

# ともいき 共生

TOMOIKI

すべてのいのちに寄り添い、共に生き続ける

新春号

2026年1月  
Vol.18

社会福祉法人  
札幌慈啓会 広報誌

## 特集

### 理事長ご挨拶

### 法人創立100周年記念レポート 2~4P

- 100周年記念行事、各拠点での祝賀の様子 ..... 5P
- スタッフ紹介 ..... 6P
- 法人ビジョン2025、後援会入会のお願い、苦情報告  
..... 7P
- 健康コラム、簡単レシピ ..... 8P



啓明ともいき保育園



札幌慈啓会 理事長  
太田 眞琴

令和8（2026）年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

まず、昨年10月5日に当法人は創立100周年という大きな節目を無事に迎え、記念祝賀会を盛大に執り行うことができました。これもひとえに、ご利用者様、ご家族様、地域の皆様、並びに後援会をはじめとする多くの関係者の皆様からの温かいご支援の賜物であり、あらためて深く感謝申し上げます。

また、法人ビジョン2025「人とつながる未来へつなげる」を策定し、広く公表いたしました。

これからの社会に求められる福祉・医療・保育の姿を見据え、地域の皆様との連携をより強くしながら、次の100年に向けた新たな歩みを進めてまいります。

近年の社会情勢は急速に変化し、福祉・医療・保育を取り巻く環境も大きな転換期を迎えております。

しかしながら、私たちの使命は変わることなく、「その人らしい生活」を支えるための質の高いサービスを提供し続けることであります。

これからも、ICT活用や人材育成、多様な人材の活躍推進など、時代に即した取り組みを進めながら、地域の皆様とともに歩む法人であり続けたいと考えております。

職員一同、皆様の声に丁寧に耳を傾け、一人ひとりに寄り添う専門性と温かさを大切にしながら、福祉・医療・保育の各分野に真摯に取り組んでまいります。

結びに、本年も変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

## 第27回 福祉・病院 学会

令和7年10月5日（日）、京王プラザホテル札幌にて「創立100周年記念第27回福祉・病院学会」を開催し、216名の皆様にご参加いただきました。テーマは「人とつながる未来へつなげる～札幌慈啓会100年の軌跡と向き合うべき社会課題～」。

100年の歩みを振り返りながら、地域の医療・福祉の未来を考える貴重な機会となりました。当日は新たに「札幌慈啓会法人ビジョン2025」をリリース。経営企画部長の蝦名真より今後の方向性を発表し、札幌大谷大学学生と連携制作したビジョンストーリー映像も上映されました。シンポジウムでは6名の専門家が登壇し、高齢化社会の課題、医療と福祉の連携、終活支援など多角的に議論が交わされ、活発な意見交換が行われました。100周年という節目を迎え、私たちはこれからも「人とつながり、未来へつなげる」理念を胸に、地域とともに歩んでまいります。ご参加・ご支援いただいた皆様に心より感謝申し上げます。



## 物故者慰霊追悼法要

令和7年9月30日（火）午後2時より、慈啓会に隣接する「浄土宗藻縁山観音寺」様において、「法人創立100周年記念物故者慰霊追悼法要」を厳かに執り行いました。札幌慈啓会は、藻岩山の登山道入口に「札幌養老院」を創設したことに端を発します。

本法要は、慈啓会各施設でご利用中にご逝去された方々、ならびに歴代の職員で亡くなられた方々を追悼し、供養するものです。

当日は穏やかな秋晴れに恵まれ、施設入居者様、行政関係者の皆様、地域の皆様、職員遺族代表、法人役員、職員など総勢42名が参列。浄土宗北縁山新善光寺副住職・太田真海上人を導師に、9名の僧侶により心を込めてご供養申し上げます。



# 創立100周年記念祝賀会 開催のご報告

令和7年10月5日（日）、京王プラザホテル札幌2階エミ  
ネンスホールにおいて「社会福祉法人札幌慈啓会創立  
100周年記念祝賀会」を開催いたしました。

当日は、ご来賓・ご招待者・職員あわせて408名の皆  
様に臨席いただき、当法人の100年の歩みを振り返り、  
未来への歩を共有する温かなひとときとなりました。

祝賀会は、産学連携の取り組みとして札幌大谷大学の学  
生の皆さまに制作いただいた「慈啓会100年のあゆみ」ム  
ビーの上映から始まりました。

続いて、専務理事 今真一の開会のことばののち、理事長  
太田眞琴より、これまでのご支援への感謝と、次の時代に  
向けた決意が述べられました。

式典では、多くのご来賓の皆さまより心温まる祝辞を頂戴  
いたしました。

・浄土宗総本山知恩院門跡 伊藤唯眞 猊下  
（メッセージ代読：浄土宗清璋寺住職 太田光顕上人）  
・北海道知事 鈴木直道 様  
（代理：北海道保健福祉部長古岡昇 様）



大山 知子 様



今 真一 専務理事



松寿 庶 様



太田 眞琴 理事長



細井 宏俊 様



太田 光顕 上人



高橋 松一郎 様



古岡 昇 様



太田 真海 副理事長  
（ご登壇順）



山本 健晴 様



塚本 泰司 様

・札幌市長 秋元克広 様  
（代理：札幌市副市長 山本健晴 様）  
・北海道社会福祉協議会 会長 塚本泰司 様  
・全国老人福祉施設協議会 会長 大山知子 様  
・株式会社福祉新聞社 代表取締役社長 松寿庶 様  
また、当日は多方面より祝電や祝花も多数お寄せいた  
き、地域の皆さまとの深い縁を改めて実感する機会とな  
りました。

祝杯の発声は、浄土宗社会福祉協会 理事長 細井宏俊 様  
に務めていただき、続いて、記念ロゴおよびムービー制作に  
携わった札幌大谷大学 芸術学部・美術学部の学生6名の紹  
介と記念品贈呈を行いました。

宴席では、弦楽四重奏ユニット「アンサンブル・ポヌール」  
様による演奏が場を彩り、引き続き、札幌慈啓会後援会会  
長（カネシメ高橋水産株式会社社長） 高橋松郎 様の乾杯  
の発声により、和やかで心温まる祝宴となりました。

閉会のことばは、副理事長 太田真海が務め、多くの皆さ  
まの拍手に包まれながら盛会のうちに幕を閉じました。

## 100周年を祝う 各施設の記念風景



慈啓会ふれあいの郷養護老人ホーム



特別養護老人ホーム札幌市稲寿園

### 札幌市菊寿園

札幌市菊寿園では10月3日（金）に、  
法人の創立100周年を記念して茶話会  
を開催いたしました。入居者の皆さま  
には、コーヒーやお茶などの飲み物と  
ともに、給食業務を委託している㈱日総様よ  
りご寄贈いただいたケーキや当施設の管理栄養士特製のアイ  
スを楽しんでいただきながら、札幌慈啓会のこれまでの歩みを  
まとめたDVDをご覧いただきました。皆さん創立当初の古い  
映像に、自身が生まれた時の記憶を重ねて「懐かしいね」「自分  
の生まれたところでは～」など、思い出話を花を咲かせていま  
した。限られた時間ではありましたが、100年という歴史の重さ  
を感じつつ、穏やかで楽しいひと時を過ごすことができました。  
会の最後には、ささやかではありますが園で用意した記念品を  
皆さんにお渡しして、希望された入居者の皆さまと職員で記念  
写真を撮影しました。



### 慈啓会特別養護老人ホーム



### 慈啓会老人保健施設



### 札幌市拓寿園



### 慈啓会養護老人ホーム

慈啓会養護老人ホームは大正14年  
10月5日に開設された「札幌養老院」  
がはじまりになり、今年で100周年を  
迎えました。養護老人ホームでは、9月  
の『敬老・100周年記念祝賀会』に合わせてご利用者様と職員が  
協力し、新たな慈啓会法人のロゴマークを貼り絵で作成いた  
しました。他にも、養護作成の『秋桜たより』に大正時代の写真を  
載せた事で、ご家族やご利用者様から、「こんなに古い写真があ  
るのですね。」「歴史のある施設ですね。」「とお話をいただく事  
も多かったです。10月3日には100周年を祝い、園内喫茶を開催  
しました。札幌市内で一番古い老人施設として、これからも皆様  
と歴史を綴っていけるように、日々を大切に過ごしていければと  
思っております。



札幌慈啓会は100周年を迎え、未来を見据えた「法人ビジョン2025」を策定しました。2022年9月から2024年1月まで、法人内の様々な拠点・年代の職員によるプロジェクトを組織し、のべ17回の議論を重ね素案を作成。全職員への2回の意見募集を経て完成。慈啓会が地域にどのように貢献し、職員がどのような役割を果たすかを皆で考え抜いた、想いのこもったビジョンです。

# 100<sup>th</sup> ANNIVERSARY 法人ビジョン2025

VISION(ビジョン) わたしたちが実現したい未来

～人とつながる 未来へつなげる～

VALUE(バリュー) わたしたちがお約束する価値

## 慈啓会が大切にしている5つのために

|         |                                                                                                |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 皆様のために  | 私たちは、常に皆様に寄り添い、一人ひとりの悩みや問題に対して心を込めて向き合い、共に解決へ向かって歩みます。また、それぞれに配慮した安心/安全なサービスを提供いたします。          |
| 地域のために  | 私たちは、100年を過ごしてきたこの地域において、これからも様々な課題に積極的に取り組んでゆきます。また、地域にしっかりと根ざし、力を合わせて守り、支えてゆきます。             |
| 成長するために | 私たちは、職員が良質なコミュニケーションを取ることで充分な信頼関係を育み、お互いを助け合える「働きやすく」「働きがいのある」職場環境を作り、理論と実践を重ねて成長しチームワークを高めます。 |
| 輝くために   | 私たちは、日々の業務に真摯に取り組む、常に学び向上心を持って自己研鑽に努めます。より良いサービスの提供を目指し、個々の長所を活かした最高のパフォーマンスを発揮します。            |
| 未来のために  | 私たちは、「福祉・医療・保育のトータルケア」をこれからも途切れること無く提供してゆきます。安定した経営、運営によって事業継続を行い、常に未来に向かってチャレンジを続けてまいります。     |

MISSION(ミッション) わたしたちが果たすべき使命

「その人らしさ」を尊重し思いを受け止め、お互いに「ありがとう」と「笑顔」を交わせる安心な毎日を提供いたします。

個人や地域の困りごとに情熱をもって向き合い、慈啓会が持つあらゆるサービスでご利用者様やご家族様に寄り添い、人生を彩り豊かにします。

未来にはばたく子ども達の心豊かな成長をご家族様と共に支えます。

## 後援会入会のお願い

社会の高齢化が進み、高齢者福祉の必要性、重要性が高まるなか、会員の皆様のご協力、ご支援は慈啓会の運営において大きな支えとなっております。

慈啓会後援会では、一人でも多くの方の新規ご加入をお待ちしております。

札幌慈啓会後援会事務局 TEL:011-561-8291

|                                          |                                                                |
|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 苦情報告の公表について                              | 令和7年4月から令和7年9月までにいただいた苦情は以下のとおりです。                             |
|                                          | 苦情件数: 1件                                                       |
|                                          | 申出内容: 敷地内駐車場の使用について (1件)                                       |
|                                          | 対応: 速やかに状況の確認と内容の検討を行い、対応を行いました。また、申出者に対してご説明や謝罪等の対応をいたしております。 |
| 第三者委員会: 令和7年12月17日(水)に苦情解決第三者委員会を開催しました。 |                                                                |

慈啓会病院



## インドネシア出身のスタッフ紹介

こちらのコーナーでは慈啓会で働いているスタッフを紹介させていただきます。どこかで見かけたらよろしくお願ひいたします。

リズキ ドゥウィ  
プラセティヨ さん



日本に来た理由は、もっと新しい経験を見つけないかと思ったからです。高校生の頃から日本に行ってみようとして考えていたからです。また、日本の安全性や規律、ルールを守る文化が好きです。

札幌に来て驚いたのは、街がとても広く、公園が多いことです。雪が降ると雪だるまを作れることもできてとても楽しい思い出です。好きな食べ物は辛いラーメンです。将来の夢は、都市で有名な老人ホームで働くことです。

そのために必要な介護の経験が出来たので、インドネシアに帰ったあと、その経験を生かして夢を実現したいと考えています。

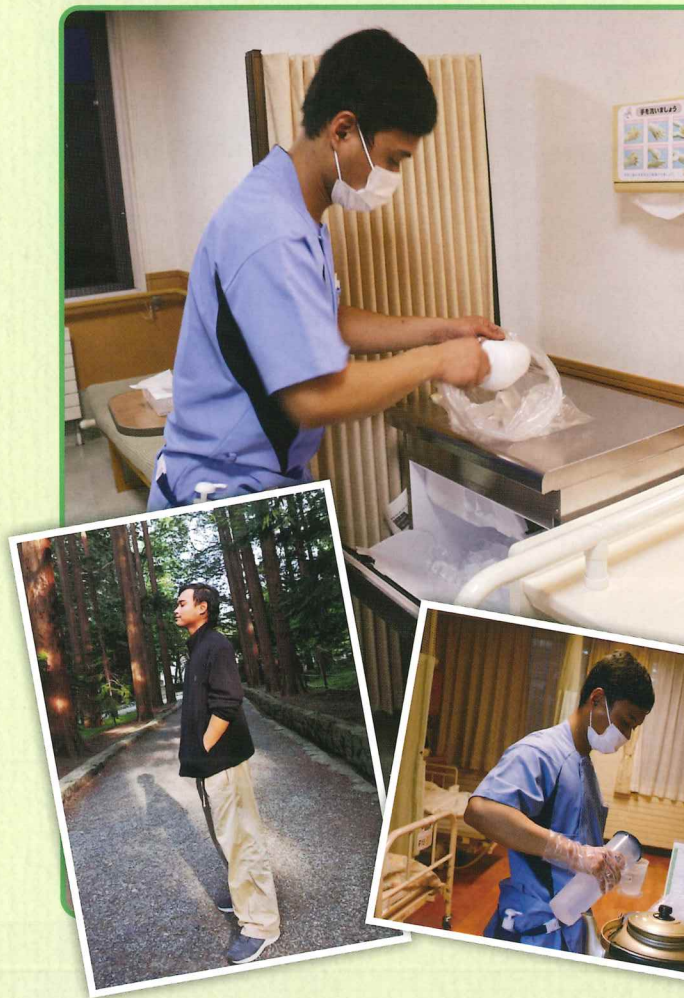


オギ アディトゥヤ  
プトゥラ さん



私はインドネシア出身のオギです。日本に来ようと思ったきっかけは、日本で仕事をしたいという夢が前からあったからです。そして妹の学費を支えたいという思いがあったからです。札幌に来てまず驚いたのは、とても寒い気温と、美しく整った街です。でも、雪がある街はとてもきれいで、寒いけれど少しうれしくなります。好きな食べ物はうどん、すし、ラーメンで、日本の味がとても自分に合っていると思います。

将来の夢は、自分のアパートを建てて、その場所でバクソ（インドネシアの国民食）の食堂を開くことです。日本での経験を生かしなが、その夢に向かって努力していきたいと思っています。



# 冬の運動不足を 解消しましょう!!



慈啓会老人保健施設  
理学療法士 藤本 茂幸

## POINT!

- 目安10～20回
- その日の体調に合わせて、無理のない範囲で取り組みましょう。
- 痛みが出たらすぐに中止し、かかりつけ医などの専門家に相談しましょう。

冬の寒い時期は誰でも外出するのが億劫になります。特に寒冷地では、雪道で転倒する恐れがあるため、外出機会が減少する傾向があり、ついつい運動不足になりがちです。

ある研究によると、2週間という短い期間でも足を全く動かさないと、筋力が若者で28%、高齢者では23%低下することが証明されています。また高齢者の場合、たった2週間の運動不足によって落ちてしまった筋力を元の状態に戻す為には、6週間以上必要といわれています。

そこで今回は、立ち座りの動作や歩行に大切な筋肉のトレーニングを紹介したいと思います。冬場の運動不足による筋力低下を予防して、元気に冬を乗り切りましょう!!

### ①お尻上げ運動



仰向けになって  
膝を曲げ、お尻を  
持ち上げます。



### ②もも上げ運動

椅子に座り、太ももをお腹に近づける  
ように持ち上げて、5秒保ちます。



### ③膝伸ばし運動

椅子に座り、片方の膝を伸ばして5秒  
保ちます。つま先が自分の方に向くよ  
うしましょう。



## 野菜プラスで健康寿命もプラス!

施設でもご好評いただいているヘルシーで簡単に調理できる1品を  
ご紹介させていただきます。

## 《シーフードマリネ》

一皿のおおよその栄養価 エネルギー 103kcal、たんぱく質 8.4g

### 【材料】(1人分)

|         |     |
|---------|-----|
| ・ボイルいか  | 20g |
| ・むきえび   | 18g |
| ・あさりむき身 | 12g |
| ・にんじん   | 20g |
| ・たまねぎ   | 20g |
| ・きゅうり   | 15g |
| ・黄パプリカ  | 5g  |

### 【調味料 (マリネ液)】

|          |       |
|----------|-------|
| ・酢       | 4g    |
| ・砂糖      | 0.8g  |
| ・塩       | 0.1g  |
| ・こしょう    | 0.02g |
| ・オリーブオイル | 4g    |

### 【飾り】

|      |      |
|------|------|
| ・パセリ | 1.5g |
|------|------|



## 簡単レシピ

札幌市菊寿園

管理栄養士 鈴木 亮子

### 【作り方】

- ①いか・えび・あさはそれぞれ茹でておく。
- ②野菜を切る。  
たまねぎ (薄切り)  
にんじん (短冊切りを茹でる。)  
きゅうり (半月縦薄切り)  
黄パプリカ (薄切り)
- ③調味料を混ぜ、マリネ液を作り、バットに入れる。
- ④③に材料を入れて軽く混ぜ、冷蔵庫で1時間程度浸漬する。
- ⑤器に盛り、パセリを飾る。



### ひとくちメモ

ご家庭ではジッパー付きビニール袋等を使  
うと簡単に仕上がります。

お好みでかんきつ果汁や粒マスタードを加  
えると香りや風味がよいです。

野菜もたっぷり摂れますので是非お試しください。

### 表紙題字揮毫:「共生」

長谷川白羊 (はせがわはくよう) 書。

昭和4年札幌市生まれ。本名・悦 (よしつぐ)。法政大学文学部卒。  
昭和35年山口子羊に師事。平成2年「札幌と書」(札幌市教育委員)  
に於いて「札幌の書家」百選に選ばれる。平成6年個展開催 (於 札幌  
大丸藤井セントラル)

表紙写真:「啓明ともいき保育園」

### 広報誌「共生」2026年1月 Vol.18

編集発行/社会福祉法人札幌慈啓会

[法人本部] 〒064-0941 札幌市中央区旭ヶ丘5丁目6番51号  
(慈啓会特別養護老人ホーム1F)  
TEL011-561-8291 FAX011-561-8298  
<https://www.sapporojikeikai.or.jp>

