我が団体はこんな処～「天王台ふれあいサロン」

天王台ふれあいサロンは、平成１３年４月に高齢者の方々に外出の機会を増やし、日常生活を少しでも豊かにしていただくために設立しました。我孫子市のきらめきディサービスの業務委託を受けています。

活動は毎月第１水曜日 10 時から 11 時 30 分まで近隣センターこもれびの多目的ホールで行っています。内容は、お琴・尺八・琵琶の演奏、我孫子シニアアンサンブル、鳥谷部由美子さん等によるコンサート、絵手紙の作成、折り紙、手品など、毎回、筋肉量の増強や脳トレを取り入れたコグニサイズ体操を行い、利用者さんに少しでも元気になって楽しんでいただけるようにしています。

箏・尺八・琵琶の演奏会（３月）

年１回近郊への日帰りバスツアーも企画しています。

日帰りバスツアー

ふれあいサロンの参加対象は市内在６５歳以上の方、予約不要で参加費は１００円（菓子代）です。毎年３月に年間スケジュール表を配布するので、自分の好きな内容の時に参加することもできます。年齢を重ねると遠出をすることが難しく、ウォーキングがてらサロンに参加する方もいらっしゃいます。

当ふれあいサロンはボランティアと利用者さんの年齢差が少ないので、お会いした時の合言葉は「お元気でしたか？」です。皆様の参加をお待ちしております。

天王台ふれあいサロン　中川　郁子

この季節の草花だより

エビネ

４～５月頃、野山の木陰にさき、種類は多く個体の変化も多いです。

かつて我孫子や対岸の沼南には野生のエビネがかなりありましたが、盗掘などや宅地造成ですっかり野生のものは減りました。園芸家にはこのエビネを愛する人が多いです。　（H/S）

～ 編 集 後 記 ～

新型コロナ感染症の位置づけが現在の「２類相当」から、季節性インフルエンザなどと同等の「５類」に引き下げられます。移行日は５月８日です。マスクの着用についても３月 13 日から個人の判断に委ねられましたが、今後のマスク使用についてのアンケートによりますと、４割以上の方が着用するとの事です。理由は「抗菌・抗ウイルスになる」が最も高く、根強い不安から感染対策を意識している事が窺えます。その一方でマスク着用の基本的な機能以外に男性では「髭を剃っていなくても良い」、女性では「メイクをしていなくても良い」など思わぬポジティブな効果も見られますが、誰もが安心してマスクを外せる日常が戻るには、もう少し時間がかかりそうですね。　（S/F）

問合せ・連絡先　天王台地区社会福祉協議会（天王台地区社協）　事務局
開 設 日　月～金曜日（祝日 及び 第２・４火曜日は休み）
午前９時～１２時・午後１時～４時
所　在　地　〒270-1144　我孫子市東我孫子 1-41-33 近隣センターこもれび内
☎・FAX　04－7183－9009　E-mail：tennoudai@abiko-shakyo.com

てんのうだい地区
ゆうゆうだより
発行：天王台地区社会福祉協議会
NO.８４　令和５年４月
優しさのゆう・友情のゆう・勇気のゆう

天王台地区社協（通称）は、天王台駅をはさみ、北側に「天王台北近隣センター」、南側及び東我孫子駅側に「近隣センターこもれび」の二つの「まちづくり協議会」の範囲（**我孫子中学校区**）で地域福祉の拠点となり、地域の皆様の参加と協力で「福祉の街、天王台」を目指して福祉事業を展開しています。

シニアいきいき講座

まちづくり協議会との共催です

★健康体操編

健康体操＆ヘルスリズムスの体験です！
ミュージックフープと太鼓を使った体操で
心身ともにリフレッシュしませんか！
介護予防ワンポイントアドバイスもあります！

開催日/場所：
①５月 28 日（日）/近隣センターこもれび
②６月 25 日（日）/天王台北近隣センター
③７月 23 日（日）/近隣センターこもれび
講　師：
山口江美氏（NPO 法人鼓響理事長/介護福祉士）

★歌声編

元気の源『歌で楽しく講座』
プロの歌唱指導とピアノ伴奏で、
懐かしの曲を一緒に歌いましょう♪

開催日/場所：６月 26 日（月）/
近隣センターこもれび・ホール
講　師：河原啓子氏（ソプラノ歌手）
稲吉宏子氏（ピアノ伴奏）

健康体操編・歌声編共通項目

◆時間：13 時 30 分～15 時　◆対象：我孫子市内在住シニアの方　◆参加費：無料
◆定員：40 名（要予約/先着順）　◆持ち物：上履き・飲料

シニアの方々の交流企画　シリーズ『体験したい我孫子の至宝　座学と散策』
第４話「手賀沼の浄化事業を考える」

◆開催日：６月１５日（木）　◆集合時間・場所：１２時５０分・天王台駅北口ロータリー
◆内容：北千葉ビジターセンター見学と手賀沼船上での座学と観察　※福祉バスにて移動
◆講師：我孫子市手賀沼課担当員　◆参加費：無料　◆対象：市内在住６５歳以上の方
◆定員：２０名（定員を超えた場合は抽選）　◆申込締切：５月２２日（月）

この頁の問合せ・申込みは天王台地区社協まで　04-7183-9009

イベント参加の際には、手指消毒、三密回避等感染防止のためにご協力をお願い申し上げます。

幼児と保護者の集い「のびっ子クラブ」
～ 親子体操や手遊び等、季節の行事を取り入れた遊びで親子、保護者同士のふれあいを！ ～

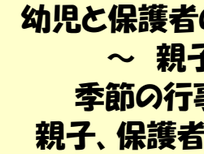
開催日/内容
①5月15日（月）ミニ運動会
②6月19日（月）ボウリングで遊ぼう
③7月17日（月/祝）金魚釣りゲーム
場　所：近隣センターこもれび・ホール
時　間：10時～11時30分
対　象：我孫子市内在住未就園児と保護者
定　員：保護者とお子様20組40名まで
（要予約/先着順）
参加費：無料
持ち物：上履き

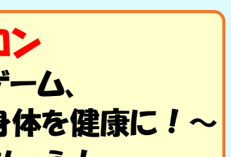
おしゃべりサロン
～脳トレを取り入れた楽しいゲーム、コグニサイズ体操等、心と身体を健康に！～お茶しながらおしゃべりしましょう！

開催日/場所
①5月22日（月）天王台地区社協活動室
②7月24日（月）天王台地区社協活動室
天王台地区社協活動室はこもれび内1階
時　間：13時30分～15時
対　象：我孫子市内在住の方
定　員：12名（要予約/先着順）
参加費：無料
※6月はシニアいきいき講座-歌声編/1P参照

男性の方
大歓迎です！

「ふれあいの集いバスツアー」のご案内





成田宗吾霊堂・御一代記館見学とあじさい園散策 川豊別館にてランチ、米屋門前店でお買い物など

★実施日：6月22日（木）　★費　用：2400円（昼食代・入館料）
★対　象：65歳以上の独居又は昼間独居の方（我孫子中学校区内在住）
★定　員：30名（定員を超えた場合は抽選）
★申込方法：天王台地区社協までお電話又は担当民生委員まで
★申込締め切り：5月29日（月）※5/30以降に結果をご連絡します

★行程表（予定）　我孫子出発午前9時頃15時頃帰着
①最勝院⇒②珈琲コメダ⇒③東我孫子児童公園⇒④天王台駅北口⇒⑤野口歯科前
⇒⑥前山歯科前　ー　成田・宗吾霊堂見学　ー　川豊別館（ランチ）
ー　米屋門前店（買い物）　ー　房総のむら（トイレ休憩）　ー我孫子
※行程は変更する場合もありますのでご了承ください。

お元気まんてん教室
天王台地区高齢者なんでも相談室との共催
今年度も開催しますが、内容を調整中です。
問合せは、天王台地区高齢者なんでも相談室
（04-7182-4100）までお願いします。

全てのイベントは
事前予約制です！
詳しくは天王台地区社協まで

東我孫子

天王台南

泉

下ヶ戸

高野山

柴崎

青山台

ご存じですか？ 支え合い「安心・安全」Map

柴崎台

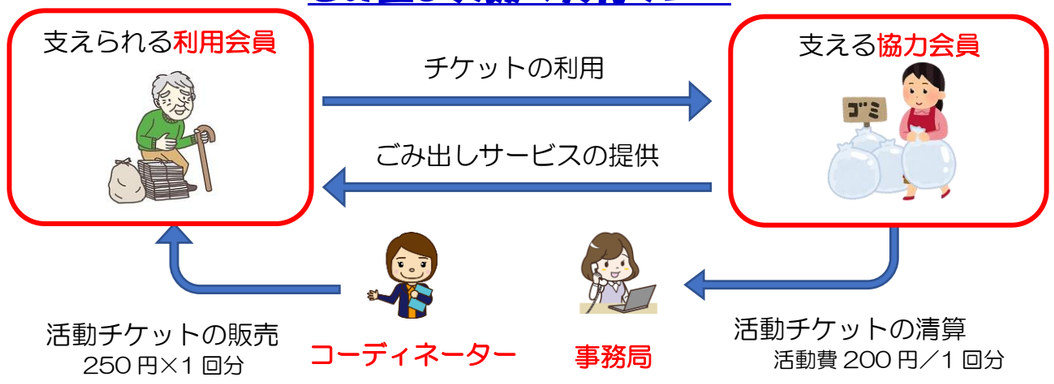
青山・南青山

地区社協委員が2013年から東我孫子を第一弾とし、毎年天王台地区社協区域内の天王台南・泉・下ヶ戸・高野山・柴崎・柴崎台・青山台・青山・南青山・岡発戸・都部の街を観察し、安心・安全・防災の観点から子供 110 番・AED・消火栓などの設置場所を記入した「安全・安心Map」を自治会の皆様に「ゆうゆうだより」でお知らせして来ました。
その Map の詳細は、天王台地区社協のホームページに掲載しています。右の QR コードからご覧になれます。
また、Map の配布のご希望がありましたら天王台地区社協までお問合せください。

利用会員 協力会員 募集中！
高齢者地域ささえあい活動「ごみ出し支援」事業取組み展開中!!

支え上手であると同時に、支えられ上手になることで「お互いに支え合うことのできる活動」を目指し、ご支援ご協力の可能な自治会から 2022 年１０月よりスタートしています。

ごみ出し支援の実行フロー



ゆうゆうだよりに掲載の「ご案内・お問い合わせ・お申し込み」については
天王台地区社協：04-7183-9009　まで
お電話ください！（お元気まんてん教室を除きます）