

第29回健康と福祉のつどい

～このまちで安心して暮らしてつづけるために～



日時：令和8年3月1日（日）9:15～15:00
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



要約筆記あり

講演
定員
120名

会場：ホール 10:00～12:00

『家族が認知症と向き合うとき：
今日からできる支え方』

平和台病院
院長

小林 士郎 先生

（日本医科大学 千葉北総病院 脳神経外科特任教授・認知症サポート医）

訪問介護ステーション アビーサあらし野 所長 **岩崎 満 先生**

（千葉県認知症介護指導者・介護福祉士）



ホール

9:15 開場
9:30～10:00 開会式
10:00～12:00 講演&健康体操
休憩
12:30～13:00 ダンス
13:00～13:30 漫才
13:30～14:00 踊り
14:00～14:30 吹奏楽

サロン

9:15～15:00
・福祉団体の即売会

ギャラリー

9:15～15:00
・福祉団体・施設の紹介パネル展示
・電動カート展示

第一会議室

12:30～15:00
・健康介護相談
・認知機能測定（先着60名）
・血管年齢測定（先着70名）
・骨健康測定（先着70名）
・握力測定（先着70名）

9:15 から
整理券を
配布します！



誌面の都合上、アトラクション等の団体名を掲載することができません。別途関連チラシを参照願います。

【編集後記】

今年は冬季五輪、ワールドベースボールクラシック、サッカーW杯等スポーツ盛りだくさんです。今年は60年に一度の丙午！「前進」「成功」「強い意志」で良い年になりそうです。日本代表の活躍に期待しましょう。さて、11月の北部地域文化祭における北地区社協バザーでは、近隣の皆様に多大なるご協力をいただき、大変に盛況で終えることができました。感謝申し上げます。ありがとうございました。

クイズ ～頭の体操～

宝石には和名がつけられています。

1. 電気石
2. 金剛石
3. 赤玉

答えはどこかにあるよ。
探してみてね！



あびこ 北地区社協だより

～布施・久寺家・つくし野・並木・我孫子・根戸～

No.80

2026.2.1 発行



発行責任者
我孫子北地区社会福祉協議会
編集・制作 広報調査部会

今号のトピック



【手賀沼の春景色】

3月になると手賀沼沿いには菜の花が広がり、春を鮮やかに彩ります。今年も「菜の花まつり」が開催予定です。（写真は昨年のおまつりの様子です。）写真の菜の花畑への立ち入りは、まつり開催期間中のみとなります。

ごあいさつ

『自己紹介と決意』

副会長の樋口孝之（83歳）です。21年前に取手市から我孫子市久寺家二丁目に転入して来ました。その後、久寺家二丁目自治会会長（1年間）、久寺家まちづくり協議会会長（4年間）を勤め、現在も久寺家にある障がい者通所施設 みんなの広場「風」の理事長を12年間勤めています。2024年にひよんな事で北地区社協の委員となり、子ども・世代間支援部の副会長を勤め、2025年4月に副会長を拝命しました。いわゆる「福祉」という世界で活動していますが、最近感じている事は、福祉活動というものは実に奥行きが深いものだと思います。子ども、高齢者、障がい者、一般の方でも重い病気を背負ってしまった方々も含めて、日々の生活に困難を感じている人達にどう支援を届けるかが非常に難しいな…と感じています。ただ、最近ではこれらの支援活動は実は私自身のためにも大きなメリットがあると感じています。活動を通じ大勢の人達との会話を深め、活動を共有し、忙しいと言いつつそれについてゆく事が、実は、私自身の身体的・精神的な安定につながってゆくことになると感じています。そんな訳で高齢といえながら、出来ることは懸命に参加して行こうと考えています。どうぞよろしくお願いいたします。

お知らせ

北地区社協は皆さんからの
記事を募集中！
自治会情報、サークル情報、
地域のイベントなど載せてみませんか？

あびこ北地区社協だよりは布施・久寺家・つくし野・並木・我孫子・根戸の全11,500世帯に配布されています。2月、6月、10月の年3回の発行です。

掲載記事

- ・今号のトピック
- ・河童のへの丸日記
- ・北地区社協活動 参加者募集！
- ・取材てくてきたちゃん「ちばテク我孫子校」
- ・自治会あれこれ「モア・クレスト我孫子ヒルズ自治会お助け隊」
- ・第29回健康と福祉のつどい
- ・ごあいさつ
- ・令和7年度北地区社協後期主な活動予定
- ・応援します！地域活動「我孫子登山倶楽部」

河童のへの丸日記 後藤 ゆうた



我孫子北地区社会福祉協議会

我孫子市つくし野 3-22-2-204

TEL・FAX:04-7165-3434

我孫子ビレジショッピングセンター2F

e-mail:kita@abiko-shakyo.com

9時～12時、13時～16時



令和7年度北地区社協活動予定

第29回健康と福祉のつどい 3/1(日) 9:15~15:00 あびこ市民プラザホール
 コミュニティサロン“きた” 毎月第2水曜(14:00) 第4月曜(10:00)
 つくし野コミュニティホール
 子育てサロン「わ」 毎月第3火曜(10:00) 北近隣センター並木本館



消しゴムはんこ 松本守正

北地区社協活動 参加者募集!

子育てサロン『わ』

子育てサロン『わ』は、仲間の「和」「輪」「笑い」の中で親子が楽しく過ごすことを目的に、“子育て中のママさんたちが孤独を感じないように” “育児の大変さから気がまぎれるように”と我孫子北地区社協の委員が運営しています。(我孫子北まちづくり協議会 後援) 一緒にあそびましょう! ぜひご参加ください。

開催: 毎月第3火曜日 10時~11:30 会場: 北近隣センター並木本館
 対象: 0歳~未就園児のお子さんとその保護者 参加費: 無料 【要予約】



サロン・アントレド

サロン・アントレドは、高齢者がお互いに助け合い交流する会です。フレイル体操、口腔体操、懐メロ/民謡等の合唱、脳トレ/ゲームなどの多彩なプログラム、最後には楽しくおしゃべりをして閉会となります。時にはバースデーのお祝いをする事も! 一緒に楽しみませんか?



開催: 毎月第3木曜日の13:30~15:30
 会場: 北地区社協事務所 参加費: 無料 【要予約】

【申込・問い合わせ】北地区社協 04-7165-3434

応援します! 地域活動

~我孫子登山倶楽部~



我孫子登山倶楽部は我孫子市近郊に在住、在勤の登山愛好者の集まりで、1978年に創立された我孫子市では最も歴史のある登山サークルです。現在の会員数は約40名。内訳は、概ね男性70%、女性30%です。北地区社協エリアには、我孫子登山倶楽部の会員が11人おり活躍しています。初心者向けの日帰りのハイキングから長い距離や高低差のある経験者向けの山、そして泊まりがけの縦走登山など様々なレベルの登山を年間約60回行っています。会員は

登山に必要な技術と知識を習得するとともに、登山を通して会員相互の親睦と人間性の向上をめざし日々活動しています。登山を始めたい方、登山初心者の方、仲間と登山を楽しみたい方の入会をお待ちしております。

きっと充実した時間が得られ、素晴らしい人生の糧となることでしょう。春と秋に2回ずつ年4回の体験登山も企画しています。広く一般の皆様のご応募をお待ちしています。



ホームページもご覧ください。 <https://abikotc.sakura.ne.jp/>

連絡先 金子 良一 kankeo7089709@gmail.com

080-7725-8616

取材 てくてく きたちゃん

ちばテク我孫子校【千葉県立我孫子テクノスクール】

手で学び、心で育つ — ちばテク我孫子校のあたたかな学び場

久寺家の静かな住宅街にある千葉県立我孫子テクノスクール

(通称: ちばテク我孫子校) は1965年の設立以来、60年

近くにわたって“ものづくりの力で未来をつくる人”を育ててきた。

ちばテク我孫子校の魅力は、何といても「実践で学べる」こと。

造園科・NC機械加工科・事務実務科の3つの科では各々

特色ある授業が用意されている。中でも人気の造園科では、植栽や剪定、石組みや竹垣づくりなど、自然と向き合いながら技術を磨ける。朝のラジオ体操に始まり、体を動かす授業が多いのも特徴。学科1に対して実技2という割合で、まさに“手で覚える学び”を実践している。修了時には、国家資格「2級造園技能士」の実技試験レベルにも達するという。学生の顔ぶれも高校を卒業したばかりの若者から転職を目指す社会人、定年後の第二の人生を活かす技術を学ぶ人まで、多彩で幅広い世代が集う。現場経験が豊富な教員の実践的アドバイスで経験の有無



に関係なく、皆が支え合いながら学ぶ温かい雰囲気がある。

地域とのつながりも深く、毎年夏に開催される「夏休み体験学習会」では、小学生が竹灯籠や段ボールの“恐竜イス”づくりなどに挑戦。工作の楽しさを味わえる人気イベント。高校生や社会人向けには、授業体験ができるオープンキャンパスもあり、実際の訓練を体感できる。また、校内見学も設定されており、「少し気になる」「雰囲気を見てみたい」という人でも気軽に訪問できる。



自治会 あれこれ

『モアクレスト我孫子ヒルズ自治会お助け隊』

高齢者や一人暮らしの人から「ちょっと手伝って」と頼まれたときに、駆けつけてお手伝いするのが私たちお助け隊です。3年前、立ち上げるにあたって、マンションの全住人にアンケートをとったところ、「こういうボランティア組織があったほうがよい」という声が圧倒的多数で、協力を申し出てくれた人も20人余りいました。マンションは人づき合いがないといわれますが、声をかければこんなに集まってくれるのですね。

粗大ごみの搬出や、天井の電球交換、家具の組み立て・解体、スマホやパソコンの使い方指導、インターネット契約などのサポート、体調不良のときのゴミ出し、買い物の付き添い・荷物持ちなどを、1回200円で引き受けています。「無料だと頼みづらい」という声を受けて有料にしました。

「笑顔で迅速に!」がモットーです。ほんのささやかな手助けしかできませんが、私たちのマンションも高齢化が進んでいるので、これを通して高齢独居者などつながりができれば、災害時など、いざというときのサポートにも役立ちます。

