

おもいやり

— 中央東地区社協だより —

第66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

明るい住みよい街づくりをめざして



「綿あめ綿あめ、おおきくな〜れ！」



「うまい！隠し味は鰹節（笑）」

今年も参加！！

6月5日(日)第19回「ひょうたんまつり」が東初富公民館で開催されました。公民館を利用してのサークルの発表や作品の展示があり、焼きそばや綿菓子、ポップコーン等の模擬店の出店も多数ありました。また、ピザ作り教室やフリーマーケット、BOXくじ等で子どもたちも楽しんでいました。

当日の朝は雨で、皆さんが来てくれるかどうか心配していましたが、開会式の頃には雨もすっかり上がり、八百十名もの来場者があり、大盛況でした。鎌ヶ谷市のマスコットキャラクターを盛り上げてくれました。

中央東地区社協の活動範囲は

鎌ヶ谷東第一区連合自治会・東武鎌ヶ谷自治会・南初富連合自治会です。

〈東初富公民館の紹介〉

東初富公民館は、学習や地域づくりなどの活動・交流拠点として地域の皆さんに利用していただく社会教育施設として、平成7年4月に開設され、今年で21年目を迎えました。新鎌ヶ谷駅から徒歩25分、五本松交差点から第五中学校方面に向かい200mほど進んだところに位置しており、庭には、緑が多く四季折々の花が咲いています。夏の時期には朝顔のカーテンが見ごろを迎えますので、来館される機会がありましたらぜひご覧ください。
1階にはふれあいホール、集会所、陶芸窯もあるふれあい創作室、図書分館、中央東地区社会福祉協議会事務局があります。2階には調理室、学習室、保育室などがあります。現在53のサークルが、ダンス・陶芸・カラオケ・囲碁・料理など多彩な分野にわたり定期的に活動している他、自治会・PTAなど社会教育法の目的にそった団体が活動する場合「利用いただけます」。

併せて公民館では年間を通して様々な主催講座・事業を開催しています。現在秋の実施に向け陶芸教室中級編を企画中です。
いつでもいくつになっても学べる身近な場所として、東初富公民館をぜひ「活用いただければ幸いです。」
(館長)

〈介護予防教室のお知らせ〉

身体を動かしていきいきしませんか？

日時 10月11日(火) 9時30分〜11時30分
内容 「体力測定と体操」
日時 12月20日(火) 9時30分〜11時30分
内容 「軽体操」

日時 1月17日(火) 9時30分〜11時40分
内容 「軽体操・歯科講習」

日時 2月21日(火) 9時30分〜11時40分
内容 「軽体操・栄養講習」

〈持ち物〉 汗拭きタオル・バスタオル・飲み物

〈場所〉 東初富公民館 ふれあいホール

★申し込みは中央東地区社協まで



〈クリスマス会のお知らせ〉

高齢者と障がい者と子ども

ふれあい祭り

日時 12月4日(日) 10時〜14時

場所 東初富公民館 ふれあいホール

今年も恒例のクリスマス会を開催します。

詳細は自治会回覧にてご案内します。

◆寄せられた善意

ありがとうございます

ひょうたんクラブ様より 3000円
中村喜佐子様より 手作り小箱
坂本様より 電気炊飯器 1台
澤田様・宮田様より 手作りお手玉

◆車イスをご利用下さい

無料で貸し出しております

(鎌ヶ谷市車いす点検整備ボランティアの会に、5月に点検して頂きました。)

◆シーツ交換ボランティアさん募集

場所 特別養護老人ホーム翔裕園
毎月 第4水曜 (8・11・12月除く)
午前10時〜12時頃
持ち物 室内履き・エプロン
中央東地区社協 ☎ 四四二・五一四四

【編集後記】

6月初旬に東初富公民館にて「ひょうたんまつり」が開かれ地区の多くの人々が楽しい時を過ごしました。中央東地区社協の事務局がある公民館の設備・利用方法も記載されています。

4月14日熊本大地震で大被害が発生しました。楽しい思い出だけでなく災害発生時の対策・防災も心におきましよう。

平成28年度地区社協の事業

4月19日介護予防の一環としてウォーキング講習会を開催しました。講師は「さわやかプラザ軽井沢」の浅沼インストラクター。軽いストレッチの後、イスに座って手・足・腰を動かしながらの準備運動。その後、適度の負担をかけた動きや背筋を伸ばすなど日頃使わない筋肉が良くほぐれ身体がポカポカとなりました。

動作のポイントのわかりやすい説明ときびきびした元気な掛け声の先生のさわやかさに参加者27名は「是非また次回も」とラッパ急増の一日でした。



ウォーキング歩行練習

6月21日清田講師による「健康体操講座」を開催しました。26名の参加者の約半数が腰・膝等に何らかの問題を抱えているとのこと。早速、その対応体操から始めました。参加者からは「足がふる」「寝つきが悪い」等々の悩みが出され、一問一答のやり取りもありました。年齢を重ねると必然的に身体の悩みも増えてきますが、ともかく身体をよくマッサージしたり動かしたりして、健康を保つ努力をしていきたいものです。清田先生のご指導と力強い声で励まされた一日でした。



健康体操 (ふくらはぎのストレッチ)



サロン翔友会 (最初の5分間体操)



ミニリハビリ教室 (脳トレ)

ボランティア育成委員長を引き受けて

前委員長の後を引き継ぐことになりました。鹿目(かのめ)と申します。市民歴22年。千葉都民で家は寝に帰る場所でした。退職し地域が生活の全てとなった時、孤独死の文字が脳裏をかすめ、焦燥感が…。そんな時当地区社協の広報紙で老人ホームでのシート交換ボランティアの募集を見たのです。平成25年9月のことです。

参加してみると…なんとということでしょうか！ステキな方々が和気あいあいと作業しておられるではありませんか。こんな世界があったのか？と驚き、今に至っています。もうピアノに戻れない。加速する超高齢化社会を生きる術を学びながら、出会いを大切に活動していきたいです。よろしく願います。

尚、今年度年間計画がホームページに掲載されています。興味のある方はぜひ地区社協事務局までご連絡下さい。お待ちしております。

はがき作りに参加して(子どもたちの感想)

- ・友達と一緒に書くのが楽しかった。
- ・人を思うことが勉強になった。
- ・疲れたけど楽しかった。
- ・めずしい体験ができた。
- ・お年寄りのことを考えて書くことができた。
- ・ボランティア体験やつてみたいと思った。
- ・みんなではがき作り楽しかった。



こころを込めた絵はがき作り

絵はがき作りで福祉教育活動

私たち地区社会福祉協議会は、前号において、取り組んでいる福祉活動の内容を写真で紹介しました。その中で初富小・五本松小・五中生による牛乳パックから手作りのはがきを作成し、そのはがきに心を込めて絵を描き、文字を添えて一人暮らしの高齢者に暑中お見舞い・年賀状を送ってきました。

初富小・五本松小でも、福祉教育に合わせて私たちも将来を担う子どもたちに、絵はがき作りを通して思いやりの精神を醸成することを目的とした福祉活動の意義を伝えています。



ありがとう! 未来ちゃん

初富小・地区社協共催

「命の授業」に参加して

6月3日(金)、5・6年生を対象にして、虐待を受け殺処分寸前で救われた奇跡の愛犬「未来」ちゃんと、児童文学作家の今西乃子さんによる90分間の講演。まず初めに今西さんからの質問、「今の自分は好きな自分ですか？」「二つの質問、「今の自分は好きな自分ですか？」「嫌いな自分ですか？」「将来の夢は何ですか？」と。

スライドは、千葉県動物愛護センターに収容された犬たち、一週間後に送られるガス室、そして殺処分された犬たち。火葬中、そして灰になった骨の写真等々を写し、日々行われているこの現実を知ること、事実を知らなければ前には進まない。「命を捨てるのも人間、救うのも人間。どちらの大人になった方がみんなは自分が好きって言えますか？幸せて思えますか？」と。亡くなつていい、殺されていい「命」などひとつもない、「命に対する気づき」を伝えてくださる貴重な講演でした。