

おもいやり

— 中央東地区社協だより —

第58号

発行 中央東地区
社会福祉協議会
事務局 鎌ヶ谷市東初富
1-10-1
(東初富公民館内)
電話・FAX 442-5144
編集 広報啓発委員会



木下街道を白井に向かって列が続く

地区社協恒例のウォーキング

初夏の風を感じて10キロ

5月31日(木)、梅雨間近を思わせる曇天の中を43名が9時半に東初富公民館を出発、木下街道に出て「白井競馬学校」へと向かいました。

到着後、案内された調教スタンドの屋上からの眺望はすばらしく、一周一四〇〇メートルの馬場に若い生徒たちが練習している姿を見ることができました。説明によると、彼らは3年間の厳しい訓練の後、プロ騎手としてのデビューをするとのこと。有名な【武豊】騎手も当校の第3期生で、今年4月には第31期生6名が入学されたそうです。

その後、約120頭の練習馬が飼育されている厩舎の見学などもできて身近に馬と接する機会を得ました。

昼食は、「白井木戸公園」での楽しいお弁当タイム。ここは、映画「シャルウィダンス」のロケ地にも使われ、役所広司さん扮する主人公の仕事帰りのダンスの練習の場でした。

白井市を回るウォーキングを終え、全員無事に公民館まで帰着。万歩計は一万四千六百歩を刻んでいました。

(在宅福祉委員会)

中央東地区社協の活動範囲は

鎌ヶ谷東第1区連合自治会・東武鎌ヶ谷自治会・南初富連合自治会です。

避難所運営の訓練

大災害に備えて
昨年東日本大震災が発生し、国民は大打撃を受けました。あれから1年数ヶ月が経ち全国の自治会活動のテーマが自主防災関連に変わったようです。震災後ひろがった「自分の身は自分で守る」「私達の街は私達で守る」という意志を皆で持つようになりました。

私達、中央東地区社協は7月5日(木)午前9時から、「災害救援ボランティアネットワーク」の7名の方に指導を受け、参加者25名で避難所運営ゲーム(訓練)を行いました。4グループに分かれて、学校を避難所と設定した上で、避難されてきた方たちの一つ一つの課題を議論し、居場所を決定していくという内容でした。最後に各グループの代表者がゲームに対しての問題点や意見を発表しました。2、3回と訓練を続けることが望まれます。

災害備品の点検

午後1時から地区社協保有の災害備品の点検を行いました。倉庫から備品を出してリスト番号を書き、新たに購入した備品に社協名を記入し、用途別に区分整理して収納しなおしました。

中央東地区社協は地域の皆さんの安全のため災害備品の充実に努めております。



「この家族はどこへ…」ゲームでも真剣に

「東初富公民館ひょうたんまつり」に参加

昨年は大震災のため開催されず2年ぶりとなったひょうたんまつりが、5月27日(日)に晴天に恵まれ開催されました。当地区社協では恒例の「焼きそば」「綿菓子」に加え、正面玄関の右手・テント脇で「災害備品の展示」を行いました。

中央東地区社協「実施要綱」改定を承認

4月20日(金)中央東地区社会福祉協議会運営委員会で、当地区社協の事業実施要綱の改定案が、承認されました。

高齢者と障がい者のふれあい祭り
ふれあい交流演芸会
9月8日(土) 東初富公民館にて
※ 梨狩りはひょう被害のため中止です。

※詳細については自治会の回覧をご覧ください。

高齢者と障がい者と子どもの
ふれあい祭り
クリスマス会
12月2日(日) 東初富公民館にて

◆寄せられた善意

ありがとうございました

- 鎌ヶ谷ひょうたんクラブ様より 30000円
- 鎌ヶ谷レディースサークル様より 30000円

【編集後記】

社会福祉協議会の運営資金の経費削減に伴って「おもいやり」の発行が年2回になったことで、時節に添った記事の掲載が、一層難しくなりました。私たち広報委員は、その中で記事の選択にいろいろ意見を出し合い取り組んでおりますが、特に写真掲載に伴う個人情報保護法に気を使いながら編集しています。

📞お声をかけてください

健康増進課保健師から

鎌ヶ谷市役所健康増進課で中央東地区を担当している、保健師の林・中村です。

中央東地区にお住まいの、赤ちゃんから高齢者の方までの全ての住民の方々の健康に関するお手伝いをしています。赤ちゃんの健診や老人会や地区社協で行われている行事での健康教育・健康相談、電話相談・家庭訪問等での個別相談も行っています。健康について心配なことや聞いてみたいこと等ありましたら健康増進課保健師へお気軽にお声をかけてください。

連絡先 市役所 健康増進課 ☎ 444-1141



- 【熱中症から身を守りましょう】
 これからの季節、熱中症に注意が必要です。予防のためには
- ① 日差しの強い時間帯(お昼前～午後3時)の外出はできるだけ避ける。
 - ② 外出時は風通しの良い服装・帽子をかぶる
 - ③ こまめに水分補給を行う。入浴前後や就寝前・起床後の水分補給を必ず行う。
 - ④ 自宅ではエアコンの使用(28℃設定)や扇風機を使う。熱がこもらないように、風通しを良くする。
- 等が上げられます。熱中症は自宅内でも発症し、また特に高齢者と乳幼児は重症化しやすい

【普通救命講座を受けて】
 今年の援護グループとの勉強会は、6月15日(金)中央消防署にて午前、午後と2組に分かれて受講する3時間の「普通救命講座」でした。

119番通報をして、救急車が到着するまでの間の心肺蘇生法とAED使用方法を学びました。

倒れている人を発見した場合、大きな声で呼びかけ、意識と呼吸の確認をし、胸の真ん中を肘を曲げずに両手を重ねて、手首付近で胸骨圧迫を30回、人工呼吸2回のサイクルで、AEDを装着するまで繰り返し続けます。装着後は音声ガイドに従って処置します。年に1度は講習を受けた方がいいようです。機会があったらぜひ受けてみてください。



子育てをみんなで見守りましょう ～あなたの“気づき”が親子を救います～ ☎緊急時は迷わず110番

A.子育て総合相談室(鎌ヶ谷市役所こども課内) 047-445-1141(内線712、797) AM8:30～PM5:00

B.市川児童相談所 047-370-1077 AM9:00～PM5:00 *A、Bいずれも、月曜～金曜対応

C.子ども家庭110番 043-252-1152(中央児童相談所内) *Cは24時間・365日受付・対応

地域包括支援センターをご存知ですか

—高齢者の法的支援相談所—

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で、安心して生活が続けられるように支援する公的な相談場所です。

鎌ヶ谷市では3か所の地域包括支援センターが地域を分けて担当しています。

中央東地区を担当するのは、鎌ヶ谷市初富地域包括支援センターで、平成23年11月に開設しました。

保健師等・社会福祉士・主任ケアマネジャーが配置されており、専門職同志が知識や技能を互いに生かしながらチームで活動します。

※西部包括が担当していた地域の一部が初富包括に変わりました。

初富地域包括支援センター 初富保健病院内 047-446-7873 月曜日～土曜日 9時～17時	中央東地区	東鎌ヶ谷、東初富、南初富 1～3丁目、 初富(700～927番地)
	北部地区	栗野(1～425番地・539番地～)、軽井沢、佐津間 (2番地～1299番地)、中佐津間、西佐津間、 南佐津間
西部地域包括支援センター	シルバーケア鎌ヶ谷内	047-441-2007
南部地域包括支援センター	特別養護老人ホーム慈裕苑内	047-441-7370

♥初富地域包括支援センターから♥
 地域の方に親しまれ、安心して相談をしていただ
 けるような場所にしたいと思っています。
 また初富地域包括支援センターでは、介護予防
 教室「のびのび倶楽部」を開催しています。
 詳しくはセンターにお問い合わせ下さい。
 体力低下が気になる方、家に閉じこもりがちな方
 などが対象です。
 今後ともよろしく願い致します。



地域サロンを始めました

時間 7月26日(木) 10時～13時

場所 特別養護老人ホーム鎌ヶ谷翔裕園 交流スペース

ご近所・お友達どなたでも参加できます。

今回は 8月23日(木) 10時～13時



【問い合わせ先】中央東地区社会福祉協議会 ☎ 442-5144