

こほく地区 あらき区社協だより

第75号(令和4年9月発行)
湖北地区社会福祉協議会
TEL/FAX 04-7187-2551(月~金)

事務所: 我孫子市中里 335-1 (スーパーマスタ湖北店 3階)
E-mail: kohoku2551@abiko-shakyo.com (メールアドレス)
http://kohoku.abiko-shakyo.com/ (ホームページ)

社会福祉協議会は「地域福祉の推進」の中心的な担い手として、社会福祉法に定められた組織で、皆様のご支援ご協力を得ながら事業を実施しております。

皆様へ: 今後の新型コロナ感染状況により、行事の中止や変更もありますのでご了承ください

令和4年度下期にあたって

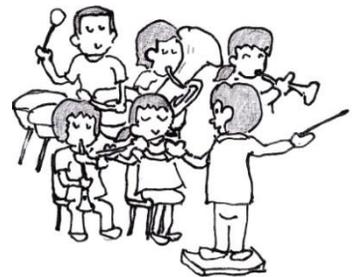
湖北地区社会福祉協議会 会長 城 建夫

7月、8月の猛暑と記録的大雨も過ぎ去り、さわやかな秋の涼風も感じられる季節になりました。8月まで猛威を振っていた新型コロナ第7波の感染もやっと沈静化してきましたが、再び感染の拡大も考えられます。私ども湖北地区社協は引き続き「マスク、手洗い、換気」の感染対策を徹底し、地域福祉推進のための企画を立案、昨年からスタートした3つの作業部会でそれぞれ役割分担した上で、委員、事務局一丸となって実行してまいります。

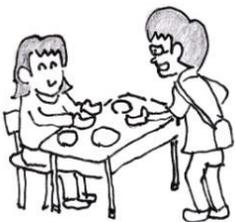
秋から冬にかけて、「こほく・あらき福祉まつり」「新春地域お楽しみ会」など、地域住民みんなが参加できるイベントが計画されています。成功のためには、地域の皆様のご参加が不可欠です。皆様の変わらぬご支援をお願いし、会長からのご挨拶といたします。

◇◇10月30日(日)こほく・あらき福祉まつり開催予定(入場無料)◇◇

地域の学校との共催で【広げよう つなげよう 思いやりの心】をキャッチフレーズに、コホミン(湖北地区公民館)全館貸し切りにて、以下の概要で予定しています。



- ◆学校活動成果発表: 湖北小、新木小、湖北中各学校吹奏楽、中央学院高チアリーディングや学校活動などの紹介。ポスターコンクール応募作品展示
- ◆昔遊び(輪投げ、けん玉、コマ他)、赤い羽根共同募金、和太鼓龍翔の実演
- ◆高齢者なんでも相談室の高齢者体験(認知症紙芝居、白内障体験メガネ作り他)、福祉事業所の手づくり物品販売(パン、アクセサリー他) *飲食は持ち帰りのみ、バザーはありません



◇◇来年1月9日(祝)地域お楽しみ会開催(入場無料)◇◇

本年2月20日開催がコロナ禍により延期となっていましたが、来年1月9日(祝)にコホミンにて開催する予定です。第1部では落語、漫才、郷土芸能などの新春にふさわしい熟練の芸を堪能し、第2部では地域の方々参加の「かくし芸大会」的な楽しい発表会を予定しています。



◆9月3日の「こほく・あらかき健康まつり」は感染防止のため延期といたしました◆

我孫子市民体育館の指導員による足裏ストレッチや体力測定、脳内元気度測定など、皆さんの健康に役立つ楽しい内容を企画しました。今年度中にはぜひ実施したいと考えています。来年の3月ぐらいが候補としてあがっていますので、決まり次第お知らせします。

◇認知症サポーター養成講座について◇



昨年度の養成講座

全国キャラバン・メイト連絡協議会では、都道府県、市区町村など自治体と全国規模の企業・団体等と協催で認知症サポーター養成講座の講師役（キャラバン・メイト）を養成しています。

湖北地区社会福祉協議会では、キャラバン・メイトでもあり、湖北地区社会福祉協議会委員でもある、高齢者なんでも相談室職員と協力して、近隣小・中・高校生に対して、毎年認知症サポーター養成講座を開催して

ます。

認知症サポーターは認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者」です。

湖北地区社会福祉協議会では、認知症になっても安心して暮らせる町づくりの一環として、認知症に対して理解のある子ども達の育成に力を入れています（今年度は9月～12月に新木小、湖北小、湖北中、湖北特別支援学校、我孫子東高校にて養成講座や高齢者疑似体験を予定しています）。



昨年度の高齢者疑似体験

◇バランスボール体操教室を開催しました◇



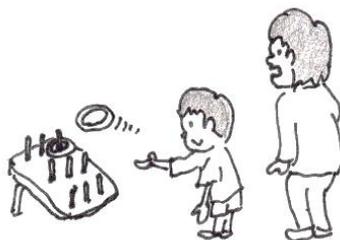
湖北地区社協初の取り組みとして、「バランスボール体操」をベジガールズの皆さんを講師に実施しました。本格的な医療用バランスボールを使用し、有酸素運動が効果的に行えると好評でした。またげんきフェスタでも初めての

「ちびっ子バランスボール体操教室」を開催し、こちらも大好評でした。今後も「体操教室として」継続を予定しています。



◇◇げんきフェスタや地域でつながるマルシェに昔遊びで参加協力しました

6月19日コホミンで開催された「げんきフェスタ」と7月30日新木ウエルシア薬局にて開催された「地域でつながるマルシェ in あびこ」に昔遊びで参加し、輪投げやけん玉でお子さんたちに楽しんでもらいました。



独居高齢者バス旅行は新型コロナ感染防止のため残念ながら中止となりました

9月に予定していましたが、新型コロナ感染防止のため中止となりました。来年度こそぜひ実現したいと願っています。

これからの主な行事日程です お気軽にご参加ください ☎7187-2551

行事名	内容	会場・日程
 <p>あらかき体操教室</p>	<p>身体均整師の先生を講師に、健康なカラダづくりを目指し、楽しく運動をします</p>	<p>新木駅前の新木行政サービスセンター会議室にて、毎月第1木曜日 9:45~11:00、運動できる服装で、参加費1回300円、要申し込み</p>
 <p>ほくほく健康教室</p>	<p>湖北・湖北台地区高齢者なんでも相談室の看護師・保健師が担当し、血圧測定や体操、健康・介護予防ミニ講座を実施しています</p>	<p>スーパーマスタ3階社協事務所前にて、毎月第4水曜日 13:00~14:00、申し込み不要、買い物ついでに直接お越しください、参加費は無料です 10/26 楽しくからだを動かそう、11/30 冬の健康管理、12/21 脳活で、脳を元気にしよう、1/25 楽しくからだを動かそう、2/22 紙芝居で学ぶ「認知症の予防」、3/22 “春”の健康管理</p>
<p>健康マージャン教室</p>	<p>現在新規募集はしておりません</p>	<p>スーパーマスタ3階社協事務所前にて、毎月第1・3金曜日 13:00~16:00 開催</p>
<p>おしゃべりサロン</p>	<p>楽しくおしゃべりし、ストレス発散</p>	<p>スーパーマスタ3階社協事務所前にて、ほくほく健康教室の後に実施、参加費無料</p>
<p>おやつこルーム</p>	<p>秋から開催予定にて企画!! 育児の悩みを解消しママ友づくりも目標とします</p>	
<p>らくらく健康体操</p>	<p>気軽に運動、健康づくりなどの話も聞けます</p>	<p>新木地区まちづくり協議会との共催、10/15 リズム太鼓 (13:30~)、11/23 バランスボール (10:00~)、2/22 バランスボール (10:00~)</p>



ふれあいサロンにどうぞおこしてください

高齢者の皆さんの生活を健康で豊かなものにし、生きがいを高め共に支えあう地域づくりを目指します。皆さんが明るく積極的に地域で暮らすことを目標にしています。月ごとの企画やコグニ体操、鳥谷部さんの歌と演奏合唱などで楽しいひと時を過ごします。友人・知人・仲間の輪が広がるように、湖北地区と新木地区2か所で開催していますのでお気軽にいらしてください。



＜湖北ふれあいサロン＞		＜新木ふれあいサロン＞	
毎月第3金曜日 10時～ コホミンにて 連絡先 長谷川 04 - 7188 - 7080		毎月第2水曜日 10時～ 新木近隣センターにて 連絡先 和田 04 - 7105 - 5132	
10/21	絵手紙	10/12	ぬり絵をたのしみましょう
11/25	干支の折り紙	11/9	フレイル(虚弱)予防・健康のお話
12/9	湖北小3年生とのクリスマス交流会	12/14	クリスマス会
1/20	悪徳詐欺にあわないために	1/11	お正月遊び交流会
2/10	お楽しみ会・落語	3/8	(2月は休み) お楽しみ会・落語

*開催曜日は原則で、日程・内容など変更の場合もあります。参加費は100円です。

湖北地区社会福祉協議会名称変更について

湖北地区社協では、新木地区の方々のご意見と地域構成〈管内にお住いの世帯数で新木地区が過半数を超えている〉を考慮して、既にご案内のように、地区社協の名称を「湖北・新木地区社会福祉協議会」に変更するための名称変更委員会を立ち上げ、地域の方々からのご意見を集約いたしてまいりました。

この度、管内の自治会様にアンケートをお出しし、9月末日までご回答いただきたくご案内をいたしております。その結果を踏まえ、名称変更をするか否かの取り纏めをしたいと思っております。

名称変更委員会 委員長 根本 一男



地域のボランティア活動紹介

一粒の麦 外観



一粒の麦の活動

一粒の麦 代表 木田 典子

一粒の麦は2004年11月に開設し今年で18年になりました。地域の皆さまの支援、協力を得て続けていくことが出来ましたことを感謝申し上げます。

高齢者に関係した仕事やボランティア活動もしてきた中で、地域に高齢者の独り暮らし、日中独居の方などの居場所や交流の場が、その頃は少ないなと感じていましたので、その様な活動を立ち上げたいと思っていました。名称は夫の墓碑名から「一粒の麦」とし聖書の引用と同様に一人でも多くの方々の利用と、交流を通して笑顔の日々が出来るような場所になるような希いを込めました。当初は、我孫子市の委託の「きらめきデイサービス」を利用して週2回の「一粒の麦ミニデイサービス」と未就学幼児の「みんなで・あ・そ・ぼ」空いている日時をお稽古事や市民活動の打ち合わせの会場貸をしていました。現在はボランティアさんの体調や年齢も考慮してミニデイサービスは週1回、子ども食堂を月1回、お稽古などは4団体になどと工夫して数年経過しました。ただコロナ禍の影響でミニデイサービスの利用者の激減で当初の目的が半減したような日々です。新たな試みとして「子ども食堂」を2019年に始めました。コロナ前は一粒の麦で親子に夕食を提供していましたが、現在はボランティアスタッフと共に弁当を作り、配布もしています。我孫子市の子ども食堂連絡会をとおしてのフードパントリーの提供品も毎月のようにあり、それらの品物も一緒に配っています。この活動には企業や行政からの支援もありとても助かっています。又配布している家庭にも大いに喜ばれています。独り親家庭や、困窮世帯が思った以上に多くびっくりしています。本当に地域、友人、知人、行政の支えがあってこそこの活動だと思っています。今後とも宜しく願いいたします。



こども食堂 弁当作り

住所：270-1131 我孫子市都部 83-1 連絡先：木田典子(代表)090-2747-6432

◆ミニデイサービス 第1・3火曜日 第2・4金曜日 午前10時～午後2時30分 利用料金：1回700円(昼食・おやつ付き) 年会費：1000円 ◆交流サロン(貸室) 午前9時～12時 午後1時～5時 午後6時～9時 1コマ1500円 ◆子ども食堂お弁当(現在は予約) 1食200円 毎月第3金曜日 午後5時～7時

湖北地区社協新委員の紹介

委員は2年任期ですがご選出いただく自治会などの都合により、1年交代もあります。今年度の新委員を紹介いたします(敬称略) ① 椰原 聡(市福祉施設連絡会) ② 木田 典子(新木ふれあいサロン) ③ 田口 慎一(下新木自治会) ④ 石井尚子(吾妻台自治会) ⑤ 村田 精利(あらかき野自治会) ⑥ 江川 教子(あらかき野自治会) ⑦ 嶋山 大和(北原団地自治会) ⑧ 中川 徹(北原地自治会) ⑨ 佐藤 幹夫(松風苑自治会) ⑩ 平戸 昇(新木住宅自治会) ⑪ 山本 栄一(ニュー新木自治会) ⑫ 古矢 眞義(南新木一丁目自治会)