

社協 ちよだ

発行部数 3,700部

発行:千代田地区社会福祉協議会

事務所:佐倉市老人憩の家 千代田荘

〒285-0836 佐倉市生谷1306 ☎・Fax 461-5641

(火・木・金 13:00~17:00)

メールアドレス: shakyo.chiyoda@chime.ocn.ne.jp

ホームページ: www5.ocn.ne.jp/~chisyaky/

ボランティア 教室

知ることから始まるボランティア

千代田社協では、「住む人にやさしいまちづくり」を目指しています。
今回のボランティア教室では、『障がいを知る』をテーマにお二人の方からお話を伺いました。



2月24日(日)に、千代田荘で、障がい児者福祉事業部とボランティア事業部との共催で、「ボランティア教室」を開催しました。

丁度、「福祉マップ千代田」が完成したこともあり、江原にお住まいの電動車いす利用者の夏坂さんと、王子台の盲導犬利用者の福原さんをお迎えしました。ご自身の障がいの状況と日常生活の過ごし方、また周りの人々がどのようにボランティアとして関わられるかについてお話を伺いました。

夏坂さんは、身体の障がいによる精神的な葛藤や体調の維持の難しさ。家族とヘルパーさんの支援がなくてはならないが、そのヘルパーさんとの関係の大切さ、深夜帯のヘルパーさんの不足。車椅子での公共の乗り物や建物の利用の不便さ、介助者の分までの交通費、電動車いすのバッテリー切れの心配など、どうしても外出が億劫になってしまふ、などと話されました。

ボランティアは、ちよつとした、また急な体調不良や葬儀などで、ヘルパーさんをお願いできない場合の外出補助や、飲み会のセッティングなどの友達感覚を要するもので、広範に関われることが分かりました。

福原さんは、買い物の際に、財布の中のお札や硬貨の種類を間違えないように、常に指先の感覚を磨いておくなど、他の感覚を総動員して、家事全般を全く普通にやっていたらっしやること。ご主人やガイドヘルパー、盲導犬のエララとの外出の際の様子、エララへの愛情と出会いと惜別などについて話されました。

外出中の福原さんへのお声かけについては、例えば、トイレに入りたいときや、立ち止まっているときなどに声をかけてもらえましょう。

「佐倉市障害者団体連絡会」の稲垣会長からも、自分や親の高齢化、それに伴う生活費の減少、災害時での対処など、これからの障がい者の方を取り巻く厳しい環境についてお話し頂きました。千代田荘内の段差などのバリアについても、改めて目を向けさせられることとなりました。

障がい者の方から直接お話を聴き、それを今後の地域福祉活動の中で生かしていかなければと感じさせられた時間でした。

事務局長 立石義政

主な目次

- ・ ボランティア教室 P.1
- ・ 福祉委員紹介 P.2
- ・ 24年度決算・25年度予算 P.3
- ・ 自治会懇談会 P.4
- ・ 始めていますが「介護予防」〃 P.5
- ・ 唄声ルーム P.5
- ・ 寄り添い・語りかけてくれる花々に感謝 P.6

25年度の重点取組

- **第4次地域福祉活動計画の推進**
佐倉市社協による第4次地域福祉活動計画に基づき、地域の実情に応じた活動を推進する。
- **自治会・町内会・区組織との連携**
自治会懇談会などを通じて、協力・協働関係の構築、地域の福祉ニーズ把握に努める。
- **福祉マップの継続**
昨年度までの「福祉マップ」事業で培った関係者との協力・協働関係を継続し、新たな活動を展開する。
- **広報活動の充実**
広報紙「ちよだ」及びホームページを充実し、当会の認知度向上に引き続き努力する。
- **福祉委員、ボランティアの拡充**
ボランティア講座および各事業部の事業実施を通じて福祉委員、ボランティアの拡充と啓発に努める。
- **千代田荘の整備**
千代田荘内外の整備を継続し、利用者の安全・快適な使用促進を図る。
- **財源の安定**
自主財源確保・収入拡大に引き続き努力する。

25年度福祉委員

役職	氏名	地区	役職	氏名	地区	役職	氏名	地区
会長	大蔵 文子	染井野2	理事	森田 尚武	染井野5	理事	泉 宏子	新山
副会長	市原 淑光	生谷	同	清水 春江	染井野5	同	栗飯原利和	畔田
同	古川千枝子	光団地	同	山本重一郎	染井野2	同	山下 聡子	染井野2
事務局長	立石 義政	畔田	同	中村 武雄	飯郷	監事	堀内 成雄	染井野7
同次長	高野富佐代	染井野5	同	小口 展代	染井野3	同	木下 幹郎	光団地
会計	澤野 栄子	染井野6	同	伊能 久子	染井野6			

地区	氏名	地区	氏名	地区	氏名	地区	氏名
生谷	栗飯原廣一	畔田	栗飯原正直	染井野1丁目	亀崎 宏一	染井野5丁目	水間志保子
	市原 慶三		栗飯原陸弘		倉持 正和		
	市原 茂		高橋 正昭		三好 正克	染井野6丁目	澤野 薫
	波多野祐義	野田	川村 勇人	稲垣かおる	鈴木 康義		
	真野 初枝		立石八重子	古波倉好江	高橋 利式		
光団地	神田 光以	飯郷	石井 一隆	染井野3丁目	穴戸 廣美	早川 均	横山 昭二
	阪上津留美		坂本美智男		陣田 哲夫		
	佐藤 真紀		山本 照夫		岩崎久美子		
	鱸居 常行	山本 春雄	今井 政之	高椋 雅子	染井野7丁目	斎藤 恵子	
	秦 亮三						今井 優
山田 勉	羽鳥	円城寺信子	染井野5丁目	伊藤 芳枝	うすい南が丘	佐々木 諒	
生谷東洋団地	叶 くみ子	立崎 兼雄		大橋 良子	ケアハウスちとせ	田中 純子	
	高津 俊之	飯重		石井 允人	下茂 孝則	シャロームきこえ	吉田 弘之
同東観団地	塚崎 高次			石橋 正光	住吉アキ子	ひまわりの里	木曾 好信
	新山			桑原 博之	金子 静雄	多々良信治	臼井南中学校長
細谷紀代子		米本 敏子	寺尾 政子	千代田小学校長	川津 章		
細谷 實			長井 紀子	染井野小学校長	天田美佐枝		

船越クリニック

● 内科 ● 外科

〈診療時間〉午前9時～12時 午後2時～4時
〈休診日〉日曜・祝日・木曜

● 血液透析

月水金：午前7時半～午後10時
火木土：午前7時半～午後4時

☎043-463-5671 佐倉市生谷 1575-2

車を買ったら、車を買い換えたら、
自動車保険はお任せください。

あいおい損害保険株式会社
(株)保険コミュニケーション
秦 亮三

佐倉市生谷 1568-22
TEL・FAX：043-487-7099
携 帯：090-3686-7279
hata-hoken@catv296.ne.jp

あいはら表具店

襖 新規 表具 張替
内装 クロス・カーテン工事 内装一般

佐倉市畔田 316-3
三代目 栗飯原正直
☎487-0049 FAX487-0586



上野整形外科

(休診日) 木曜・日曜・祝日

一日4便うすい駅、ヤオコー、
なごみの米屋(王子台6丁目)、
王子台小、南臼井台まで無料乗り合いタクシーがございます。

TEL：043-488-0511

平成 24 年度 こんな事業が行われました



講師
国生さん



福祉委員研修
研修事業部



福祉マップ千代田発行
障がい児者福祉事業部



敬老会
地域福祉事業部



みんなでランチ
高齢者福祉業部



男の料理教室 (蕎麦打ち)
ボランティア事業部



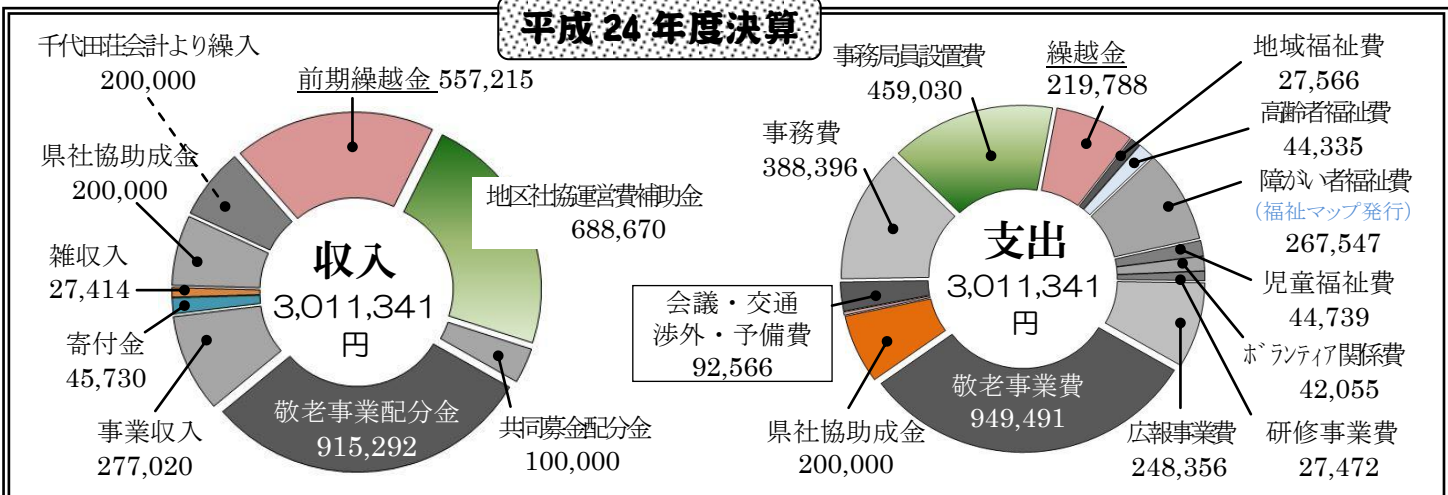
夏休み親子お楽しみ会
児童福祉事業部

第 1 回 福祉委員会

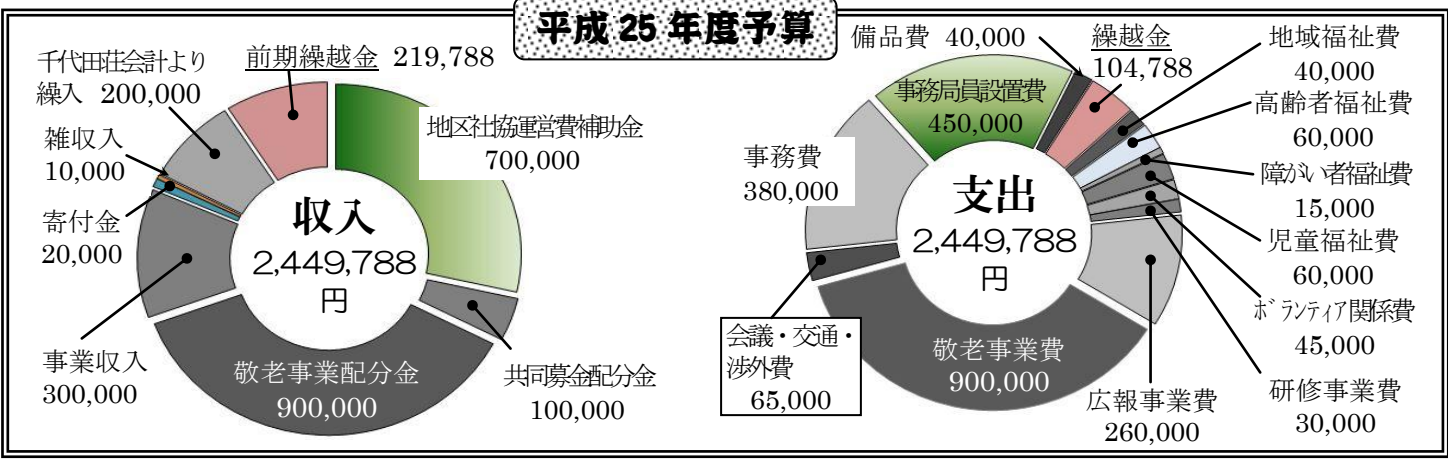
25 年度第一回福祉委員会が 5 月 19 日に開かれました。佐倉市社会福祉協議会左奈田会長からの委嘱状が新福祉委員に交付されました。

24 年度の事業報告、決算報告の後、25 年度の事業計画と予算が提案され承認されました。

平成 24 年度決算



平成 25 年度予算



無理な売り込みはありません。
お気軽にご相談下さい。

TOKAI
東海住宅(株)臼井支店
不動産売買・賃貸等
建築請負・リフォーム

佐倉市王子台 1-27-19
TEL.043-463-0070 FAX043-461-0286
http://www.10kai.co.jp

婦人服

Trentaine
ブティックトランタン

レイクピアウスイ (イオン 2F)
☎043-463-1020

ゆったり駐車 **P** ゆっくりショッピング
800台

レイクピアウスイ
臼井ショッピングセンター協同組合
京成臼井駅前 / TEL 043-461-1871

地域の人とのつながりが重要

自治会・町内会・区の新役員と懇談会

新年度地区社協初めての大事な、自治会役員懇談会を6月15日「千代田荘」で開催しました。千代田地区の自治会、町内会、区の新代表の皆さんに出席いただき、佐倉市社会福祉協議会からは岡本部長、永井さんに出席いただきました。



初めの大仕事、自治会役員懇談会を6月15日「千代田荘」で開催しました。千代田地区の自治会、町内会、区の新代表の皆さんに出席いただき、佐倉市社会福祉協議会からは岡本部長、永井さんに出席いただきました。

ご多忙のところご出席いただきました。 (出席者延べ55名)

研修事業部
陣田哲夫

懇談会の主旨は・・・

①地区社協の事業をご理解いただくこと ②敬老会実施についての協力依頼 ③地域の方々がいっまでも元気で生き生きと過ごされるには、自治会と社協がどのように活動していけばよいか、皆さんと一緒に考えましょう！・・・です。

特に意見交換の中で自治会・町内会・区より地域独自の実情及び問題点の指摘などをいただき大変有意義な懇談会となりました。

福祉委員研修

6月23日



岩本絵己さん

始めていますか? 「介護予防」

「介護予防」をテーマに佐倉市高齢者福祉課、理学療法士の岩本絵己さんにお話を伺いました。

なかでも認知症の方が増えています、その予防には運動をする、食事に青魚や野菜・果物をとる、十分な睡眠、特に1日30分以上の昼寝や日中、太陽光を浴びるなどが良いようです。

高年齢者(65歳以上)の割合が全国で23%。佐倉市は今年5月で約25%、今や市民の4人に1人が65歳以上の高齢者です。千代田地区は、ほぼ20%で市の平均よりは低いものの10歳未満の子供の数は889人と聞くと少しびびりました。(当地区人口1107人)

人と会うことが少ない人の発症率は8倍位高くなる。85歳以上になると週1回以上の外出をしない方が急に増えるので、閉じこもり予防として80歳を過ぎても出かけられる「体作り」と「場」を作ることが今からしておく必要があると話に納得でした。

要介護状態になる原因は、脳血管疾患のほか、認知症や高齢による衰弱、関節疾患、骨折転倒などです。生活習慣病予防と、

介護予防の取り組みは自助、公助、共助が必要で、千代田地区社協はこの共助の取り組みを考えていきたいと大蔵会長からの話でした。

生活が不活発な状態が続くと心身の機能が低下する「生活不活発病」の予防が必要です。(体を動かさない) ↓ (筋力が落ちる) ↓ (骨折・転倒) などの悪循環を断たなくてはなりません。



介護予防はまだ先の話かなと思っていた私にはとても為になるいい話を聞けたと思いました。

研修事業部
住吉アキ子

セブンイレブン 佐倉生谷店 ☎ 461-4325

うすい駅

GS GS GS

三菱自動車

文 白井南中

・灯油配達致します
・車検から車の事はなんでもご相談下さい

有限会社 細谷石油

佐倉市生谷1175-5
TEL043(489)5691

善洞宗 万福寺

生谷交差点 千代田小

仏事ごとお気軽にご相談下さい
ペットの納骨堂あります
(墓地分譲中)

佐倉市吉見 51.0 ☎ 043-487-4071

有限会社入江造園

造園、植木の剪定・消毒、ガーデニングなどお気軽にご相談下さい。

佐倉市生谷 1549-44
TEL043-462-5829
FAX043-462-5827
携 帯 090-2255-2543

千代田の地域福祉のための

24年度「愛の箱」募金

ご協力ありがとうございました。
総額 25,730円になりました。

募金箱『愛の箱』は、千代田荘にあります。
そのほか9か所にてご協力いただいています。
細谷石油、花の西洋館、しょうや、
ミニストップ生谷店、パラメディカル
セブンイレブン生谷店・染井野3丁目店
ドルチア、ニッケテニスドーム、(敬称略)



大きな声で歌って気分爽快!
ピアノ二カ隊&臼井南中学開放委員会主催

6月12日、
臼井南中の地域開放ルームで、
第12回歌声ルームが行われました。
約40名の方が「あめふり」から「浜
辺の歌」まで11曲を、ハンドベルの
演奏や輪唱なども組み入れた構成
で楽しみました。



石川先生(前列右)

特別参加された佐倉市最高齢の
石川葉山先生(書家107歳)が予定外
の「ハトポップ」や「江戸子守歌」
を元氣よく独唱され拍手喝采!



イオン黄色いレシートキャンペーン

6,000円(24年9月~25年2月)
の還元金がありました。

**毎月11日はイオン臼井店でお買い物をして
「千代田地区社会福祉協議会」のボックスに黄色
いレシートの投函をお願いいたします。

キャップ、プルトップ回収報告

H21.11.1~25.6.13

キャップ	4,156kg
プルトップ	379 kg

ご協力ありがとうございます
プルトップ約600kgで車いす1台!



読売センターうすい.N.Tの方々と
大蔵会長(左端)

読売センターうすい.N.Tから寄附

同センターでは、古紙回収業者
の協力のもと、古新聞1Kgあたり
0.5円の寄附を行っています。

千代田地区社協が寄附団体に応
募をしたところ、15,655円の寄付
を頂きました。

今後の事業予定

- ◇ 夏休み親子お楽しみ会 : 千代田荘
7/24(水)10時~14時 一人200円
- ◇ 男の料理教室「夏のスタミナ餃子」
7/27(土)10時~13時 : 臼井南中
先着順20名 500円
- ◇ 第2・3回福祉委員会
8/18(日) 9/8(日): 千代田荘
- ◇ 敬老会 10/6(日): 千代田小学校

老人憩の家 千代田荘の休館

本年11月上旬から約1ヶ月
間、内壁工事のため
千代田荘を休館します。
工事日程が決まり
次第、改めてお知らせします。
なお、地区社協の事務所業務
は通常通り行います。



ご寄附ありがとうございました

匿名さま	食器一式
栗飯原利和さま	車イス 1台
市原慶三さま	菓子
	飲み物1ケース
読売センターうすい.N.Tさま	15,655円
匿名さま	300,000円

住吉神社 例大祭 10月20日(日)



手作り洋装のお店 自分サイズ仕上げ アトリエ ベベ

佐倉市市田 280
☎ 043-487-6612
FAX 043-308-3133

株式会社 アプラス
「家庭用二段式駐車装置」
1台分のスペースで2台収容できます。
お気軽にご相談下さい。
佐倉市生谷 1568-161
TEL043-462-8464
<http://www.aplus-sakura.co.jp/>

臼井にしざわクリニック
内科・外科・消化器内科・
肛門外科・乳腺外科
乳がん検診 胃・大腸がん検診
生活習慣病検診 人間ドック
☎043-463-7736
(臼井駅南口すぐ)

寄添い・語りかけてくれる花々に感謝



藤川尚子さん

春から梅雨、夏から秋、そして冬、花は私達の暮らしに寄り添い、苦しい時、淋しい時、悲しい時に勇気を与え励まし語りかけてくれる。自然のなかに、心の休息と栄養をもたらしてくれるように感じます。

アツーと言う間に過ぎてゆく日々、そんな毎日の中でも、花はいつも私たちと共に語りかけてくれます。

道端に視線を変えれば、自然から季節の知らせをもたらしていることに気づきます。足元に咲く黄色いタンポポを見ては春の訪れを知り、梅雨には少しづつ色づいていく紫陽花に、秋にはどこからともなく香る金木犀に、季節の移ろいを感じます。

我が家の庭に色とりどりの花が咲く季節を迎え、ピンク、赤、オレンジ、黄とだんだん華やいはいく様子に、日課である花がら摘み、水やりもますます楽しくなってきました。表に植えたピンクのクライミングローズも今年は大ぶりにいっぱい咲き乱れ、窓を開ければ 甘い香りがふわっと広がります。甘いとも言えない幸せな気分になります。道行く人も「今年は見事に咲いたわね」と言っていたりいたりして嬉しい気分になり心が弾みます。

また、紫陽花やホタルブクロは、梅雨の淡い光を浴びて、落ち着いたトーンの青や紫がしつとりと咲き、とてもきれいです。三、四年前、花壇をつくろうと、私なりに構想を持ち、見よう見真似でレンガを積みセメントで固めてみました。その花壇に今年はずりリップ、さくら草、イベリス、ムスカリを植えました。さくら草が美しい二月や三月には、チューリップがまだ咲いてなく、チューリップが美しく咲く四月にはさくら草は



時期を過ぎ、一つの花壇を同時に観賞するには、それぞれの開花時期を考慮して植えた方がいいなと思います、勉強になりました。また、花の名前を知ることでも楽しみの一つです。わからないときは花材辞典や植物図鑑で調べて、名前を知るだけでその花への愛着は増し、ちよつと親しくなれた気持ちになります。

先日佐倉市の広報で『佐倉市花いっぱいコンクール』があることを知り応募いたしました。これも花づくりの励みのひとつになるように思いました。

八十歳までは、植木のカットも楽しみでしたが、八十歳を過ぎた今は危険を伴うので植木屋さんにお任せし、すべては花一色に集中しています。

庭からは、身近な花景色を日々感じとり、私たちの暮らしに寄り添い語りかけてくれる花々に喜びと感謝の気持ちを覚えていきます。(コンクールで個人の部優良賞を受賞されました)

6頁の〈千代田散策〉は、しばらくお休みします。皆さんから趣味・スポーツ・あるいは自慢話、感動した話など(500字程度と写真1枚)の投稿をお待ちします。

編集後記



風呂上がりの一杯が美味しい季節になりました。湯上り、緑台、夕涼み・・・日本の夏満喫です。今回は、敬老会特大号！

㊦㊦

 塗装全般
住宅の塗装工事
うけたまわります

(株) 栄建ハウス

稲荷台 2-14-2
☎464-0382
携帯 090-4386-1456

広告を載せてみませんか

ひとコマ年間一万円
(7・11・3月発行)

詳しくは事務所まで

株式会社 オアシス

一般建築、住まいのリフォーム
全般。お見積り無料。

佐倉市稲荷台 3-6-18
☎0120-940-038

家庭創作料理
たか子さんの台所

461-4894
飯重 896

営業日：火・水・木・金
11:30~14:30 予約優先

