

社協発！ 最終号！
おうちで
楽しめる便
「今までありがとう！」



社会福祉法人
苫小牧市社会福祉協議会

表紙はぬり絵となっています。

最終号 No.47
(3月号)

～もくじ～

- 脳トレ、頭の体操クイズ・・・・・・・・P2～10
- 最終号だよ！復刻問題集・・・・・・・・P11～20
- 脳トレ、頭の体操クイズ、最終号だよ！
復刻問題集の答え・・・・・・・・P21～24
- 社協からのお知らせ・・・・・・・・P25～28
- 地域の皆様へのお礼・・・・・・・・P29～

3月といえば・・・卒業証書を入れるあの筒！

いよいよ「社協発！おうちで楽しめーる便」の最終号となりました。3月は楽しめーる便との別れの季節であり、卒業の季節でもあります。

卒業式では、証書を筒に入れて持ち帰った方も多いのではないのでしょうか。あの筒は「賞状筒」と言うそうです。

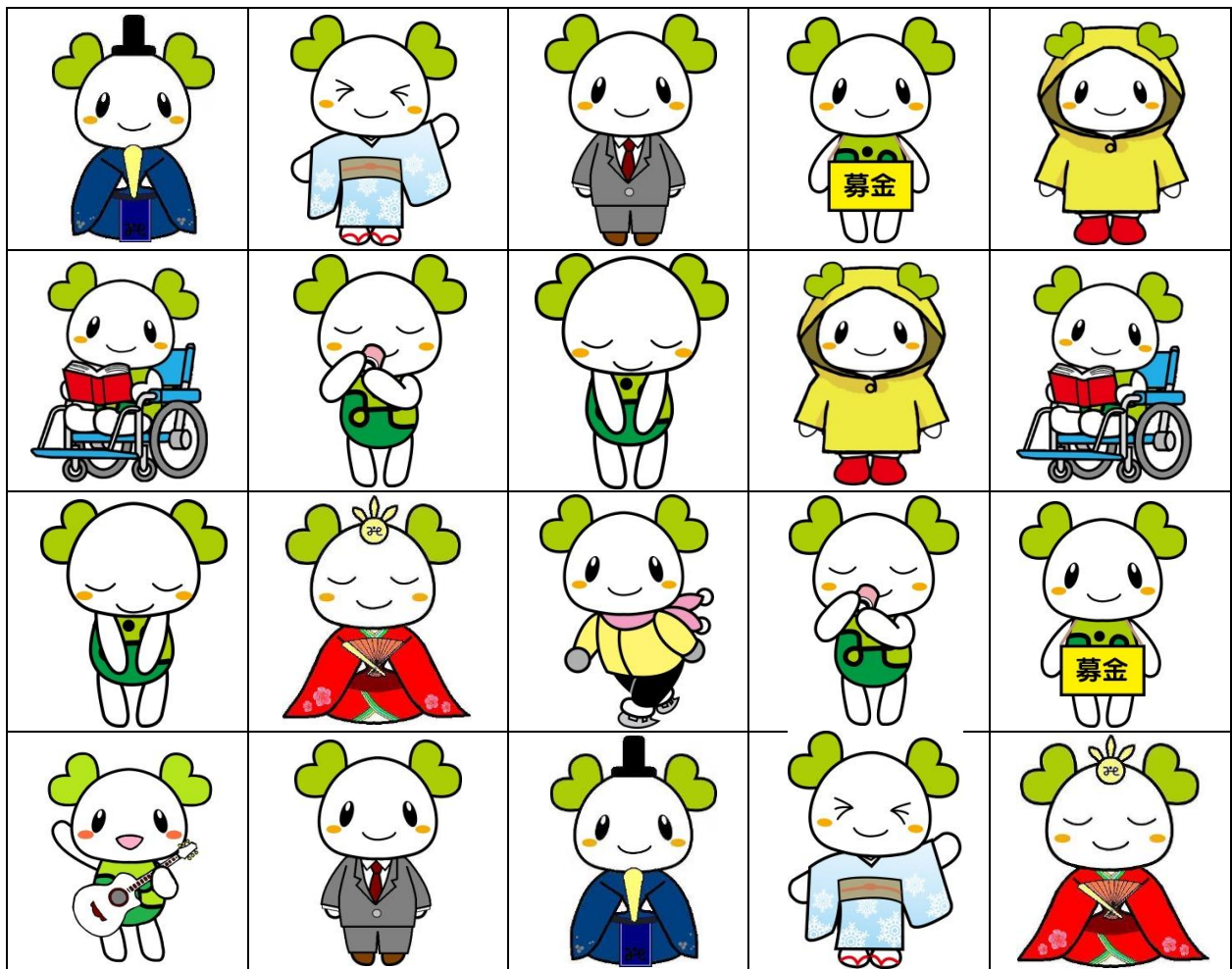
卒業証書自体は明治時代から渡っていたそうですが、明治30年頃に賞状を丸めて渡すようになりました。時代が流れ、昭和35年頃にこの「賞状筒」が登場したそうです。なぜこの筒が使われるようになったかは由来は不明です・・・

ちなみに、筒のデザインは、小林丸筒製作所の小林信雄さんが当時流行っていた「わに革」を採用したのが始まりと言われています。小林さんのセンスが現代でも光っているのかもしれませんがね。



ハートマちゃん ペア合わせ

同じイラストに○を付けましょう。
ペアにならずに残ったハートマちゃんを
空欄に書いて下さい。



残っているのは、

と

楽しめーる便クイズ



☆楽しめーる便にまつわるクイズです。
①～③のどれかに○をつけてください。

I : 今回3月号は、No.何でしょうか。ヒントは表紙を確認してください。

- ① No.45 ② No.46 ③ No.47

II : 楽しめーる便は現在(3月号)何部発行しているでしょうか。

- ① 3800 部 ② 5200 部 ③ 6400 部

III : 楽しめーる便が発行されたのは、何年の何月からでしょうか。

- ① 令和 2 年5月 ② 令和2年8月
② 令和3年3月

IV : 今月号(No.47)で出てくるハートマちゃんの数
数えて下さい。(全ページ含みます)

- ① 38 ② 52 ③ 70

ハートマちゃん

この問題に載っているものも
数に含みます→



V : 楽しめーるの感想を書いてください♪

あるなしクイズ

「ある」の欄にあって、「ない」の欄にない
共通のものを見つけましょう！
言葉をよく見て下さい。

ある	ない
豆腐	白滝
テレビ	アンテナ
サイコロ	おはじき
紙幣	硬貨
折り紙	駒

ヒント1:「ある」の言葉をよく見てみましょう

ヒント2:「ある」の形に注目しましょう

答え：

3人が買ったケーキはどれ

☆ヒントをたよりにして、3人が買ったケーキを当ててください。



ショートケーキ
350円



チョコケーキ
420円



モンブラン
380円



タルト
520円

A



値段が一番高いケーキを買ったよ。

B



これを5こ買うと1900円になったよ。

C



モンブランより高く、タルトより安いケーキを買ったよ。

A

B

C

誰も選ばなかったケーキは…

挑戦！早口言葉

☆下記の文を声に出して読んでみましょう。
表情筋という口周辺の筋肉が鍛えられます！

一人で！

友人や家族と！

サロンのみんなと！

ぜひ挑戦してみてください。

初級①

不幸な 夫婦は 古い服

(ふこうな ふうふは ふるいふく)



初級②

生ナマズ 生ナマコ 生なめこ

(なまなまず なまなまこ なまなめこ)



中級③

青い家をおいおい売る 上へ青い葵を
おいおい植える

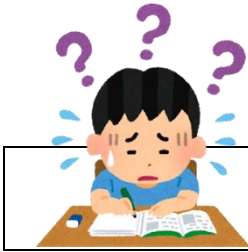
(あおいいえを おいおいうる うえへ あおい
あおいを おいおい うえる)

上級④

この子なかなかカタカナ書けなかったな
泣かなかったかな？

(このこなかなか かたかなかけなかったな
なかなかかったかな？)





64 マス計算



☆横列の数字から縦列の数字を掛けてマスに記入しましょう。

×	5	7	1	4	9	0	6
2							
8							
3							
1							
9							
5							
4							

太枠のマスの数をすべて足してください。

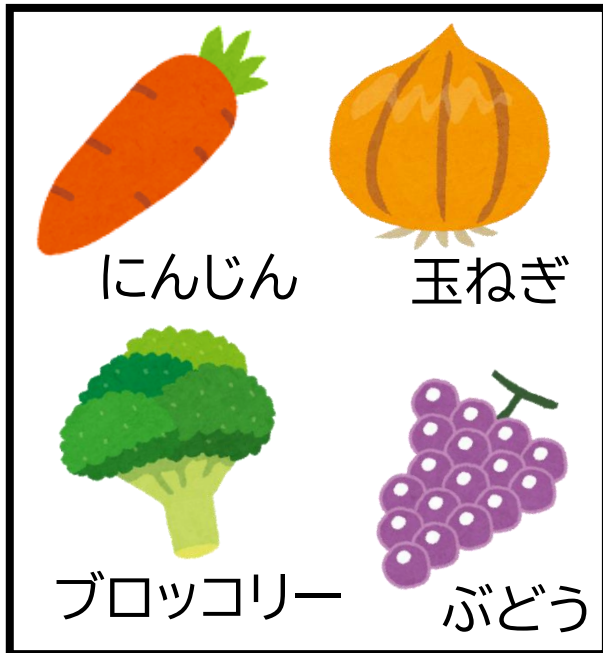
式



仲間外れクイズ

□の4つの文字やイラストの中に、仲間はずれが
あります。仲間はずれを○で囲ってください。

①分類してみてください。



③形に注目してください。



②何かができない生物がいます。



④味に注目してください。





二字熟語問題

漢字

☆下の口に当てはまる漢字を書いてください。

① 想 (よそう)

⑪ 味 (いちみ)

② 歯 (しか)

⑫ 感 (かんち)

③ 度 (おんど)

⑬ 時 (じそく)

④ 化 (あっか)

⑭ 花 (はなや)

⑤ 役 (やくめ)

⑥ 記 (あんき)

⑦ 手 (てそう)

⑧ 田 (ゆでん)

⑨ 意 (たい)

⑩ 実 (じつぽ)

【ヒント欄】

屋
予
他
相

暗
目
科
一

温
知
油

速
母
悪

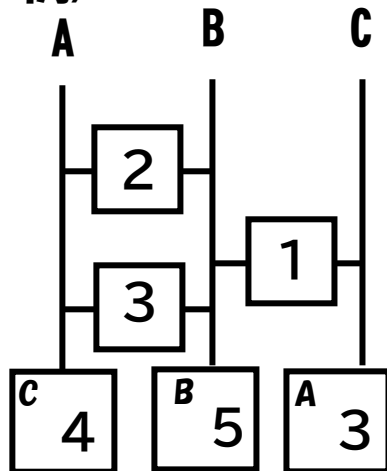
あみだ計算

あみだくじを通る数字を順番に足して進み、
合計の数字を下の空欄に書いて下さい。

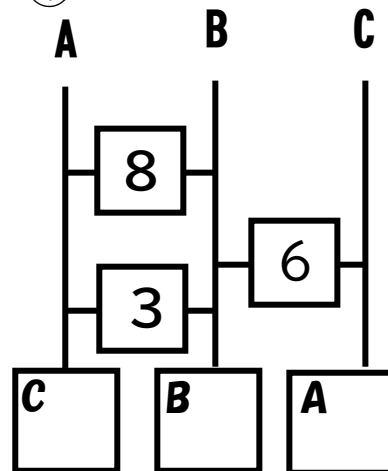
必ず数字を 2 つ通ってください。

問題③のみ数字を3つ通るものがあります。

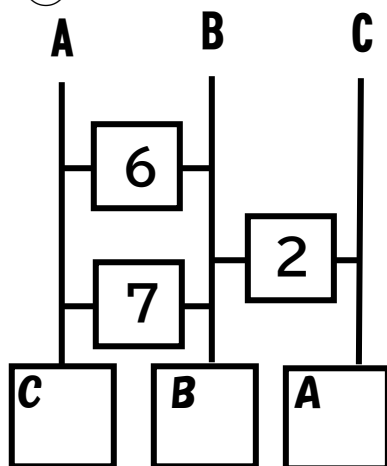
例)



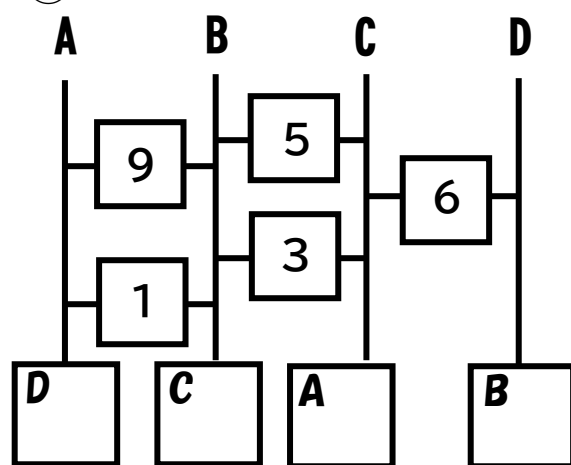
①



②



③



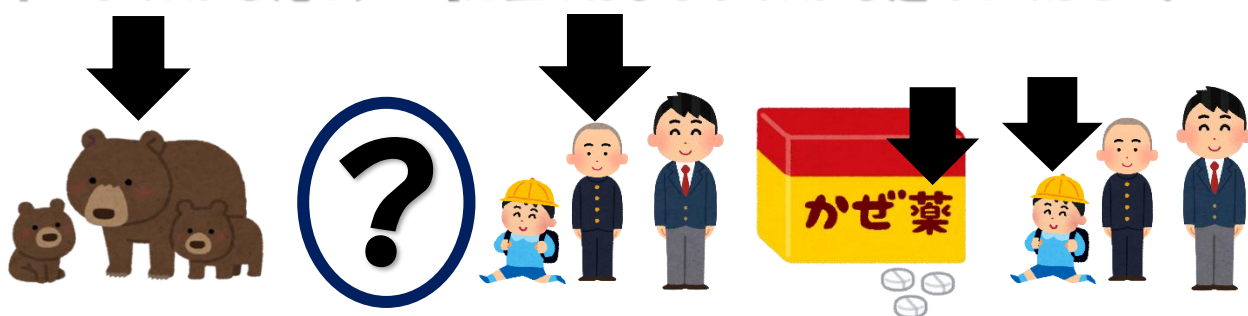
最終号だよ！復刻問題集

「社協発！おうちで楽しめーる便」が最終号を迎えました。
最後ということで、過去に発行されたものから、皆さんに楽しい！
面白い！と思っていただけるような問題を集めました。

イラスト脳トシ！

ある法則でイラストがならんでいます。

下のイラストを見て、「？」に当てはまるイラストを選んでください。



ヒント① 親子のくまの「親」に矢印が付いています。

ヒント② イラストは体の一部を表しています。

ヒント③ それぞれのイラストを言葉にしてみよう。

選択肢（1つ選んでください）

① 人



② 紙



③ 猫



最終号だよ！復刻過去問集②

『この曲だれの曲？』

次の曲を歌っている歌手を下の選択肢から選びましょう。

1980年代

- (1) 初恋 ⇒ _____
- (2) ルビーの指輪 ⇒ _____
- (3) いっせせしなーて ⇒ _____
- (4) ワインレッドの心 ⇒ _____
- (5) 時の流れに身をまかせ ⇒ _____

< 選択肢 >

テレサテン・村下孝蔵・
安全地帯・井上陽水・寺尾聰

いかがでしたか？

日本の歌謡曲の他に素敵な洋楽もありますよね！
みなさんはどんな曲を聞いてらっしゃいましたか？



最終号だよ！復刻過去問集③

単語記憶トレーニング

- ① [] 内のことばを **2 分間** で、できるだけたくさん覚えてください。
- ② **15 ページ** の計算問題を解きましょう。
- ③ 覚えたことばに関する問題 (**15 ページ** 記載) にできるだけ答えてください。

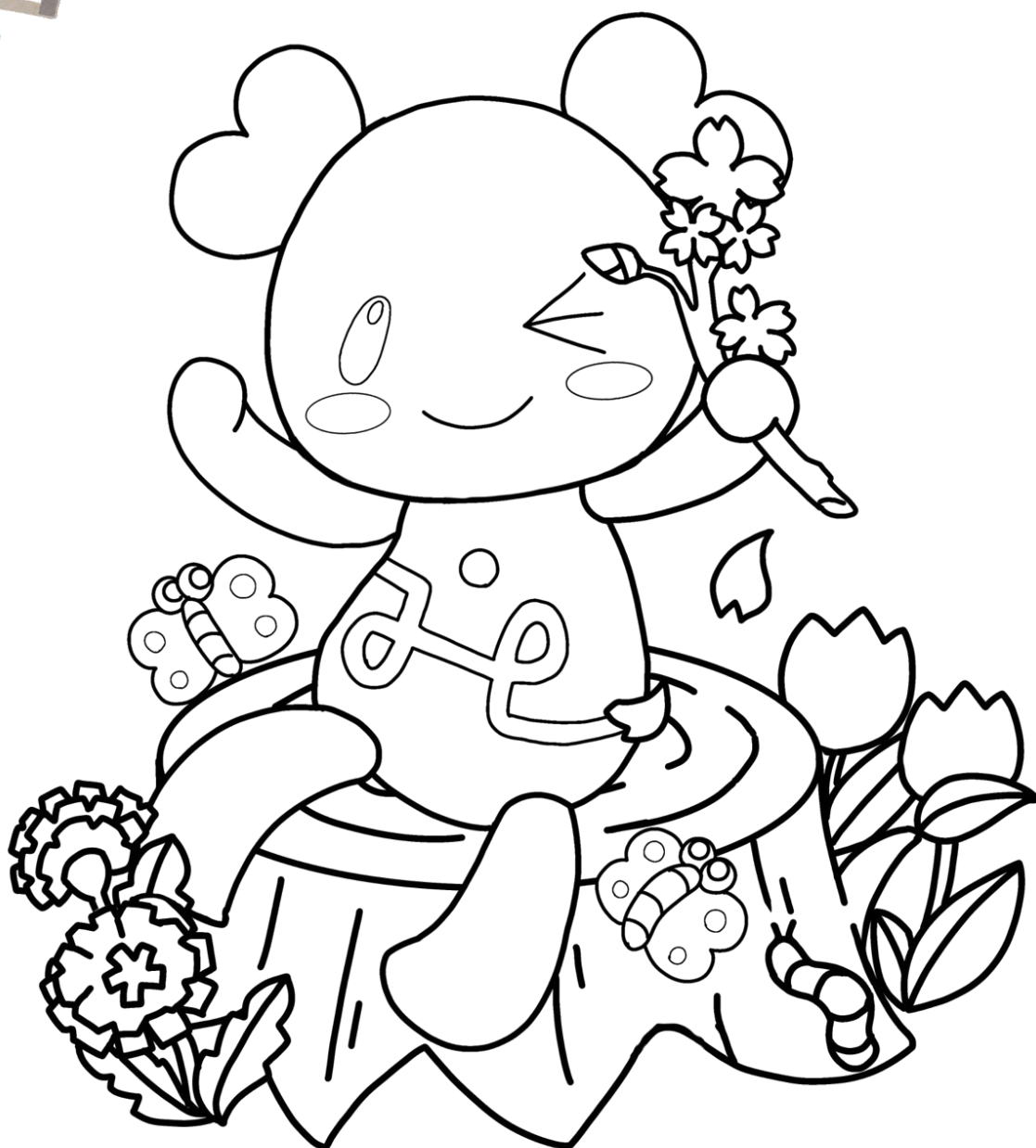


・ イクラ・アナゴ・イワシ
・ ウナギ・カジカ・カツオ
・ カレイ・キダイ・クジラ
・ サザエ・サワラ・サンマ

2 分間 でできるだけ
覚えましょう！



ちょっと一息…
最終号だよ！復刻塗り絵コーナー



ハートマちゃん 春バージョン
令和5年4月(No.36)

次の計算をしましょう。

① $2 \times 8 =$ ② $45 - 12 =$ ③ $56 - 14 =$

④ $70 - 8 =$ ⑤ $5 \times 5 =$ ⑥ $19 + 7 =$

⑦ $6 + 2 =$ ⑧ $8 \times 7 =$ ⑨ $16 - 15 =$

⑩ $15 + 9 =$ ⑪ $7 - 2 =$ ⑫ $30 - 7 =$

①	②	③	④	⑤	⑥
⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫

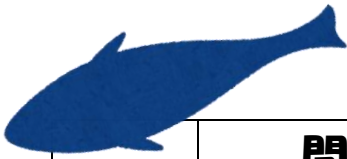
12 ページで覚えた言葉で

違うものに丸を付けてください。

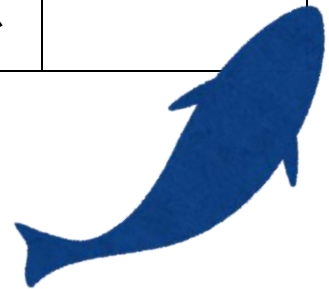
・ イクラ ・ アシカ ・ イワシ
・ ウナギ ・ カジカ ・ カツオ
・ カツラ ・ キダイ ・ クジラ
・ サザエ ・ サクラ ・ サンマ

最終号だよ！復刻過去問集④

白老東高校のインターン生作！ 読み仮名クイズ お題はお魚です



	問題	ヒント	こたえ
①	鯿	出世魚で有名な魚	
②	秋刀魚	秋に旬を迎える 焼き魚で有名な魚	
③	鮭	秋になると川に 産卵しに来る魚	
④	河豚	内臓のほとんどが毒で 有名な魚	
⑤	鮪	加工品にしたら ツナで有名な魚	
⑥	鰯	加工したら煮干しになる魚	
⑦	鮫	氷に穴をあけて釣る魚	



最終号だよ！復刻過去問集⑤

ナンプレは縦・横に同じ数字が入らない数字パズルです。
マスの数で難しさが変わっていきます。
4マス・6マスのナンプレに挑戦してみましょう。

1～4 までの数字を使います。

LEVEL 1

	2	1	3
3			2
2			1
			4

LEVEL 2

5～10 までの数字を使います。

	5		7	6	
8				10	
	8	5			10
		9	8	5	7
7				9	5
	7	6		8	9

最終号だよ！復刻過去問集⑥

穴埋め問題

□に共通する１文字を書きましょう

例. い□、た□き ➡ ぬ(いぬ、たぬき)

- ① ね□、□ども ➡ _____
- ② ごる□、とう□ ➡ _____
- ③ ぞうき□、ばいき□ ➡ _____
- ④ すい□い、□ぷろん ➡ _____
- ⑤ せ□かい、う□ろう ➡ _____
- ⑥ □いどる、ほら□な ➡ _____
- ⑦ りん□、□りら ➡ _____
- ⑧ □っかー、□んま ➡ _____
- ⑨ すとー□、□きよう ➡ _____
- ⑩ たん□□、□いんと ➡ _____

最終号だよ！復刻過去問集⑦

苦東クイ研フしゼンツ！ あたまの体操クイズ

Q.冬に関するクイズです。答えは何でしょう？

①今月は12月ですが、旧暦ではなんというでしょう？

ア. 師走 イ. 弥生 ウ. 霜月

A



②12月25日はクリスマスですね。一般にクリスマスはとある方の生誕を祝う日とされていますが、誰の誕生を祝う日でしょう？

ア. モーセ イ. 仏陀(釈迦) ウ. イエス(キリスト)

A



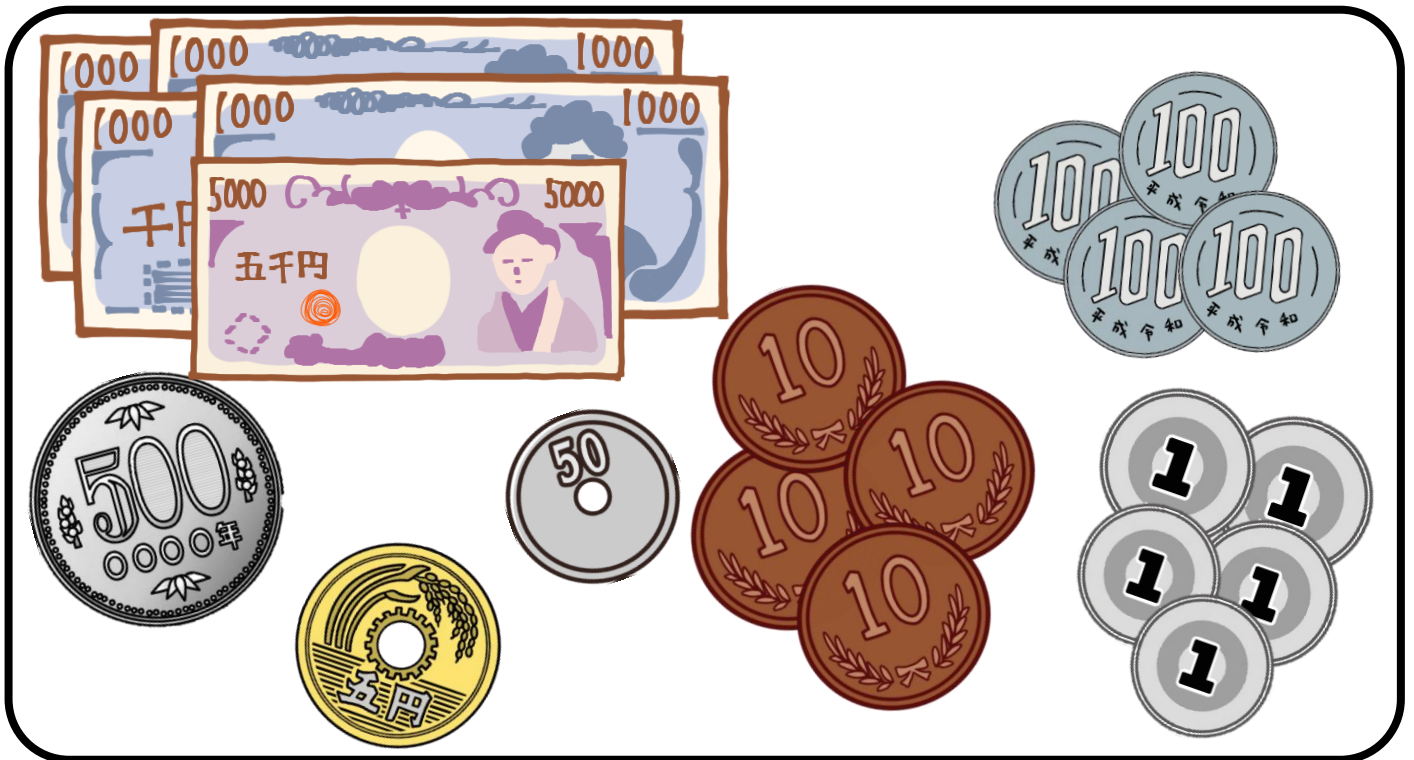
最終号だよ！復刻過去問集⑧

お財布の中はいくら？（ちょっとややこしい）

お金ってそろってると数えやすいんです。

そろってないと数えるのが大変。

今回は、そろっていないお金を数えて、なおかつ、
お買い物をした後のお財布の中の残りを数える問題にしました！



問題①

お財布の中の合計は？ _____ 円

問題②〈お買い物の合計金額は、5,623円でした！〉

お買い物をした後のお財布の残りは？ _____ 円

答え

P2



残ったものは、スケートをしているハートマちゃんとギターを弾いているハートマちゃんです。

P3

I : ③

II : ② (当初は約 3200 部でしたが、みなさまのご好評につき現在は 5200 部発行しています。)

III : ① (コロナ禍のなか、みなさんが御自宅でできることはないかと考え、令和 2 年 5 月より始めました!)

IV : ② (問題、表紙、裏表紙、答え、社協からのお知らせなど全て含めるとこの数になります。)

P4

全て見た目が四角いものです。

P5

A：タルト B：モンブラン C：チョコケーキ
誰も選ばなかったケーキはショートケーキです。

P7

×	5	7	1	4	9	0	6
2	10	14	2	8	18	0	12
8	40	56	8	32	72	0	48
3	15	21	3	12	27	0	18
1	5	7	1	4	9	0	6
9	45	63	9	36	81	0	54
5	25	35	5	20	45	0	30
4	20	28	4	16	36	0	24

$$\text{式 } 8+0+5+45=58$$

P8

- ①ぶどう（ぶどうは果物、他の3つは野菜です。）
- ②ペンギン（他の3つは、空を飛ぶことができます。）
- ③だんご（他の3つは、穴が開いています。）
- ④チョコレート（他の3つは、辛い味です。）

P9

①予 ②科 ③温 ④悪 ⑤目 ⑥暗 ⑦相
⑧油 ⑨他 ⑩母 ⑪一 ⑫知 ⑬速 ⑭屋

P10

①A: 14 B: 11 C: 9
②A: 8 B: 13 C: 9
③A: 12 B: 11 C: 15 D: 10

P11

答え①

イラストは指を表しています。親ぐま→親指、中学生→中指、かぜ薬→薬指、小学生→小指となるため、答えは①人間→人差し指となります。

P12

(1)村下孝蔵 (2)寺尾聡 (3)井上陽水
(4)安全地帯 (5)テレサテン

P13、15

①16 ②33 ③42 ④62 ⑤25 ⑥26 ⑦8
⑧56 ⑨1 ⑩24 ⑪5 ⑫23

・イクラ・アシカ・イワシ
・ウナギ・カジカ・カツオ
・カツラ・キダイ・クジラ
・サザエ・サクラ・サンマ

P16

- ①ぶり ②さんま ③さけ ④ふぐ ⑤まぐろ
⑥いわし ⑦わかさぎ

P17

LEVEL1

4	2	1	3
3	1	4	2
2	4	3	1
1	3	2	4

LEVEL2

9	5	10	7	6	8
8	9	7	5	10	6
6	8	5	9	7	10
10	6	9	8	5	7
7	10	8	6	9	5
5	7	6	10	8	9

P18

- ①こ ②ふ ③ん ④え ⑤い ⑥あ ⑦ご ⑧さ
⑨ぶ ⑩ぽ

P19

- ①ア(師走) ②ウ イエス(キリスト)

P20

- ①10,000 円(1 万円)
② $10,000 - 5,623 = 4,377$ 4,377 円

❀ 社協からのお知らせ① ❀

社協ふれあいサロン

社協ふれあいサロンは、市民が気軽に集まり、おしゃべりなどで仲間と楽しく過ごせる「地域の憩いの場」です。どなたでもご参加できます。楽しい時間を一緒に過ごしませんか。

社協ふれあいサロン at 市民活動センター

参加無料

 動きやすい服装
靴でお越しください

日時：毎月第3木曜日開催

4月18日（木）

5月16日（木）

10時～12時

場所：市民活動センター
3階会議室2
（若草町3丁目3-8）



体操やふまねっと運動
レクリエーションなどで
楽しい時間を過ごしています

社協ふれあいサロン at 勇払

参加無料

日時：毎月第3または4月曜日開催

4月15日（月）

5月20日（月）

10時～15時

場所：勇払45-1
（旧八戸商店）



お茶を飲みながら
楽しくおしゃべりしています

お気軽にご参加ください



社協からのお知らせ②



🔴 犬猫一時預かり事業とは？

「入院時、飼っている犬や猫の預け先がなく、
困っている方」を対象に支援する事業です。

お預かりしたペットはボランティアさん宅で



大切にお世話いたします。

その他、やむを得ない事情(旅行等は除く)により対象にさせていただく場合もございますので一度ご相談下さい

●預かり期間：入院期間（最長概ね3ヶ月）

●費用：基本無料

※(必要な)通院費等は、飼い主負担となります。

●必要なもの：日用品（ペットフード・トイレ用品等）

※その他、万が一に備えペット保険加入を勧めています



個人情報保護のため必ず職員が間に入りボランティアへは
ペットに関する必要な情報のみお伝えします。



犬や猫を大切に預かってくださる
ボランティアさんも大募集中です！

詳しい内容はお問い合わせください。

社協からのお知らせ③ だけボラ

だけボラとは？

「だけボラ」は、

「これだけ」ならできるボランティアの略称です。

ボランティアさんの趣味や経験を活かして、地域住民のちょっとした困りごとを解消していく事業となっています。

ボランティアさんの得意なことが、だけボラの活動を通して、住民の支えあいや長く暮らせる住み慣れた地域へ繋がっています。

ボランティアさん大募集中です！

○例えば…

掃除・洗濯・電球の交換 だけ

ゴミ出し・分別 だけ

草むしり・草刈り・木の剪定 雪かき だけ

スマホの操作を教える だけ

市営住宅対象に灯油のポリタンクを運ぶ だけ
などなど

ボランティア希望の方、事業利用希望者の方
詳しい内容はお問い合わせください。





社協からのお知らせ④ CSW の役割・事業紹介



CSW (コミュニティソーシャルワーカー) ってなに？
地域に密着した相談窓口です。

相談の例として…

近所に心配な人がいて気がかり…

自分あるいは家族がひきこもりで将来が不安…

介護や子育てに追われて大変…

モノがあふれた家が気になる…

頼れる人がいない…誰に聞けばいいかわからない…?



事業について詳しく知りたい…相談をしたい…
お気軽にいつでもご連絡ください！



事業紹介

公式 LINE

LINE



での相談も承っております。

いごこち
igocoti

家にこもりがちな方、不登校の学生、生活に困りごとを抱える方などに安心して過ごせる場所です。

とまとま

ひきこもりで悩んでいる当事者や家族が集い、気持ちを楽にして語り合う場です。

かざ
風まち

不登校の家族や本人が自分の思いをホッと話せる場です。

と・いろ

外出に気が向かなかったり、人付き合いが苦手な方向けに、畑で農作物をゆる〜く育てています。



石川竜 様作



落ち。 様作

♡ SPECIAL THANKS ♡

**制作にあたり、ご協力くださった方々
本当にありがとうございます！**

【事業協力】 …印刷用紙を提供していただきました。ありがとうございます！

「苫小牧市町内会連合会」様

「苫小牧市老人クラブ連合会」様

【製本作業】 …発行を重ねるごとに増えた製本作業、ありがとうございます！

「NPO 法人 苫小牧手をつなぐ育成会

ワークセンターるーぷ「ひので」様

「ふじの会」様

「ストレッチサークル舞夢(まいむ)」様

「西町親交会有志(区役員、民生委員等)」の皆様

【表紙イラスト提供】 …季節のハートマちゃんをありがとうございます！

「落ち。」様

「石川竜」様

【裏表紙の言葉提供】 …毎月素敵なお言葉、ありがとうございます！

「小野寺博昭」様

【問題提供】 …若い視点での良問を作ってくださいありがとうございます！

「苫小牧東高校クイズ研究会」様

「白老東高校インターン生」様

「北星学園大学実習生」様

「北洋大学インターン生」様



3月の言葉

春が近づいています



皆さん、今号を持ちまして
終わりになります、
大変ありがとうございました。
小野寺 博昭

《発行先・問合せ先》

苫小牧市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉第1係
電話:0144-84-6635
住所:苫小牧市若草町3丁目3-8



【社協からのお知らせ】

「社協ふれあいサロン」

「犬猫一時預かり事業」

「だけボラ」

「CSW 事業」 に関してのお問合せはこちら！



職員からのメッセージ

「社協発！おうちで楽しめーる便」読者の皆様。
最終号「今までありがとう！」を
お読みいただきありがとうございました。

本冊子は、コロナ禍で外出制限がされる中、地域の
皆様とご自宅にいても繋がりを続けるため
開始いたしました。

皆様から「毎月楽しみにしているの」「この問題好き
なんだ」といったお声をいただけたことが、
大変嬉しく制作のモチベーションへと
繋がっていました。

地域の皆様のご理解ご協力、温かいお言葉のお陰で、
ここまで続けることができました。
誠にありがとうございました。
職員一同お礼申し上げます。

地域活動も以前に戻りつつあります。
地域の皆様に直接お会いできる機会も
多くなるかと思えます。
お会いできる日を心待ちにしております。

長い間ありがとうございました。