

社協ちよだ



「いきいき健康サロン」が12月7日開催されました。高齢者福祉事業部が毎年開催しているもので、楽しみながら健康を維持して頂けるよう、盛りだくさんのメニューをご用意しました。当日はお天気にも恵まれて、14名の皆さんをスタッフ14名でお迎えすることができました。

午前の部は10時から地域包括支援センターの佐藤さんと芳野さんの指導で始まりました。座つたままでの上半身のストレッチやふるさと体操などで体を気持ちよく動かした後は「ふまねっこ」の登場です。

「ふまねっこ」とは50CMぐらいのマスが横に3マス縦に8マスならんだネットです。

(写真を
内安全を願う！)

笑顔で微笑みを忘れず、健康に留意し風邪をひかず、元気に羽ばたきながらも（重くて？飛べない人は）こつこつと歩いて前進し、恒久平和を祈り、仲良く家

千代田地区全域の方を対象に「いきいき健康サロン」が12月7日開催されました。高齢者福祉事業部が毎年開催しているもので、楽しみながら健康を維持して頂けるよう、盛りだくさんのメニューをご用意しました。当日はお天気にも恵まれて、14名の皆さんをスタッフ14名でお迎えすることができました。

午前の部は10時から地域包括支援センターの佐藤さんと芳野さんの指導で始まりました。座つたままでの上半身のストレッチやふるさと体操などで体を気持ちよく動かした後は「ふまねっこ」の登場です。

ご覧ください）畳の上において、その上をマスの枠を踏まないようステップしていくものです。だんだんステップも複雑になり、更に手の動きも加わり…それで皆さん軽やかにあるいは慎重に3人並んで端まで歩くと待っている方達とハイタッチ！

楽しく体を動かした後は大広間から和室のテーブル席に移動して、来年の干支の酉にちなんで折り紙でニワトリを折りました。そしてそれを色紙に貼り、新しい年への希望や目標を書いていただきました。私達スタッフも色紙作りに参加して、それぞれ一言ずつ目標などを書いてみました。出来上がった色紙の皆さんのお葉を繋いでいくと、

（高齢者福祉事業部 清水春江）
帰りの車の中で、「送迎までして頂いて有難う」「久しぶりに一日楽しく遊んだわ」などと仰って頂きました。参加者の中には染井野3丁目から会場の千代田荘まで往復徒歩でいらした方もありました。お元気な皆さん、益々健康になつてくださいね。

いきいき健康サロン

というところで
しようか。

再び大広間で
昼食の後は、

発行部数 4,000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 千代田荘内
〒285-0836 佐倉市生谷1306 ☎ 043-461-5641
(火・木・金 13:00~17:00) Fax 043-308-6783
メールアドレス: shakyo.chiyoda@chime.ocn.ne.jp
ホームページ: http://shakyo-chiyoda.sakura.ne.jp



久し振りのトランプ、パワはどこに？

主な目次

・いきいき健康サロン	P 1
・ひよこの会	P 2
・福祉功労者表彰	P 3
千代田ふれあいまつり	II
・住吉神社例大祭	P 4
飯郷おすすめ散歩地図	II
・歳末助け合い	P 5
その他のお知らせ	II
・温泉の効能を求めて	P 6



新たな年に向かって、元気に決意表明！

の活動の一つに子育て支援事業があります。その中心的な活動の「ひよこの会」は毎月第2木曜日の午前中の集まりです。年間を通してのお楽しみや交流の場の提供の他に、保健師さん・栄養士さん・消防士さん達の協力を頂いて、子育て中のお母さん方の様々な悩みや疑問の解決へのお手伝いをしています。



毎年11月は救急救命士の方に来て実際に体験したところ、どうぞ参考になさってください。

来ていただけで、特に幼児に対する緊急時の対処法を学びます。今年度は心肺蘇生法を人形を使って実際に体験したところ、どうぞ参考になさってください。

この会は毎月第2木曜日の午前中の集まりです。年間を通してのお楽しみや交流の場の提供の他に、保健師さん・栄養士さん・消防士さん達の協力を頂いて、子育て中のお母さん方の様々な悩みや疑問の解決へのお手伝いをしています。

いかづち：いたずらや急車を呼んだら、どうぞ参考になさってください。

年が明けて1月11日。ひよこの会

親子で遊ぼう ひよこの会

対象 乳幼児親子

日時 每月第2木曜日 10時～12時
(8月はお休み)

場所 千代田荘

平成29年度の予定

- | | |
|------------|-------------------|
| 4/13 | 自己紹介、ママ友作り |
| 5/11 | 絵本の読み聞かせ |
| 6/8 | 栄養士さんと話そう「子供のおやつ」 |
| 7/13 | わらべ歌 |
| 9/14 | 保健師さんと話そう「育児相談」 |
| 10/12 | おもちゃを作ってみよう！ |
| 11/9 | 救急救命講習（佐倉消防署） |
| 12/14 | クリスマス会「ブラックシアター」 |
| 平成30年 1/11 | お正月遊び |
| 2/8 | 保健師さんと話そう |
| 3/8 | お別れ会「パネルシアター」 |



さん達はいつも通り元気に集合。今年のお正月は凧つくりをしました。お母さんにお手伝いしても大丈夫です。でも普段と様子が違うというのには身近に接しているお母さんだから感じ取る事が出来るのです。
おかしいと思つたら迷わず119番。たとえ空振りであつてもからかまいません。逆に空振りで良かったと思つて欲しいぐらいです。これから長い人生を健やかに生きることは、お子さんのみならず親御さんたちにとっても一番の願いです。ためらわずに救急車を呼んでください。

12月のひよこの会はクリスマスお楽しみ会です。ブラックシアターの動物たちの楽しい動きに合わせて、子供達の体は自然にストレッチし始めます。お母さん方やスタッフが持ち寄ったプレゼントを交換するのも、恒例となりました。おやつタイムのシフォンケーキも、年に一度の特別なお楽しみ。心もお腹も満たされた「又来年元気に遊びましょーね。」とご挨拶をしてお別れしました。

母様たちにも「注意して食べさせて下さいね。」と声掛けしながら一生懸命走りました。おやつタイムは鏡開き風に白玉ぜんざいを用意しました。白玉が喉に詰まつたらどうしよう…少し心配でしたができるだけ小さくして、お母様たちにも「注意して食べさせて下さいね。」と声掛けしながら甘いひと時が流れました。



クリスマス会のお楽しみ
ブラックシアター

卒業の季節です。幼稚園に行っても元気いっぱい遊んでくださいね。（児童福祉事業部 高橋雅子）

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、車を買い換いたら、自動車保険はお任せください。

あいおいニッセイ同和損害保険㈱
(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

襪 新規
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 薩摩原正直
☎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

「ひよこの会」を通じて 地域の
童福祉事業部が毎月主催する
ますみさんと藤井早苗さんは児
童福祉事業部



砂川さんと多々良さん

福祉功労者として 表彰されました

佐倉市社会福祉協議会には、
佐倉市の福祉に貢献した個人や
団体を表彰する制度があります。

千代田地区から

は福祉委員2名

が表彰され、又

ボランティア個人2

名1団体に感謝状が

贈られました。

福祉委員の多々良信治さんは
各イベントでは音響を担当する
など、余人をもっては代えがた
い活躍をなさっています。

同じく寺尾政子さんは介護福
祉士の資格を活かして、高齢者
事業部にて各行事の立案・実施
に長く携
わってお
られます。

一方ボ
ランティ
アの田口
ますみさんと藤井早苗さんは児
童福祉事業部が毎月主催する
「ひよこの会」を通じて 地域の
童福祉事業部が毎月主催する
ますみさんと藤井早苗さんは児
童福祉事業部

が表彰され、又

ボランティア個人2

名1団体に感謝状が

贈られました。

ボランティア個人2

名1団体に感謝状が

贈られました。

佐倉市社会福
祉協議会には、
佐倉市の福祉に
貢献した個人や
団体を表彰する
制度があります。

事業に長く
貢献されて
います。豊
かな経験と
知識に裏付
けられた対
応には多く
のお母さん

「七人の会」の方々



達が信頼を寄せ、又体操や遊戯
指導などにも人気があります。

団体の「七人の会」は染井野
7丁目の方が15年前に始めた
夜間町内パトロールがその母体
です。使命感や自己犠牲などと
いう言葉とは一線を画して「気
心の知れた信頼し合える仲間た
ちと楽しく仕事をして一緒に遊
ぶ」というコンセプトのもと、
活動を続けておられます。この

あたりが長続きする秘訣のよう
です。4年前の千代田ふれあい
まつりの際、社協に協賛する形
で焼きそばを作ったのがきっかけ
で、福祉委員にもなつておら
れます。

千代田社協広報紙やホームページ
の作成の中心となり活躍。又
各イベントでは音響を担当する
など、余人をもっては代えがた
い活躍をなさっています。

一方ボ
ランティ
アの田口
ますみさんと藤井早苗さんは児
童福祉事業部が毎月主催する
「ひよこの会」を通じて 地域の
童福祉事業部が毎月主催する
ますみさんと藤井早苗さんは児
童福祉事業部

(広報事業部 高椋雅子)

千代田ふれあいまつりに 参加しました！

千代田地区社協への御協力をお
願いいたします。

今後ともそれぞれのお立場で
千代田地区社協への御協力をお
願いいたします。

カムロも参りましたよ！

焼きそばとわらび餅
大人気でした

認定こども園

(福)吉見光の子
モンテッソーリ子どもの家



佐倉市吉見193-1
☎ 309-8372
FAX 460-8373

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



ゆっくりショッピング

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

第21回千代田ふれあいまつ
りは前日の雨も上り、予定通り
11月12日の土曜日に千代田小
学校校庭で開催されました。校
庭にたまつた雨水を朝早くから
担当の方達が取り除いてくださ
り、無事開会の運びとなりま
した。

会場も各ゾーンに分かれて、
小中学校による合奏や演奏・ロ
ックソーランやチアダンス等の
元気な演技・ディスクゴルフの
体験やスタンプラリーなど、広
い会場一杯に地域や世代間の交
流の輪が広がりました。おいし
い香りが漂う中、まつりの

時間が以前よりも短くなり、主
催者の皆さんには大変なご苦労
があつたこと思います。色々
な形で参加された方々を含めて
皆さんお疲れ様でした。

今日は初の試みとして、土曜
日開催で日曜日を予備日とする
ことになりました。会場準備の
時間が以前よりも短くなり、主
催者の皆さんには大変なご苦労
があつたこと思います。色々
な形で参加された方々を含めて
皆さんお疲れ様でした。

子供たちの笑顔がお祭りには
一番ぴったりですね。

(広報事業部 高椋雅子)

上げました。又わらび餅作りは
別会場で朝8時から行われ、32
鍋220食を練り上げました。フリ
マに品物を提供して下さった
方々も、ご協力ありがとうございました。

第3 木曜力フェ

場所：千代田・染井野ふれあいセンター
第2会議室
時間：毎月第3木曜日 13時～15時半

◆ 来客数 ◆

10月	11月	12月	1月	2月
24人	29人	30人	24人	30人

コーヒー・紅茶・チーズクッキーを
100円でお楽しみください

ほっと・すペーす・わかば

小中学生の基礎学習のお手伝いをしています。学習を中心に、宿題など一人ひとりに合せたサポートを行っています。

日時：毎週木曜日 15時30分～19時
(小学生は原則18時まで)

場所：千代田・染井野ふれあいセンター
第2会議室

主催：地域・学生ボランティア・
千代田地区民生委員児童委員協議会
申込み・問い合わせ
高野 090-4133-3579
泉 090-3401-4124

訂正

38号P6(誤) ほっと・すペーす・わか
(正) ほっと・すペーす・わかば

ご寄附ありがとうございます

* ジャングルジム 水間様 (染5)
* 幼児玩具 佐倉おもちゃ図書館様

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



住吉神社

佐倉市吉見 233-1

初詣・七五三
結婚式・安全祈願
武藤 宮司 ☎ 0476-42-2629

歳末たすけあい募金

ご協力ありがとうございました

総額 37,176 円になりました

12月10日(土)午後1時から2時30分まで、千代田地区社協による歳末たすけあい募金活動が行われました。今回はガールスカウト千葉連盟第84団・臼井南中の生徒さん・明るい社会づくり佐倉から31名のご協力をいただき、福祉委員6名と共にヤオコー染井野店及びカワチそめい野店の店頭で実施いたしました。佐倉市内全域での総額は1月31日現在10,887,619円となっています。



ご協力ありがとうございました

募金額 6,535 円になりました

11月12日(日)に「千代田ふれあいまつり」が開催されました。千代田地区社協も参加し、同時に赤い羽根共同募金の募金箱を設置いたしました。ご協力ありがとうございました。

お詫び

小紙前号(38号)の寄附欄に御本人の了解を得ないまま氏名等掲載してしまい、大変ご迷惑をおかけしました。ここに深くお詫びを申し上げますとともに今後このような事が無いように努めて参ります。

キャップ、プルトップ回収報告

29.2.10 現在

キャップ	7,067 kg
プルトップ	181 kg
アルミ缶	456 kg

ご協力ありがとうございます



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。

レシート合計の1%分の希望する品物が地区社協に贈呈されます。

アトリエ ベベ

ロックミシンで自分サイズの洋服を作ってみませんか。体験教室あります。



☎ 043-487-6612
佐倉市畔田 280

臼井にしづわクリニック

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)

使用した写真は、インターネットから引用しました。



私は温泉が好きだ。今は年間20～30回程度行っている。退職前は職員旅行や私的な旅行で日本全国の温泉に行っていたが、今は関東から北の方に行くことが多い。北は青森から関東までの色々な温泉に行っているが、退職後は月1～2回必ず行く温泉がある。それは福島県の国指定の天然記念物三春の滝桜で有名な地にある『やわらぎの湯』という温泉施設である。

ここに何回も行くようになつたのは、故郷の宮城に帰省する途中に位置していたことで寄り定められたことにある。年5～6回は実家に帰っていたので、その都度寄つていた。

私的な感覚であるが、風呂に入ると運転の疲れも和らぎ体が元気になるからである。それで

便秘がちな室内も、この水を飲むとお通じが良くなると喜んでいる。娘も時々連れて行くが、ここに来ると元気に仕事ができると喜んでいる。

聞くと、肯定的な事が多い。これに来ているから元気でいられる、病気が良くなつた、何とか維持できていると話をしているのをよく耳にする。

最後に、温泉に行く目的は岩盤浴で有名で人気があるのは秋田県の玉川温泉がある。この『やわらぎの湯』も癌等を患つた人がよく湯治にくる。掲示されている感謝の手紙を読んだり湯治にきている人の雑談を聞いて、肯定的な事が多い。こ

温泉の効能を求めて

便秘がちな室内も、この水を飲むとお通じが良くなると喜んでいる。娘も時々連れて行くが、ここに来ると元気に仕事ができると喜んでいる。

これまで色々な温泉に行つているが、体が温かくなつたり気持ちよい経験はあるものの直接効果を感じられることはあまりなかった。この温泉のパンフレットを見ると、「ラジウム岩盤湯」であり、子宮筋腫・悪性腫瘍・神経痛・リウマチなど万病に効くラジウムを含む中性水と書いてある。



編集後記

今年度から広報部にも所属することになりました。4ヶ月毎の紙面作りの作業は、前回の記憶がほぼ残っていません。毎回一からやり始めるような感じです。掲載記事も季節がずれるものが多く、青春の(?)悩ましい日々を送っています。

MT

特に、今は比較的元気に生活しているが、体調が悪くなつた時は、『やわらぎの湯』の長期湯治にもチャレンジしに行きたいとも思つてゐる。

最後に、温泉に行く目的は色々あると思うが、これからも楽しみながら多くの温泉に入りたいと思っている。その中で効能の多い温泉を求めていきたい

● ● ●

LEON GROUP
Restaurant SADAF
ランチバイキング 11:30～15:00
ディナー(パーティーコ) 17:30～23:00
佐倉市吉見 602-32
043-497-5101 *月曜日定休*

イラン料理
カレー・ケバブが人気!

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

うすい剣友会
剣道始めませんか!!
場所: 王子台小学校
時間: 金曜 17:30～19:00
日曜 15:00～16:30
入会金: ¥1,000 会費: ¥2,000/月
問合せ: 090-2248-7414(藤田)
剣道着・防具は無料で貸出しています

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