まりを敬遠する人でも来てくれるのではないか、という期待から、ふれあい食堂の活動が始まりました。



「地域食堂に協力したいという人は必ずいるはず。地域の資源を活用し、長く続けることが大切です」と話す石川さん

多くの人の協力を得て実現

開設に向けて重視したのが、高齢者に慣れ親しんでもらい、活動を定着させることでした。そのため、会場と開催日を固定にしました。また、メニューは、配食サービスでの人気が高く、昔を懐かしむ人が多いことや、家では少量を作りにくいことから、カレーライスに決めました。

会場には、水曜日の午後に空いた地域活動支援センターの作業所を無償で借りました。同センターは障がいのある人や引きこもりの人の支援を行うNPO法人が運営しています。食堂の開設によって、障がい者への理解促進や、障がい者の社会参加につなげる狙いもありました。当初は毎週の開催を想定しましたが、無理なく続けられるように隔週にし、毎月第1・第3水曜日の12時～14時に開催することにしました。



家庭的な味わいのカレーライスが「懐かしい」と人気に



60席ほどある会場がほぼ満席に。高齢者だけでなく、子育て世代も参加するなど、多様な人が集う場所として地域に親しまれています

カレーライス作りには、ボランティアさんの力を借りました。「民生委員やヘルパーの経験がある人など、地域の福祉活動に関わる人に声をかけたところ、『そういう活動をしてみたかった』とすぐに話がまとまりました。ボランティアさんにとっても、やりがいや張り合いを感じる機会になっているのでは」と石川さんは言います。

地域の交流の場として定着

開始当初は、なかなか人が集まらないこともありました。しかし、手作りのカレーライスのおいしさや、1食300円という参加料の安さ（現在は500円）、会場の楽しい雰囲気が口コミで伝わり、今では平均60人以上が参加するようになりました。「ふれあい食堂への参加を機に、地域の集まりにも顔を出すようになった人もいるんですよ」と石川さんはうれしそうに語ります。

地域活動支援センターの利用者さんが、配膳などを手伝ってくれるようになったことも、大きな変化でした。役割を任され、多くの人と会話を交わすことが、利用者さんの自信や喜びにつながっていきました。

会場ではカレーライスのほか、サロンとして飲み物や菓子類を提供。また、NPO法人が販売する惣菜コーナーも人気です。石川さんは「当食堂は、気軽に参加してもらうのが目的。介護や健康に関する相談コーナーを設けると、身構えてしまう人もいるでしょう。その代わり、毎回2名の職員が会場に入り、参加者の様子をさりげなく確認することで、小さなSOSも見逃さないようにしています」と言います。

開設から2025年度までの9年間で189回開所し、延べ7779人が参加するなど、ふれあい食堂は確実に地域に浸透しました。今後は次の世代のボランティアさんを育て、長く続けることを目指しています。

地域に出向くキッチンカー

ふれあい食堂の活動をより広域で展開しようと、2023年に始めたのがキッチンカー事業です。食堂に来ることが難しい地域に出向き、食事を提供できることが導入の理由でした。中古のキッチンカーを購入し、屋根にはソーラーパネルを搭載。蓄電池を備えているため、災害時などには電力供給の支援も可能です。

現在は老人クラブや自治会からの予約を受け、カレーライスなどの軽食を提供しています。職員がキッチンカーで出向くことで、気軽に相談できる雰囲気が生まれ、地域で支援を必要とする人の情報収集にも役立っています。また、児童センターの依頼に応じ、子どもたちに飲み物などを無償で提供する「こども食堂」の役割も果たしています。石川さんは「『走る地域食堂』として、今後は高齢者以外の支援にも力を入れ、活動の場を広げていきたい」と目標を語ります。

さまざまな人が集い、共に食を楽しむ地域食堂の取り組み。そこから新たな交流が生まれ、困難を抱える人の支援にもつながっています。「食が人を呼ぶ力は大きい」という石川さんの言葉通り、温かなカレーライスが人と人とをつなぎ、地域を支える確かな力になっています。



カレーライスを渡す役割は、地域活動支援センターの利用者さんが担っています



NPO法人ポレポレが販売する種類豊富な惣菜も、集客に一役買っています



ポップなデザインのキッチンカー。2023年から2025年までの3年間で35回出動し、987食を提供しました

社会福祉法人
湧別町社会福祉協議会
紋別郡湧別町中湧別南町911
TEL.01586-2-2197
https://yubetsushakyo.com

2009年に旧上湧別町社会福祉協議会と旧湧別町社会福祉協議会が合併し設立。介護保険事業、障害者自立支援事業など、幅広いサービスを担い、福祉のまちづくりを推進しています。

MY WORK

介護の世界で見出した働く喜び 人と関わる楽しさが仕事の原動力に

人と深く関わり、生活や生命を支える仕事は、大きなやりがいを与えてくれます。ホテルマンから転身し、利用者さん一人一人に合わせた細やかなケアを実践する介護職員に、福祉の仕事の魅力や働く上で大切にしていることを聞きました。



高校時代に甲子園出場を果たすなど、野球選手として活躍した丸山さん。体を動かすことが得意なため、介護技術をスムーズに身に付けることができたといいます

ホテルマンから介護職員に

湧別町の芭露地区にある「サポートセンターばろう 湖水の杜」は、地域密着型介護老人福祉施設や小規模多機能ホームなど、複数の機能を持つ地域の福祉拠点です。丸山啄矩（まるやまたく）さんは地域密着型介護老人福祉施設で、利用者さんの日常生活の支援や身体介助を担当しています。

人と触れ合うことが好きだという丸山さんは、高校を卒業後、地元のホテルに就職。フロント業務を担当し、さまざまな宿泊客と関わる中で、介護の仕事に興味を持つようになりました。「高齢のお客様と接することが多く、次第にそうした方の力になりたい、サポートする仕事をしたいと考えるようになりました」

介護の仕事に魅力を感じた丸山さんは、25歳の時に知り合いが勤務していた湖水の杜に転職しました。「福祉や介護の仕事はまったくの未経験だったので不安もありましたが、先輩職員の『経験がなくても周囲がサポートするので大丈夫。働きながら介護福祉士の資格も取れる』という言葉に励まされ、挑戦することを決めました」と振り返ります。

入職後は、現場での実践を通し、介護の技術や知識を学んでいきました。苦労をしたのは、利用者さん一人一人の生活歴や価値観、身体状況などを覚え、その人に合ったケアを行うことでした。先輩職員に教えてもらいながら利用者さんの情報を把握し、ケアに生かせるようになっていきました。また、介護福祉士の国家資格は、筆記試験対策にアプリを活用し、28歳の時に取得しました。

その方らしい生活を支援

丸山さんが心がけているのが、利用者さん一人一人の気持ちや状況に寄り添い、その方らしい生活ができるように支援することです。その大切さを実感し、意識を変えるきっかけになった出来事がありました。「ある利用者さんとうまく意思疎通ができず、いつも怒られていました。その利用者さんと良い関係性を築いている先輩職員がいたので、接し方を観察してみると、相手の興味のあることを話していることに気づきました。自分も利用者さんの興味のあることや好きなことを話題にすれば、心に響くかもしれないと実践したところ、関係性がとても良くなりました。これはとても貴重な経験でした」

同施設の利用者さんの平均年齢は約90歳。認知症のある方が多く、介護度も高いため、細やかな配慮が求められます。丸山さんは、ケアプランに沿った支援ができているか、心や身体の状況に変化はないか、常に注意を払っているといいます。疑問や迷いがある時は周囲の職員にも相談し、より良いケアを追求しています。

ご家族の言葉を支えに

利用者さんとの何気ないコミュニケーションに、やりがいや喜びを感じるという丸山さん。今でも、その方に合ったケアの在り方を試行錯誤することがありますが、「ありがとう」という利用者さんの言葉や笑顔に、元気をもらっています。

仕事を続ける上で、心の支えになったのが、入職1年目の経験でした。「ある利用者さんのご家族から、『頼りにしているよ』と声をかけられたことがありました。経験が浅い自分でも頼ってくれる人がいることに責任の重さを感じるとともに、利用者さんやご家族の期待に応えるため、何としても仕事をやり遂げようと思えた瞬間でした」

近年は介護現場でのICTの活用が進んでいます。湖水の杜では、睡眠時の見守りシステムなどを導入し、夜間勤務の負担軽減を図っています。丸山さんは「ICTの導入で生まれたゆとりを、利用者さんと向き合う時間に充て、ケアをより充実させることを重視しています」と話します。



利用者さん一人一人の思いや生活背景、身体状況に合わせた個別ケアを重視しています

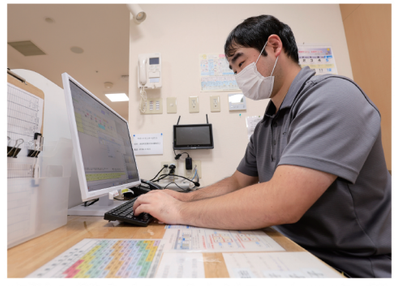


前職で接客マナーや丁寧な言葉遣いを学んだ経験が、利用者さんと接する際に生かされています

働く喜びがきっと見つかる

現在、丸山さんが課題に感じているのが、積極的に発言や行動をする姿勢です。上司や先輩の指示を待つだけではなく、率先して自分の考えを示し、実践することを目標にしています。入職から6年になり、今後はリーダーとしての役割も求められるため、スキルを磨き、後輩にとって良いロールモデルになることを目指しています。

異業種から介護の世界に飛び込み、働く意義を見出した丸山さん。人と関わることが好きなら、介護の仕事を楽しいと思える時がいつか訪れる、と言います。「利用者さんが名前を覚えてくれただけでも、喜びを感じられるのがこの仕事の魅力です。悩むことがあっても、誠実に仕事に取り組めば、認めてくれる人、支えてくれる人が必ず現れます。誰かの力になりたいという気持ちを大切に、これからも利用者さんと向き合い続けたいと思います」



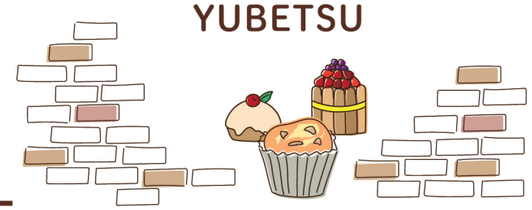
2年前から、感染委員会のメンバーを務めています。2026年は感染マニュアルと動画を作成し、感染対策の徹底を呼びかけました

社会福祉法人 湧別福祉会
サポートセンターばろう 湖水の杜

紋別郡湧別町芭露2334-2　TEL.01586-4-5525　https://yubetsu-f.jp

旧湧別福祉会と旧上湧別福祉会が合併し、2024年7月に新たに湧別福祉会を設立。多様な介護サービスを提供し、地域の高齢者福祉を支えています。2014年開設のサポートセンターばろう湖水の杜は、地域密着型介護老人福祉施設、小規模多機能型居宅介護、在宅支援住宅の機能を持ち、幅広い福祉ニーズに応えています。





故郷への愛情が詰まった洋菓子店

パティスリー コマンス

札幌市の洋菓子店などで経験を積み、
故郷の湧別町で自分の店を開いた洋菓子職人がいます。
開店までの道のりや洋菓子作りへのこだわり、
地域貢献への思いなどを聞きました。

町で唯一の洋菓子店

ホタテ養殖やタマネギ栽培など、1次産業が盛んな湧別町。国道242号沿いに立つ「パティスリー コマンス」は、地元出身の野田嘉斗（のだかいと）さんが営む、町で唯一の洋菓子店です。

小さい頃から甘いものが好きだった野田さんは、高校卒業後、「お菓子を作る仕事をしたい」と、札幌にある製菓専門学校に進学。洋菓子作りの技術を中心に学んだ後、洋菓子店や洋食店、イタリアンレストランで働き、経験を積みました。

やがて、野田さんの中で「自分の店を持ちたい」という思いが大きくなっていきました。ちょうどその頃、湧別町で地域の活性化に携わる「地域おこし協力隊」の募集を知り、故郷に戻ることを決意しました。「当時、湧別町には洋菓子店がありませんでした。地域おこし協力隊として故郷のために働きながら、開業を目指そうと考えました」

26歳で湧別町に戻った野田さんは、町のPRや移住事業の支援などに従事。地域との関わりを深めながら、少しずつ開店準備を進めました。3年間の任期を終え、2020年10月末に「パティスリー コマンス」をオープン。開店からしばらくは店の前に長い行列ができ、午前中にほとんどの商品が売り切れるほど人気を集めました。

地域性と個性を打ち出す

野田さんが作るのは、種類豊富なケーキと焼き菓子。素材にオホーツク産の小麦粉や湧別産の塩などを使い、地域色を打ち出しています。また、旬の食材を取り入れることで、四季折々の味わいを楽しんでもらえるようにしています。

人気が高いのは、手頃な価格のシュークリームやオリジナルのモンブラン。新作や季節限定の商品を楽しみにする常連客も多く、「おいしかったよ」という言葉が、野田さんの励みになっています。当初は、ショートケーキやチーズケーキといった親しみのある商品が中心でしたが、徐々に自分らしい個性を出すようになっていきました。

「大切にしているのは、食材をいかにうまく組み合わせて味のハーモニーを生み出すか、ということ。例えば、洋ナシとキャラメルを組み合わせたケーキでは、キャラメルの風味が洋ナシと調和するように何度も試作し、納得のいく味に仕上げました。基本のレシピにアレンジを加え、ケーキ作りで個性を表現することに楽しさを感じています」



「シュークリーム」（270円）は、ザクザクとした食感の皮と濃厚なクリームの風味を楽しめます

地元への貢献を目指して

地域に根ざした洋菓子作りを続ける中で、湧別町でさまざまな農産物や質の高い乳製品が生産されていることを知り、町の魅力を改めて感じたという野田さん。また、湧別商工会青年部に加わったことで、人とのつながりが生まれ、地域の祭りやイベントへの出店など、活動の幅が広がっていきました。

野田さんは、地域の子どもや若い世代に、洋菓子職人になる夢をかなえた自分の経験を伝え、将来の進路を考える手助けをしたいと考えています。そのため、中学生や高校生の職場体験の受け入れや、職業紹介イベントへの協力なども積極的に行っています。「さまざまな選択肢があることを知ってもらうきっかけになれば」と、地域の未来を担う人たちへの思いを語ります。

湧別町をこよなく愛し、地域貢献を目指す野田さん。「今後は地元の素材を使った、ここでしか味わえないような商品を作り、地域おこしにつなげたい」と目標を話します。その実現に向けて、これからも人とのつながりを育みながら、「自分らしい味」を追求していきます。



秋は洋ナシやサツマイモ、冬はチョコレートや紅茶を使ったケーキが登場予定



毎朝7時から仕込みを始め、さまざまなケーキや焼き菓子を作っています





左/「モンブラン」（520円）はラム酒を効かせた大人の味わい　右/ほんのりとした塩味が後を引く「オホーツクの塩プリン」（390円）

湧別立ち寄りグルメ



お食事処リボン

湧別漁港の近くにある老舗の食事処。特産の活ホタテを使った「ホタテ定食」（2,200円）と「ホタテちらし」（1,760円）は、ホタテの水揚げがある3月中旬から12月中旬までの提供。冬季はカキを使ったメニューが登場する
紋別郡湧別町緑町165　TEL.01586-5-2406
11:00～19:00　不定休



つららSHOPシバレ

自社で製造するこだわりの塩やラーメンを販売。海水をじっくり煮詰めて作る「オホーツクの塩」（702円）は、ミネラル豊富でまろやかな味。オホーツクの塩ラーメン（410円）、オホーツクかに味味噌濃熟ゴールドラーメン（421円）
紋別郡湧別町栄町37-25　TEL.01586-5-3703
9:00～17:00　土曜・日曜・祝日休

※情報は9月取材時点のものになります

パティスリー コマンス

紋別郡湧別町上湧別
屯田市街地199-1
TEL. 01586-8-7700
10:00～19:00　火曜休

https://www.instagram.com/patisserie_commence







左/店主の野田さんは、湧別町に洋菓子店がなくなってしまったのを寂しく感じていたことから、自分の店を開くことを決意しました　中/パウンドケーキやフィナンシェなどの焼き菓子も人気　右/店前の自動販売機でも焼き菓子を販売しています

SHIAWASE クロスワード

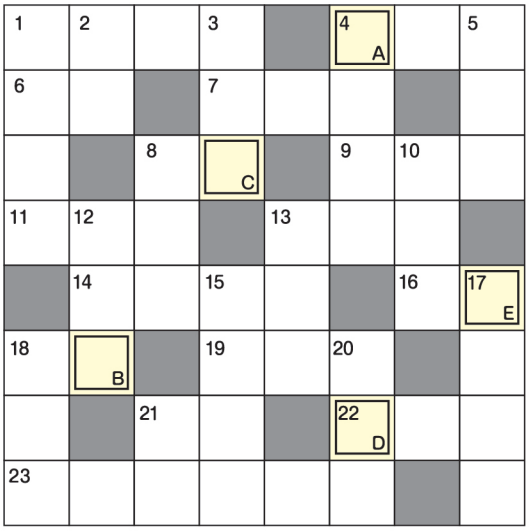
Q.二重マスA〜Fでできる言葉は何でしょう？

[タテのカギ]

1 エスコンフィールドHOKKAIDOに近い新駅の名称が「F○○○○駅」に
2 ことわざ。名を捨てて○○を取る
3 新雪が積もると○○○場がオープン
4 道内最西端の空港は○○○○空港
5 今年3月の深川-石狩沼田間の運行終了で全線廃止となった、JR○○○本線
8 ♪もう○○○寝ると、お正月〜
10 15日間の大相撲の場合だと8日目のこと
12 散歩を楽しめるよう整備された○○○道
13 タテ・ヨコに曲がって進む、○○○くじ
15 夕張、三笠、美唄などで栄えた産業
17 忍者の中でも女性を指して
18 ニワトリの頭にある「鶏冠」
20 寝ずに朝まで、仕事でも遊びでも
21 ライラックの別名

[ヨコのカギ]

1 エコノミー＜？＜ファーストクラス
4 石原裕次郎さんが幼少期を過ごした市
6 人が並ぶと自然にできていきます
7 手がパンチなら、足は？
8 目を英単語で表記した時の1文字目
9 剣道で使う武器
11 放課後に通って勉強
13 「在り処」の読み方は？
14 現世やセミの抜け殻を意味する「空蝉」
16 釣った魚を入れるカゴ
18 不動産表示で○○1分は80mの決まり
19 人に接する態度に現われる気風や性質
21 「利己」の反意語
22 タンチョウが多く生息する釧路管内の村
23 湧別町の遊園地にある日本最北の乗り物サロマ湖を一望できます



こたえ

A	B	C	D	E

作：石田竹久



どうぶつマグネットとクリップセットを20名様にプレゼント！

あかしあ労働福祉センター木工課では、旭山動物園（旭川市）の動物たちをモチーフにした木工製品を、一つ一つ手作りしています。木のぬくもりが感じられる、かわいい「どうぶつマグネット」（5個セット×3）と「マグネットクリップ」（6個）のセットです。ぜひご家庭や職場でお使いください。
※包装のデザインは変更になる場合があります。

【お問い合わせ】社会福祉法人あかしあ労働福祉センター（旭川市末広2条13丁目6-17）TEL.0166-57-0888

※夏（7月）号の答えは「ソウヤミサキ」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11月30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。

読者さんからのお便り Voices

夏号（147号）を読んで

- 事前に災害時の被害や対応を知っておくことが重要だと感じました。「自分の職場は大丈夫である」という油断を、ディグを通して少しでも減らしていけるのではないかと考えさせられました。（江別市･Mさん）
- 私の勤め先の看護師も長く病院勤務で、今回が初の介護施設とのことで、言葉にはしないけれど大変なことも多いのだろうと気付かされました。他職種同士互いに立場を尊重し、思いのすり合わせをしながら「利用者さんの生活を支える」という目的に向かっていきたいと、改めて強く感じました。（札幌市･Fさん）
- 道民として北海道の食文化には興味があります。何年か前に稚内市に行きました。私が住んでいる南の海とはちがい、寒風の中作られる加工品が食べたくなりました。（室蘭市･K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。

2027年2月19日(金)10:00〜16:00
ティーチング･コーチング実践研修〜シーンと習熟度による使い分け〜（中堅職員･管理職員向け）

福祉のしごと就職フェアのご案内　60法人出展予定

福祉･介護の仕事に関心のある方ならどなたでも参加できます

福祉の職場へ就職を希望される方へ向けて、仕事の魅力や具体的な情報提供を行っています。
就職をお考えの方、関心のある方はお気軽にお越しください。

【開催日】　12月12日(土) 9:30〜14:00
　　9:30〜10:30 PRタイム / 10:30〜14:00 個別面談
【会　場】　札幌ビューホテル大通公園（札幌市中央区大通西8丁目）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

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

SHIAWASE vol.148　2026年10月31日発行　編集：㈱北海道新聞HotMedia　印刷：メディック株式会社