

# 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/

## 体育館がはちきれそう **240名出席**

平成25年10月6日 千代田小学校



撮影 陣田哲夫

### 平成25年度敬老会

昨日からの雨も上がり、前年を上回る240名のご参加をいただきました。

白井南中の生徒さんによる勇壮な和太鼓演奏でスタート。

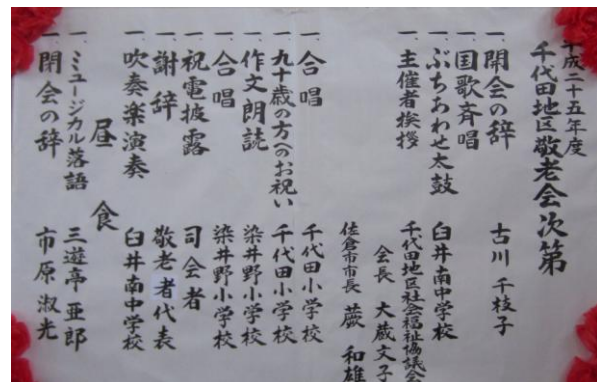
地区社協会長の太蔵さんから「遠くの親類より近くの他人と言いますが、ひとりひとりがお互いを思いやり、声をかけあい、手をさしのべ助け合う…そんな地域を目指したい」との主催者挨拶がありました。

市長挨拶(代読)をした高齢者福祉課長の桜井さんは、敬老会の対象者にすでに配布済みの「佐倉市救急医療情報キット」の使い方など実物を使った詳しい説明をされました。

佐倉警察署の2名の方から「オレオレ詐欺に注意!」のコント仕立てのお話がありました。

児童の合唱、満90歳をお祝いして記念品贈呈、お祝いの作文朗読など、会は順調に進んでいきます。

目次は2ページに掲載



お昼を挟んで午後の部は、劇団四季出身の落語家・三遊亭亜郎さんのミュージカル落語『ありがとうが世界を変える絆39』です。『ありがとう』を何回連発したでしょう!劇団四季で鍛えた声量豊かな歌で会場は大いに盛り上がりました。

### 佐倉市地域商品券について

本年は、佐倉市から75歳以上の方に千円の地域商品券を贈呈することになりました。千代田地区では利用できる店舗が3軒しかなかったため、商品券で記念品を一括購入して皆さんに贈呈しました。

# 私たちは たくさんのお年よりに支えられて生きている



## 「今」があなたにかいこと

長崎に住む私のひいおばあちゃんといひおじいちゃん、たくさんのお年よりに支えられて生きている。特に、おかしが多いです。長崎物語やおたくさなど、この辺では買えないものなのでとてもうれしいです。おくつ

てくれた日には、必ずすぐ電話をします。私が電話をかけて、最初に「ありがとうございます」と言います。耳がとおいおばあちゃんには大きな声でないと伝わってませんが、伝わった後のおばあちゃんうれしそうな一声には、言葉に表せないような、何かほっこり、あたたかいものがあるのです。だから私はおばあちゃんの声が好きです。少し低いけれど深いやさしさが込められた、長崎べんを聞くたびに幸せな気分になれるのです。

輝いている人。私は笑顔が一番大切だと思えます。テレビで、ここにこしているおばあさんを見ると、知らない人なのにその笑顔で私までうれしくなってしまう。なんだか、『生きるって

すてきだな』と思えてきて、前向きに物事を考えていける気がしてくるので、もちろん身近にも、やさしいおばあさんがいます。以前、学校の下校と中、お孫さんを待つおばあさんがいました。ふと目が合うと、初めて会ったのに「おかえりなさい」と、やさしい笑顔で言ってくれました。私は、それだけで心がほかほかしました。それは、「おかえりなさい」という一番あたたかなあいさつを言ってもらえたからです。いつか私も、笑顔で「おかえり」と言えるように、そしてやさしくあたたかい気持ちを与えられるようになりたいです。

私のひいおじいちゃん、昔漁師をやっていた、その道一筋に仕事をがんばり汗を流していた人だったと、父から聞きました。きっと、ひいおじいちゃんは、自分の仕事にほこりを持っていたと思います。私は、ほこり高くがんばるおじいちゃんが好きです。テレビでも見ますが、



小美さん 佐伯 菜々美

の授業の活動にも協力し、様々な事を教えてくださいます。いつまでも元気な姿に、私も元気をいただいています。

また、横断歩道で見守ってくださいボランティアの方も知っています。私に関わりあるのは三宮さんですが、やさしい笑顔がいつもあたたかいです。一人一人の名前をおぼえてくださるところも、とてもあたたかく感じます。染井野小児童たちのために時間をさいてください、そして一緒に歩いてくださることに、感謝の気持ちでいっぱいです。

### 敬老者の誘導やお茶の接待に 臼井南中の生徒さんが大活躍

いるな、元気をもらっているな』という事です、今があなたにかいことは、たくさんのお年よりのぬくもりがあるからだと思っています。

今日私たちの歌を聴いてくださる皆さん、ありがとうございます。笑ってくださいありがとうございます。うなずいてくれて、ありがとうございます。一緒にいてくれてありがとうございます。皆さんのようにあたたかな人々が住む染井野は、私のほこりの地です。いろいろのことがほこれます。私は、ずっとここがあなたにかい地であってほしいです。ですから、どうぞいつまでも元気でいてください。私たちは、みなさんの元気の源であるようながんばります。私は、やさしい笑顔と高いほこりをもったみなさんのように生きられるよう、努力をしていきたいと改めて強く思いました。



# 夏休み 親子お楽しみ会

7月24日、児童福祉事業部主催による「夏休み親子お楽しみ会」が開催されました。当日の参加者は2歳から小学5年生までの子供たち47名、父兄26名でした。

この方々を受け入れたスタッフは福祉委員22名、ボランティア5名、子供ボランティア10名、ゲストコーナーに2団体10名の方々、総勢120名が千代田荘に集まりました。  
お楽しみ会は午前10時からはじ



まり、新聞紙でつくるスリッパ、遊びのコーナー、おぼけ屋敷と室内で行われるプログラムは順調にスタート。  
あいにくこの日は雨。外で行うスイカ割りや中止にするか、テントを張って行うか迷っていると、「11時30分には雨があがる」とスマホからの気象予報、

それを信じてプログラムを進めていくと、スイカ割りの時だけジャスト・タイムで雨が上がり、屋外で出来たのです。目隠しし、竹刀をもってスイカに近づくと、「右」「もうちよつと前」と掛け声、声援があがり命中すると大歓声。スイカを食べてもどると待っていたのは、手作りカレー。「お

おいしい」を連発、おかわりしてみんなお腹いっぱい。  
さあ、午後の部は「さくら古」さんのお話。プロジェクトを使った昔話に目をぱちくり、会場はお話の世界に変身。合間には手品やコマ回しも行われました。  
最後は抽選会、抽選券を握りしめ、ハラハラ、ドキドキ、当たった子もはずれた子もみんながにこにこ笑顔。120名の笑顔が勢ぞろいしたお楽しみ会でした。

児童福祉事業部 伊藤芳枝

# みんなでランチ

本日の次第

献立	10:30	あいさつ
白ご飯	10:40	津軽三味線
豆腐ハンバーグ		岩間千栄子さん
カボチャ煮物	11:20	包括支援センター
高野豆腐煮物		お話・体操
小松菜おひたし	11:45	配膳
香の物	12:00	食事
お吸い物	12:45	終了
あじさい風ゼリー		

6月29日(土)千代田荘において、ひとり暮らし高齢者食事会「みんなでランチ」が開かれ、対象者11名の他、ゲスト、福祉委員合わせて35名が参加しました。  
一年に一度の「七夕ランチ」。今年も皆さんの健康と長寿を願って七夕を飾りました。ゲストは、染井野5丁目在住の岩間千栄子さん。津軽三味線の演奏が始まると迫力ある音色が会場いっばいに響き渡りました。次に、も

う一人のゲストである地域包括支援センター職員の指導で「ふるさと体操」を皆で行いました。体操が終わる頃にはちょうどお腹もすいてきて福祉委員手作りの昼食をおしやべりしながら、ゆっくり楽しみました。  
みんなで食べるとおいしいね」「今日は、いつもよりいっぱい食べられたわ」等の感想が寄せられました。  
高年齢福祉事業部  
清水 春江



## 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、車を買って換えたら、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  
素 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、南日井台まで無料乗り合いタクシーがごさいます。

TEL: 043-488-0511

子育て支援事業として「ひよこの会」を毎月1回(8月除く)開いています。就園前の子どもと、その保護者が遊び、交流ができ、子育て相談、情報交換の場として自由に参加できます。

ある日の会の様子です。10時少し前になると40畳の和室にたくさんのおもちゃや滑り台がスタッフやボランテアの皆さんの手で用意されます。と同時に子供たちの声が1人、2人と増えてきます。「おはよう」と声

## お母さんがホッとできて、笑顔になれる



…ひよこの会…

をかけながら、ひと月ぶりに会う子供たちのあどけない姿に癒される私達です。

おもちゃやお友達と遊ぶ子ども達をお母さんや私達が見守ります。順番を守ったり、譲ったり、分け合うことを自然に覚えてくれているようです。大勢で遊ぶのは良いことですね。

しばらく遊んだ後は全員でお片付け、子供たちもとてもお手伝いが上手にできます。次に始まる読み聞かせのためです。今日は「お話しボランテア」のお二人が来て下さいました。実は静かに聞いてくれるか心



配だったので、さすが読み聞かせのプロですね、お話しが始まると子ども達は本の中へどんどん引き込まれてもう夢中、お母さん方も楽しそうでした。お話しが終るころ私たちはお茶とおやつ準備をします。これからみんなでテーブルを囲んでお茶の時間です。

お母さん同士の会話も弾みます。ゲストに読み聞かせのコツなどを教えてもらえ嬉しい時間でもありません。私達も会話の輪に入り子育て

の悩みを傾け、先輩としての子育て経験をお話したりして、ゆったりと時間まで過ごしてもらいます。

私達ができる事は小さなことですが、お母さん方がホッとできて肩の力が抜け笑顔になれる、そんな家庭的で安心できる存在でありたいと思います。

児童福祉事業部

## …フードバンク…

### ご家庭で眠っている食品の寄附を募集しています

フードバンクとは、品質に問題ないにもかかわらず廃棄されてしまう食品を、企業や家庭から寄附して頂き、必要としている施設や生活困窮者へ無償で提供する活動です。

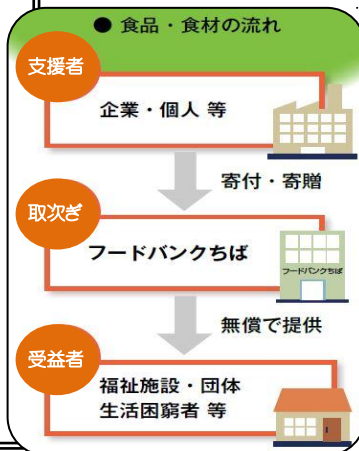
「フードバンクちば」が昨年6月に発足。千代田地区社協は、昨年からの活動に協力して、常時寄附を受け付けています。

### ご寄附いただきたい食品

- 穀物(お米、麺類、小麦等)
- 保存食(缶詰、瓶詰等)
- 乾物(のり・豆など)
- 調味料各種、食用油
- インスタント食品・レトルト食品
- 飲料(ジュース・コーヒー・お茶等)
- ギフトパック(お歳暮・お中元等)

- ①賞味期限が明記され、かつ一ヶ月以上あるもの
- ②常温で保存が可能なもの
- ③未開封であるもの
- ④破損で中身が出ていないもの
- ⑤お米は常識の範囲内で古くないもの

千代田地区社協の事務所で受け付けます  
火・木・金(13:00~17:00)



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

佐倉市王字台1-27-19  
TEL043-463-0070 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





ヘルシー中華完成！

御飯と汁の位置が誤っているのはご愛嬌

7月27日、白井南中の家庭科室でボランティア事業部主催の夏の料理教室が「夏のスタミナ餃子」をテーマにおこなわれました。参加は男15名、女性福祉委員6名、ボランティア1名でした。

講師は、佐倉市生活改善推進委員の白井・千代田支部5名の皆さんです。ということではなくカロリーを考慮し、かつ塩分少なめのヘルシーな中華メニューへ餃子、ささみとさゆりの梅和え、キヤベツのシンプルスラダ、卵の中華スープ

## ヘルシー中華メニュー 夏の料理教室



に挑戦です。それぞれのメニューには、エネルギー（カロリー）やタンパク質、鉄、カルシウム、塩分などの含有量が明示されています。

具を餃子の皮でパンクしないようにしっかりと包むことに少々苦戦。それ以外は、どのチームも順調に進んで、これだったら俺にも出来ると皆さん自信を持ったようです。早速の試食で餃子のパリパリと、もちもちのコントラストが美味しく、夏にぴったりな和えが好評でした。

参加者に当日と翌日が誕生日の方がいらっしやったので、昨年同様ハッピーバースデイの合唱で締め括りました

広報事業部 多々良信治

### 真剣！



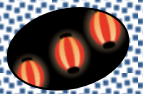
変わりどら焼き



スイカ割では、一緒にお腹をかかえて笑い、浴衣姿の福祉委員は、東京音頭の踊りの輪に入って踊りました。あつと云う間に時間が過ぎ、入居者の方々の健康を祈りつつ「ちとせ」を後にしました。

高齢者福祉事業部 小口展代

## ちとせ納涼祭



午後2時『こんにちは！こんにちは！』次々と入居者の方々と笑顔であいさつです。例年になく猛暑の続く8月18日に、生谷にある「ケアハウスちとせ」の食堂で催された納涼祭に行ってきました。

前日より用意した今年のメニューは、冬瓜のスープ、変わりどら焼き、オレンジゼリーです。福祉委員10名で提供をして、大勢の方に味わっていただきました。

入居者の方々どうし、訪れた家族との歓談で、多くの笑顔に接することが出来ました。私たちもとても心が和みました。



セブンイレブン 佐倉生谷店 ☎ 461-4325

うすい駅

GS GS GS

宅急便

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 510 ☎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

# 千代田ふれあい演芸会

## 出演者大募集

千代田地区  
在住の方

どなたでも!!  
(個人・団体)



カラオケ、民謡、踊り、ダンス、詩吟  
楽器演奏・手品・落語など、お得意の芸を  
披露しあって、みんなで元気に楽しく盛り  
上がりましょう。

日時：平成26年2月～3月頃(日程調整中)

場所：佐倉市老人憩いの家「千代田荘」

出演料：一人1,000円(弁当・お茶付き)

問い合わせ・申し込み：

☎461-5641 地区社協事務所

主催：高齢者クラブ千代田支部  
千代田地区社協

## イオン黄色いレシートキャンペーン

\*\*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。

### ご寄附ありがとうございました

戸村京子さま 杖3本  
(千代田地区外)

訂正 第28号の5ページの寄付の欄  
に誤りがありました。ここに深くお詫  
びし、下記の通り訂正します。

(誤) 栗原利和さま 車イス 1台  
(正) 栗飯原利和さま 車イス 1台

### 老人憩の家 千代田荘の休館

平成26年1月末まで、内壁工事のため千代田荘を休館します。(工事開始が遅れ、前号のお知らせより延びることになり、申し訳ありません)

なお、地区社協の事務所業務は通常通り行います。



## “救急医療情報キット”って何？

- 救急医療情報キットの目的は、  
① 救急に必要な情報を、  
② 定めた場所に収納しておくことで  
(冷蔵庫)  
③ 119番通報で駆けつけた隊員が  
すぐ入手でき  
④ 適切で素早い救急搬送をする  
……ことです。  
敬老会対象者(75歳以上)の方には  
すでに配布済みです。  
75歳未満でも高齢者のみの世帯な  
ど希望する方は、申請できます。  
問合せ先  
佐倉市福祉部高齢者福祉課  
(☎484-6243)



- ① 救急医療情報用紙  
住所・氏名・年齢、血液型・病名  
緊急時連絡先・かかりつけの医療機関  
など・・・
- ② 本人の写真 適当
- ③ 保険証(写し)
- ④ 診察券(写し)
- ⑤ 薬剤情報提供書(写し)  
薬の名前、用法、写真、作用などが  
記述されたものです



マグネットシールを  
冷蔵庫に貼っておく

### キャップ、 プルトップ回収報告

H21.11.1~25.10.10

キャップ	4,808 kg
プルトップ	434 kg

ご協力ありがとうございます



### 今後の事業予定

- 子育て支援ひよこの会
- 第4回福祉委員会  
千代田荘工事のため  
日程調整中
- ◇ いきいき健康サロン  
12/18(木) 染井野中央会館
- ◇ 千代田ふれあい演芸会  
26/2月～3月頃 千代田荘

### 手作り洋装のお店 自分サイズ仕上げ アトリエ ベベ

佐倉市畔田 280  
☎ 043-487-6612  
FAX 043-308-3133

### 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)



# 行く先々で人の心の温かみに触れる …歩き遍路の醍醐味…



「人は気持の動物である」この思いを最も深く体感できるモノのひとつに歩き遍路がある。退職後はそれまでと違った生き方をしたいと考えていた私は、四国遍路に行く事で気持の転換を図り、それまで身に着けてきた衣を脱ぎ捨てたいと考えた。

一方、何人かの知人に遍路行を公言した手前「今さら行かない訳にはいかない」という思いがゼロだとも言い切れない。純・不純こもごもの出発であった。

例えば巨漢の私が(単なる90kgのデブ) 四国八十八カ寺を徒歩で移動するという発想がそもそも間違いであった。あの程度の覚悟はしていたもの



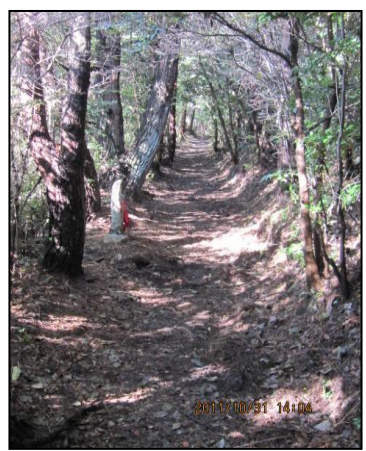
の、歩き遍路は私の想像をはるかに超えた苦難の旅であった。どこへ行くにも車、車で歩く生活習慣の少ない(脚力のない)私には非常に大変な旅であった。特に「遍路ころがし」といわれる焼山寺道などの難所は、必死の思いで歩き登った。とても辛い旅であった。しかし、都会に居ては一生味わうことができないであろう貴重な人生の体験をたくさんすることができた。その意味では、大変に価値のある有益な旅だったと思っている。

歩き遍路の醍醐味は行く先々で人の心の温かみに触れることであろう。出会う人々の優しい気持が四国の風土と相俟って遍路びとの硬い心をほぐしてくれる。ただ、親切(四国の伝統文化である、お接待のこころ)に対する感謝から、遍路人は自分が生かされて

いる存在である事を実感していく。こうして静かにゆったりと流れる時間と空間の中で、少しずつ人間本来の心を取り戻していくことができる。すべてに拙速を尊ぶ現代社会からは隔絶された世界である。

そんな世界に浸りながら歩く旅なので一般に遍路びとの関値はかなり低い。すぐに感動する。小さな子供に『おへんろさん、がんばってね』と言われただけで嬉しくて涙があふれ出る。そして心の底から元気が湧き出てくる。日常的にそんな体験をする。

遍路人には貧富の差も、地位の高低も、男も女も、老も若もない。ただの「お遍路さん」。そこではつまらない自尊心や虚栄や銜(うら)といった俗世間の遺物はすべて要らない。不要なものを捨てた状態での人間関係は本当に自由で楽しい。人は裸になるとこんなにも清々しく豊かで幸せな気持ちになれるものかと自らを再発見する。多くの人が「お四国病」(結願(けちがん)しても再び遍路に行きたくなる病気)にか



かつてしまう理由である。人間のすべてのいとみなみは幸福の実現に向けられている。遍路旅は、人の幸、不幸を決定するものが「気持」であることを体感として教えてくれた旅であった。

吉田洋三

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**

日本は四季がある美しい国と言われてきた。この頃、地球温暖化のせい、冬の次は夏、夏の次は冬のようになってしまう、空調機が休む暇もない。とはいっても木々が色づき、金木犀が香る、秋がちよっぴりあるのが嬉しい。

S・T

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**

稻荷台 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





腹に響く臼井南中の“ぶちあわせ太鼓”で  
始まりました



千代田小の合唱

# 敬老会 スナック



敬老者代表



市原幸夫さんの謝辞



染井野小の合唱



臼井南中の迫力あるブラスバンド



「上を向いて歩こう」と  
「水戸黄門」を大合唱

歌詞カードは生徒の手作り



お弁当は好評でした

## ミュージカル落語 三遊亭亜郎さん

元「劇団四季」の団員で  
落語もやるミュージカル  
タレントとして活躍。  
ピアノの伴奏で美声を響  
かせました。

