



第23回 健康と福祉のつどい

～このまちで安心して暮らしつつづけるために～

日時：令和2年3月28日（土）9:40～15:30

会場：あびこ市民プラザ（あびこショッピングプラザ 3F）

入場無料



講演①

定員 200名
要約筆記あり

会場：ホール 10:00～11:30

『運動で健康寿命を延ばそう』

～自立した生活を送るための体づくり～

名戸ヶ谷あびこ病院リハビリテーション科長 **若松 卓** 先生

（理学療法士）



講演②

会場：ホール 14:30～15:30

『終活のおはなし』

～相続・お墓・葬儀の概要～アビコセレモア **湯浅 功教** 様

参加者にエンディングノート
差しあげます！（100部限定）

ホール

9:15～15:30

- 9:15 開場
- 9:40～10:00 開会式
- 10:00～11:30 講演①
- 11:30～12:00 パネル展示の紹介
- 休憩
- 12:30～13:00 ダンス
- 13:00～14:00 笑いヨガ
- 14:00～14:30 フラダンス
- 14:30～15:30 講演②



第一会議室

12:00～15:30

- ・健康相談
- ・血管年齢測定
（先着 70名）
- ・骨健康測定
（先着 70名）
- ・頭の元気度測定
（先着 30名）

9:15より受付にて
整理券を配布します



サロン

福祉団体の即売会 9:40～15:30 / パネル展示 9:40～15:30

主催：我孫子北地区社会福祉協議会
我孫子市社会福祉協議会
我孫子市

お問い合わせ：我孫子北地区社会福祉協議会
TEL / FAX : 04-7165-3434
メールアドレス：kita@abiko-shakyo.com

北地区社協だより

～布施・久寺家・つくし野・並木・我孫子・根戸～



発行 令和2年2月1日
我孫子北地区社会福祉協議会
編集・制作 広報調査部会
問い合わせ：平日9時～16時

〒270-1164 我孫子市つくし野 3-22-2-204
我孫子ビレジ・ショッピングセンター2F
<TEL・FAX>04-7165-3434 <e-mail>kita@abiko-shakyo.com
<ホームページ> <http://kita.abiko-shakyo.com/>
<ブログ> <http://kita-blog.webnode.jp/>

◆◆◆ご挨拶 ～『令福の和をつなげたし ねずみ算』～

我孫子北地区社会福祉協議会 会長 **柏崎 房男**



五輪(オリンピック)の輪、
令和の和、絆の環。ねずみ
算。様々な“わ”がねずみ
算のように繋がり続けて良
い年・地域になる事を願っ
ております。

我孫子北地区社会福祉協
議会、本年もどうぞ宜しく

お願い申し上げます。

先日、あるベストセラーになった本を読みまし
た。その本は「妻のトリセツ」。

女性が今まで以上に元気で強くなっているのに
対して、元気を失っている男性に向けた応援本
のようですが、受け止め方によっては女性のため
の男性操縦法になるかもしれません。(笑い)

この本の中に、「男性脳」と「女性脳」というの
があります。

問題に対して同感を求める「女性脳」に対して、
問題の解決策を探る「男性脳」。

女性に対して言うてはならない言葉があ
るそうです。

『言われればやったのに！！』
直接的な結論を急ぐ「男性脳」に対して
『言う前にこっちの気持ちを察して、行動
してよ！』

「女性脳」の違いです。

男性の皆様、お心あたりはありません
か？(笑い)

そう言えば、思いやりが大切な介護職や
ボランティア活動に女性が多いのですが、
なぜか北地区社協だけは例外で女性の委員
さんが少ないのです。

女性の皆様、ぜひ我孫子北地区社協の委
員になって、地域に思いやりの環を広げま
せんか。

もちろん、男性も大歓迎ですよ。
一緒に楽しく活動しましょう。
どうぞ宜しくお願いいたします。

☆令和2年3月28日(土)恒例の「第23回健康と福祉のつどい」開催！

(詳細は4ページ参照)

◆1件の匿名の方と「誕生日ありがとうの会」から北地区社協への寄付金のご協力を
いただきました。有難うございました。
当社協の諸活動に有意義に活用させていただきます。