



高齢者地域ささえあい活動  
「ごみ出し支援」事業

## 住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを続けるために

天王台地区社協が取り組む「ごみ出し支援」。ごみ出しを依頼する利用会員とごみ出しを支援する協力会員がそれぞれ登録を行い、事務局がマッチングをして有償でサービスを提供する事業です。

» P2 に関連記事

### 目次

- ・お互いさまの気持ちでささえあう  
～ごみ出し支援の取り組み～ ..... P2
- ・募金百貨店プロジェクト ..... p3
- ・あい・あびこ通信、ありがとうの輪 ほか ..... P4
- ・「地域のまど」 ..... P5
- ・「Hello てとりあ」 ..... P6-7
- ・情報ひろば、「こんにちは 社協です」ほか ..... P8

### 【編集・発行】

社会福祉法人 我孫子市社会福祉協議会

〒270-1166 我孫子市我孫子 1861

TEL：04(7184)1539 FAX：04(7184)9929

E-mail：postmaster@abiko-shakyo.com

<https://abiko-shakyo.com>

あびこしゃきよう



住民アンケート実施中

\*詳しくはP8をご覧ください



# お互いさまの気持ちでささえあう

## ～ごみ出し支援の取り組み～

### 天王台地区社会福祉協議会

「令和7年度全国社会福祉大会」において、天王台地区社協が、全国社会福祉協議会会長表彰の「社会福祉協議会優良活動表彰」を受けました。これは、天王台地区社協が取り組む高齢者地域ささえあい活動「ごみ出し支援」をはじめとする地域福祉活動が高く評価されたものです。今回は、「ごみ出し支援」事業の立ち上げに関わった前会長の細見さん、現会長の作田さん、ささえあい活動推進委員会事務局長の根本さんにお集まりいただき、お話を伺いました。

地域で進む高齢化に対し、地区社協として何ができるのかを考える契機となったのが、平成26年の地域福祉懇談会に松戸市常盤平団地地区社協を招いて行った、地域の見守り支援「孤独死ゼロ作戦」についての講演会でした。次の年には、実際に常盤平団地を視察。天王台地区でも何か取り組めることはないかと模索を始めたところ、我孫子市で高齢者地域ささえあい会議が設置されることになり、高齢者が住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを続けるためのささえあい活動について具体的な議論を進めていくことになりました。

平成30年、令和元年の地域福祉懇談会では、「地域の困りごと・私たちにできること・地域のいいところ」をテーマに、参加した自治会、民生委員、関係機関の皆さんで地

域の課題や自分たちにできることを精査しました。さまざまな意見が交わされる中で、最も多く集まった声が、地域の高齢者のごみ出しに関する課題でした。令和2年には、「ささえあい活動推進委員会」が発足し、その課題についてどのように取り組んでいくのか検討を開始。ちょうどコロナ禍と重なり、思うように話し合いが進まないこともありましたが、議論を重ね、令和4年秋に「ごみ出し支援」事業がスタートしました。



「苦労もあったが、楽しかった」と立ち上げ当時を振り返る根本さん



これまでの足跡をたどりながら、笑顔で話をする細見さん(左)と作田さん

この活動は、元気な高齢者がちょっとした困りごとのある方に手を貸すことで、お互いに支え合う“互助”の関係であることが大切です。この「ごみ出し支援」が地域の見守り活動にもつながっており、住み慣れた地域でお互いに支え合いながら暮らしていくことに結びついていくと考えています。

事業が始まって3年、支援の累計回数は1,000回を超えました。今後の課題は、あらためて地域の方へ周知していくことです。広く知っていただくことで、この事業を継続、拡大することにつなげていきたいと思ひます。

【問合せ】天王台地区社協  
TEL 04-7183-9009

自分のまちを良くするしくみ。

# 募金百貨店プロジェクトが スタートしました



## 日常生活と社会貢献とをつなぐ 「募金百貨店プロジェクト」

募金百貨店プロジェクトとは、「募金付き商品」を販売し、売上げの一部を、赤い羽根共同募金に寄付する企業等の取り組みです。このプロジェクトは、山口県共同募金会が平成24年に開始。今では全国に広がる取り組みとなっており、千葉県共同募金会でも令和7年よりスタートしました。

売上の一部が募金になることで、「参加企業」にとっては「地域のためになる商品」をアピールしながら、地元の福祉活動を応援することができ、「購入者」はいつものお買い物の延長で、負担なく地域支援のお手伝いができます。売上は、地域生活課題解決のための財源となり、「企業・団体」「購入者(地域住民)」「共同募金」のすべてにメリットがある“三方良し”の取り組みです。

千葉県共同募金会  
募金百貨店プロジェクトのページ▶



この度、カモメ不動産様に我孫子市支会の募金百貨店協力店として、寄付付き商品の取り扱いをしていただくことになりました。千葉県では2件目の事例となります。商品名は、「カモメの仲介募金」。売価仲介手数料の3%をご寄付いただきます。(令和8年2月末まで)

皆さま、ぜひこの機会にご利用ください。



【企業概要】

株式会社カモメ不動産

所在地:我孫子市我孫子1861

TEL:04-7189-7612



## 寄付付き商品で地域貢献しませんか？

我孫子市支会では、募金百貨店プロジェクトにご賛同いただける協力店を募集しています。詳しくは下記までお問い合わせください。

【問合せ】千葉県共同募金会我孫子市支会(市社協内)  
TEL 04-7184-1539

## 共同募金会 TOPICS



### 市内の高校で募金活動にご協力いただきました

市内の高校で、赤い羽根共同募金の募金活動にご協力いただきました。高校の文化祭でのイベント募金は、中央学院高等学校は昨年度に引き続き2度目、我孫子高等学校は初めてとなります。

ご協力いただいた生徒の皆さん、また当日募金をしてくださった皆さま、ありがとうございました。



我孫子高等学校生徒会の皆さん



中央学院高等学校生徒会の皆さん

▼中央学院高等学校生徒会の皆さんのインタビューの様子はこちら

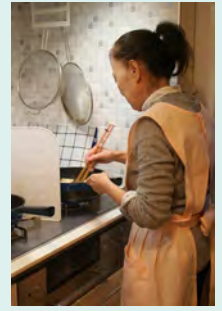


## あい・あびこ通信⑤

今回は、家事サポートの中でご依頼が増えてきている食事作りの様子をご紹介します。

今回取材をした利用会員さんは、切迫早産で入院された時に、上のお子様を手料理を食べさせてあげたいとの思いで利用を開始。産後しばらくお休みされ、3、4カ月経ったところに再開されました。ちょうどその時期に夜泣きが始まり、赤ちゃんのお世話やお子様の面倒を見ることに手いっぱい、ご自身の食事は簡単に済ませることも多かったそう。そんな時に協力会員のSさんが作る料理にお腹も心も満たされたのだとか。その時食べた筑前煮はお気に入り、今もよくリクエストするのだそうです。

お話を伺っている最中もテキパキと作業を進めるSさん。最近は料理の本に目を通すなど、レポートリーもどんどん増えているそう。「美味しい」という言葉が一番のやりがいと笑顔でお話される姿が印象的でした。3人の男の子を育て上げたSさんと、3人の男の子を子育て中の利用会員さんは共通の話題も多く、“人生の先輩と後輩”というお二人の関係性も素敵だなと感じました。



あい・あびこでは日常のちょっとした困りごとを解決します。協力会員も募集中！  
詳しくはお問い合わせください。



【問合せ】あい・あびこ TEL 04-7185-5889

## 災害への備えを学ぶ「防災講習会」

11月25日、当会の団体会員加入自治会の方を対象とした「防災講習会」を開催しました。これは、当会の自治会活動推進事業の一環で、昨年度に引き続き2回目となります。今回は、自治会長や自治会防災担当者を中心に41名の方にご参加いただきました。

我孫子市市民安全課危機管理係の酒井氏を講師に迎え、「災害に備えよう！」をテーマに、地震や水害に対し、いざという時のために日頃からどのようなことを心がければ良いのかといったお話をいただきました。

また、市社協からは能登半島地震の災害ボランティアセンター運営支援の職員派遣に参加した渋谷が、被災地の写真を提示しながら現地での体験を中心に、地域のつながりの重要性についてお話をしました。

参加者からは「地域の同士で協力することの大切さを再認識した」「実際の被災地の様子を知れて良かった」といった声が上がっていました。



▲星野市長より鈴木前会長へ感謝状が贈られました

## 民生委員・児童委員 退任式 委嘱状伝達式

12月2日、「我孫子市民生委員・児童委員 退任式・委嘱状伝達式」が行われ、任期満了に伴い退任される方へ感謝状が贈られました。我孫子市では、52名の方が退任されました。長年の献身的な活動に感謝いたします。お疲れ様でした。

寄付の報告

ありがとう  
の  
輪

皆さまからいただいた寄付金・寄付物品は、地域福祉活動に役立てていきます。  
ありがとうございました。

香江木蘭太極 / 慈悲の会 / NPO法人 食の会あびこ / 我孫子市防災協会 /  
NPO法人 日本入れ歯リサイクル協会 / 安武 慎作 / NPO法人 実武道会館  
/ 株式会社 遊愛 / 湖北台6丁目六睦会 / 金子 秀子 / 匿名48件

(受付順・敬称略)



我孫子市防災協会様より  
ご寄付をいただきました

令和7年9月16日~12月15日

寄付いただいた物品:お米・インスタント食品・缶詰・レトルト食品 等

# 地域の まど

vol.3

市内6地区にある地区社会福祉協議会をご紹介しますコーナー「地域のまど」。今回は、湖北台地区社協と湖北・新木地区社協を取材、それぞれの「推しポイント」などについて聞いてきました。

## 湖北台地区社協

**推**しの事業は・・・

年に一度開催される「敬老お楽しみ会」は、毎回100名以上が集まる大規模なイベントです。落語や曲芸鑑賞のほか、食事をしながら楽しいひと時を過ごしていただきます。現在は、地域の小学校を会場に使用しており、児童の出し物や手作りのプレゼントなど、子どもたちとの交流も大変評判です。



敬老お楽しみ会

### 読者へひと言

保健センターの隣にあります。活気のある地区社協です！ボランティアに興味のある方もない方も、ぜひお越しください。

【問合せ】湖北台地区社協  
TEL 04-7188-1410

## 湖北・新木地区社協

**推**しの事業は・・・

「福祉まつり」は、地域の小中高校との共催で開催しており、当日は子どもたちが主体となって司会や設営を行うなど、地域と子どもたちが連携したイベントです。“地域で子育て”の考えのもと、課外学習の一環となっています。ほかに、「健康マージャン教室」は、初心者や女性の参加も多い人気事業のひとつ。「バランスボール教室」も好評です。



健康マージャン教室



福祉まつり

【問合せ】湖北・新木地区社協  
TEL 04-7187-2551



▲事務所前の街路樹の下には委員さんが育てる花が咲いていました

**う**ちの社協はこんなところ

地区社協の委員と民生委員を、長年にわたり兼務している方が多く、地域の状況を把握したうえで事業に取り組むことができるのが強み。委員の高齢化が進んでいますが、地区の学校と連携した取り組みなど、子どもたちと関わることで、パワーをもらっています。一方で、ここ最近は自治会から委員になってくださる方も増えていて、事業推進の新たな活力になっています。



▲お揃いのオレンジTシャツで活動しています



**う**ちの社協はこんなところ

「自分たちも楽しめる」がモットー。自治会や地域の関係機関からなる委員の皆さんは、任期ごとに半数以上は入れ替わりますが、和気あいあいとした雰囲気です。事業に取り組んでおり、イベントは、参加者だけでなく自分たちも楽しみながら運営をしています。また、これまでのやり方にとらわれず、新しいアイデアを取り入れながら事業を進めているところも強みのひとつです。

### 読者へひと言

湖北駅近くのスーパーマスタの3階にあります。アクセスも良いので、お買い物のついでに、ぜひお立ち寄りください。

# Hello

# てとりあ

ボランティア市民活動相談窓口

Vol.3



ボランティア市民活動相談窓口で・と・り・あでは、地域で活動するボランティア・市民活動団体の魅力を知り、活動内容や想いに直接触れながら、気軽に参加の一步を踏み出せる場として、「ボランティア・市民活動フェア2026」を開催します。ぜひご参加ください！

遊びに来てね！

## ボランティア・市民活動フェア 2026

～やってみたいがここにある！～

2 / 28  
2026. 土

時間

11:00-15:00

場所

我孫子市生涯学習センター「アビスタ」  
エントランス・ホール・工芸工作室



参加費：無料（申込不要） ※講演会は要申込

共催：あびこ市民活動ネットワーク・我孫子市社会福祉協議会

### 出張ボランティアセンター 「て・と・り・あ」開設

- ボランティア相談・紹介
- ボランティア保険の受付
- 個人ボランティア、介護保険ボランティアポイント制度受付
- 『ボランティア・市民活動ガイドブック』の販売



### ブース出展

- ボランティア・市民活動団体による活動紹介パネル展示
- 団体スタッフによる相談、質問対応
- 活動体験（ワークショップ・実演など）

### 講演会

\* 「てとりあ」へメールまたは電話で申込（2/26まで）

- 「ボランティアの基礎知識」  
10:00～
- 「介護保険ボランティアポイント制度」説明会  
13:30～
- 団体による講演会や体験会 等

### 地域とつながるマルシェ

- 福祉施設による手作り雑貨、クラフト、食品の販売
- 地場農産物の販売
- ワークショップ 等



「何か始めたい」「もっと多くの人に活動を知ってほしい」という双方の思いを形にしたいと、このフェアを準備してきました。地域には皆さんの力を必要としている団体がたくさんあります。当日は、ぜひ気になる団体に声をかけてみてください。新しい一歩が生まれる場になれば幸いです。



## 特別割引料金

〈フルカラーコピー〉		対象団体 料金	特別割引 料金
片面	A4	12円	10円
	B4・A3	17円	14円
両面	A4	20円	16円
	B4・A3	22円	18円

## ボランティア・市民活動を応援！ フルカラーコピー機のご案内

て・と・り・あ のフルカラーコピー機は、両面同時印刷、ソート機能のほか、二つ折りや平綴じ中綴じのホッチキス仕上げといった多彩な機能を搭載しています。紙をご持参いただかなくても、ご利用可能です。ぜひ、この機会にご利用ください。

コピー機のご利用は**事前予約制**となります。年度末・年度初めは大変混み合いますので、お早めにご予約ください。

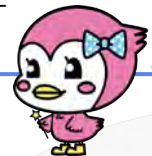
対象団体は、フルカラーコピー機を一般料金より安く利用できます

### 【対象団体】

- ◆ボランティア・市民活動登録団体(要登録)
- ◆これから市内で社会貢献活動を始めようとしている団体・企業
- ◇自治会・自治会連合会
- ◇まちづくり協議会
- ◇学校活動(幼稚園・保育園～大学)
- ◇障がい者等当事者団体
- ◇子ども会
- ◇シニアクラブ

※◇は、我孫子市内の団体のみ  
※対象団体であっても、団体活動と関係のない印刷物の場合は、一般料金となります

▼コピー機についてはこちら



## フルカラーコピー 特別割引券

〔有効期限〕  
2026.6.30

### ※対象団体のみ有効

- 白黒コピーは対象外です
- ご利用前にご提示ください
- 1団体につき1回限り有効
- 基本使用料の割引はできません
- 転写・他サービスとの併用はできません

団体名：

キリトリ ✕



▲チラシやポスターの印刷にぴったり！

## ガイドブック販売中！



▲1冊 300円  
窓口にて販売中！

ボランティアの始め方や探し方、登録されているボランティア・市民活動団体の情報を掲載した『ボランティア・市民活動ガイドブック2025-2026』を発行しました。

これから何か始めてみたい方や、地域でのつながりを広げたい方におすすめの一冊です。ぜひお気軽にお手に取ってご覧ください。

ボランティア・市民活動に関する情報を、ホームページ SNS でお届けしています



ホームページ



LINE 公式

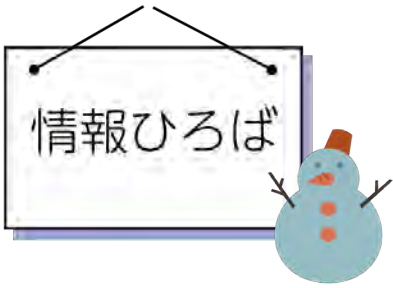


facebook



Instagram

【問合せ】ボランティア市民活動相談窓口 て・と・り・あ  
TEL 04-7185-5233  
E-mail avc@abiko-shakyo.com



# 情報ひろば

## ■しあわせへの Last Party

我孫子市結婚相談所は3月末をもちまして閉所となります。最後に、多くの方に出会いの場を提供できるようなイベントを企画しました。ぜひご参加ください

開催日:第1弾 1月25日(日)、第2弾 2月8日(日)、第3弾 2月21日(土)、第4弾 2月27日(金)

※詳しくは、ホームページをご覧ください。



【問合せ・申込】我孫子市結婚相談所  
TEL 04-7184-8100

## ■第32回福祉フェスティバル

開催日:2月28日(土)  
時間:12時~15時30分  
場所:けやきプラザ 2階ふれあいホール  
内容:白山中学校吹奏楽・和太鼓・ダンス・謡曲と仕舞・歌(葵ひろ子)ほか  
入場料:300円(市内福祉施設製品のプレゼント有り)

チケット販売:我孫子南地区社協および福祉ショップ&軽喫茶ぼぼら(けやきプラザ1階にて販売(2月27日まで))

※当日券有り



【問合せ】我孫子南地区社協  
TEL 04-7185-5117

## ■地域ふれあいまつり天王台

開催日:3月8日(日)  
時間:10時~16時  
場所:近隣センターこもれび  
内容:みんなでつなごう、ふれあいの輪!  
<第1部>身体を動かして、気分もリフレッシュ! 運動体験、美味しいもので笑顔がいっぱい! こもれびグルメ(手打ちそば等)  
<第2部>みんな仲間、子どももシニアも“歌”で友好タイム

※企画中につき、詳細は下記までお問い合わせください

【問合せ】天王台地区社協  
TEL 04-7183-9009



## 成年後見制度に関する弁護士相談

相談日:毎月第4金曜  
※月によって異なる場合があります  
時間:13時30分~16時30分  
※前日までに要予約、1日3組(先着順、相談は1時間以内)  
場所:市社協 会議室



【問合せ・申込】市社協  
TEL 04-7184-1539  
✉ support@abiko-shakyo.com

## コミュニティカフェご案内

### スマcafe (スマホ教室)

開催日:毎月第1・2・3・4火曜  
対象:60歳以上の方  
場所・時間・定員・参加費:講座ごとに異なります  
※定員になり次第締切。詳しくはお問い合わせください

【問合せ・申込】市社協 TEL 04-7184-1539 / (Café つぼみ)FAX 04-7184-9929

### Café つぼみ

~聞こえない・聞こえにくい方のおしゃべりの場~

開催日:毎月第2火曜  
場所:福祉ショップ&軽喫茶ぼぼら(けやきプラザ1階)  
時間:13時30分~15時30分  
定員:30名(先着)  
参加費:600円※(お菓子・ワンドリンク付き)  
※内容により実費負担あり

### 片手が思うように動かしにくい方 片麻痺の方のサロン

11月17日、当事者の方の声をきっかけに、サロンを開催。片手でネックレス作りを体験しながら、お茶を囲んで和やかに交流しました。サロン名は、ハワイ語で「光る・輝く」を意味する「lino(リノ)カフェ」に決定。今後も、笑顔になれる居場所として継続開催を予定しており、開催案内は社協ホームページでお知らせします。



## 動画撮影に挑戦しました

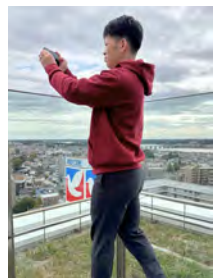


中央募金会のホームページにある「支える人を支える募金」特設サイトでは、各都道府県で行われている助成先の活動の様子が分かる「全国ありがとうレポート動画」が公開されています。この度、千葉県共同募金会から協力できる支会の募集があり、我孫子市支会が立候補。動画撮影に挑戦すること

になりました。

テーマは、「移送サービス事業」。事前に担当で念入りに打ち合わせやロケハンを行い、さまざまな動画を撮影しました。編集作業はプロの方に委ねており、今からどんな動画に仕上がるのか楽しみです。

中央共同募金会  
全国ありがとうレポートのページ▶



▲我孫子市の風景を撮影する様子

※許可を得て撮影しています

## 【広告】

デリバリーはUber 出館館。テイクアウトはHPから

**激辛カレー 挑戦者求む**

**ヒマラヤカレー**  
4辛~100辛

04-7179-0799 P 6台

我孫子市若松 141-4

ハリオン Indian Nepese Curry

11:00~15:00 (L.O.14:30)  
17:00~23:00 (L.O.22:30)

限定クーポン お食事された方 ラッシー無料

## ~これからの福祉をつくるアンケート~

市社協では、皆さんの「困りごと」や「ご要望」をこれからの福祉に活かすため、令和8年1月~2月末の期間でアンケート調査を実施します。5~10分程度でご回答いただけます。ぜひ、皆さまの声をお聞かせください。

アンケートはこちら▶

