



こほく台

地区社協だより

第69号

発行日 平成29年11月28日

編集・発行

湖北台地区社会福祉協議会

広報部会

〒270-1132 湖北台3-1-1

電話 (04)7188-1410

第15回「敬老お楽しみ会」を開催しました

9月26日(火)湖北台西小学校体育館において恒例の「敬老お楽しみ会」を開催しました。

当日は地元の高齢者109人、区域内のサービス「桜花の郷」13名もご招待、星野市長以下各方面のご来賓のご参加をいただき、スタッフ【社協・民協・障がい者施設(はるか・にじ・ウイング)ボランティア】と合わせて総勢200人を超す過去最大規模で盛大に開催することができました。

湖北台西小学校1・2年生によるダンスと合唱、そして全員に手づくりの手紙のプレゼントをいただき、世代をこえた温かい交流ができました。また昨年に引き続き地元湖北台出身のソプラノ

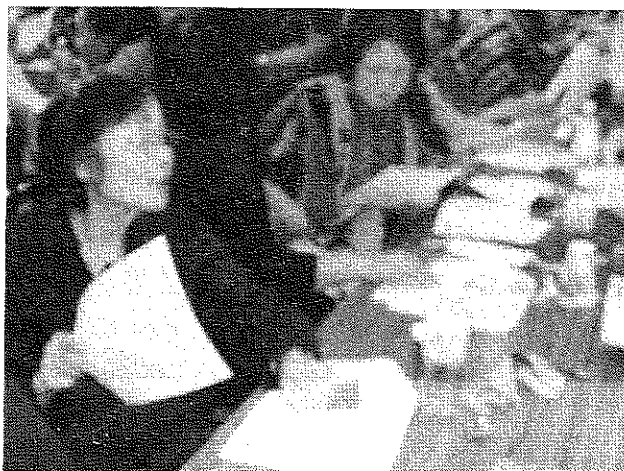
歌手吉田真澄さん(国立音大声乐科卒)・西村徳恵さん(東京音大ピアノ演奏科)による本格的なソプラノ独唱、ピアノ演奏を堪能しました。さらに千葉県無形文化財登録の「万作フレンドリー」の一行による、万作踊りとなじみの多い曲を織り交ぜた華やかな踊りに、自席で踊りだす人も出るほど皆さん楽しんでおられました。そして全員でなつかしい童謡をを合唱し、お楽しみの弁当タイムでそれぞれ楽しく談笑しながらあっという間の3時間で来年の再会をたのしみに散会しました。みなさんありがとうございました。



独唱とピアノ



合唱とダンス



うれしいお手紙



万作踊り

第19回「湖北台健康まつり」を開催しました

10月14日(土)湖北台中学校体育館・多目的ホールにおいて開催しました。

血圧・血管年齢・肺活量・握力・骨年齢などのチェックに始まり、開眼片足立ち・けんけん椅子立座り・体前屈・障害物歩行などの運動機能の測定、そして例年通り保健センター・我孫子聖仁会病院・湖北・湖北台地区高齢者なんでも相談室による栄養相談、転倒予防、正しい手洗い指導・介護相談などのコーナー、さらにリラックス体験として肩・背中・足裏マッサージも体験できるなど、

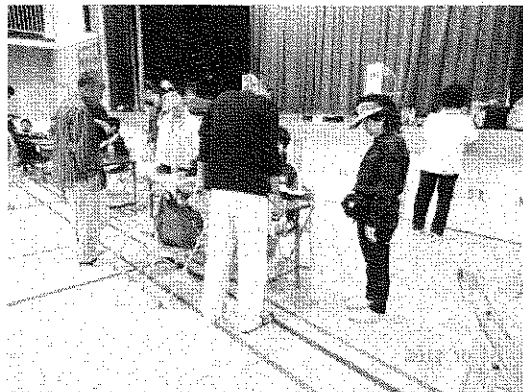
盛りだくさんのメニューが用意されました。

当日はあいにく季節外れの寒さと雨模様の影響もあり、例年よりも参加者が少なめでしたが、93歳のおじいちゃんが元気に参加して下さるなど、ゆったりと和やかに開催することができました。

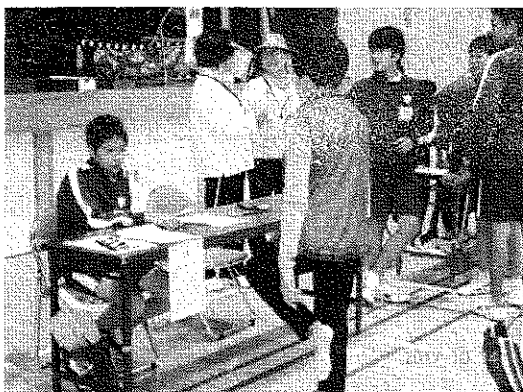
今年も湖北台中学校の生徒さん約50名がボランティアとして会場設営から測定担当まで大活躍してくれました、吹奏楽部の皆さんによる素晴らしい演奏と併せてお礼申し上げます。



血管年齢測定



握力測定



片足立ち



吹奏楽

救命入門コース (AED 講習会) を実施しました < 防災問題検討委員会 >

7月3日(月)湖北台近隣センター多目的ホールにおいて、社協委員、事務職員23名参加によりAED講習会を開催しました。

我孫子市東消防署湖北分署のご指導の下、第1ステージは胸部圧迫と人工呼吸の実習、胸部圧迫30回プラス人工呼吸2回のセッ

トを5セット、交代しながら全員体験しましたがかなりの重労働でした。(実際の場合はこの5倍25セットくらい必要になるとのことでした。)

第2ステージは主テーマのAED(自動体外式除細動器)の講習に入りました。講師の実演に続いて全員が体験しましたが、覚えたつもりでも電源を入れなかったり、スイッチを入れ忘れていたり戸惑いもありましたが全員無事終了しました。実際の現場に遭遇した場合に、どれだけ落ち着いて対応できるか?とは思いますが、まずは基本を勉強させていただきました。

お知らせ!

手賀沼カレンダー好評販売中です、

お早めにお求めください

1本 200円 (販売期間 1月末まで)

【販売場所】

- ・湖北台市民センター1階 湖北台地区社協事務所
- ・湖北台・駅前お休み処

第9回湖北台中学校3年生向け

「認知症サポーター養成講座」開催

累計受講生 1,000人突破！

11月2日（木）台中生3年生131名を対象に9年連続での勉強会を実施しました。今回の講座で台中生の累計受講生は1,085人となり大台を突破しました。

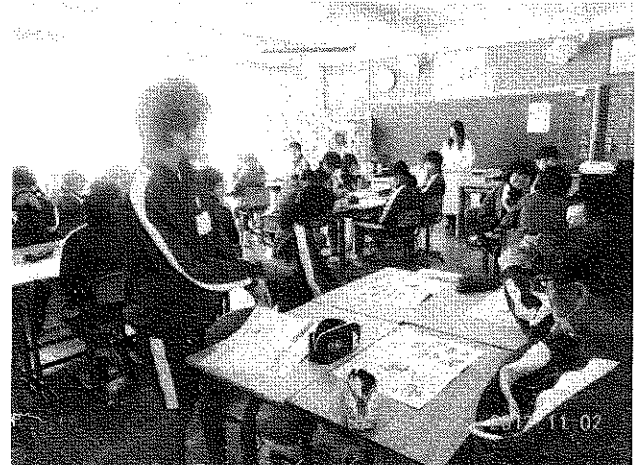
当日はキャラバンメイト4名を講師としてお招きし、地区社協委員12名が4クラスに分かれて約2時間の研修を行いました。

認知症の解説・「日曜日編」「道に迷う編」を寸劇で表現・グループワーク（良かった点、悪かった点）による討議、発表など、かなり工夫を凝らした講座で皆さん楽しみながら参加しておられました。

2025年には認知症の方が700万人、65歳以上の5人に一人が認知症、という予測データもあります。湖北台地区も確実に高齢化が進行しております。

ぜひ認知症に関する知識をしっかりと身につけて、地域でお互い支えあっていきたいと思えます。

☆一般向け「認知症サポーター養成講座」
平成30年3月5日（月）湖北台近隣センターで開催予定です！



「第44回国際福祉機器展」視察（委員向け研修）

「9月29日（金）東京ビッグサイトにおいて、15か国527社・団体による最新の福祉機器20,000点が出展される最大規模の展示会が開催され、当社協では福祉バスを利用して委員、ボランティア36名が参加し、広大なスケールの展示会場を丹念に見学してまいりました。

中小のアイデア商品から自動車メーカーによる各種機能満載の車まで展示され、3時間ではほんの一部しか見切れないほどでしたが、とても新鮮で目を見張る物が沢山あり大変勉強になりました。

年末年始お休みのお知らせ

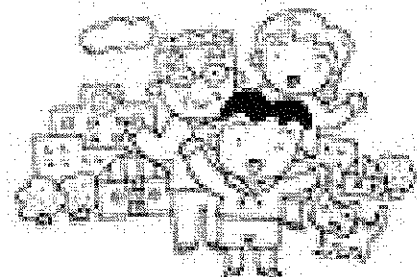
事務所 12月²⁹28日～1月3日

お休み処 12月29日～1月4日

電話訪問 12月29日～1月8日

ご寄付ありがとうございました

クオカード・切手・インクカートリッジ・はがき・寄付金・等をいただきました。
和田賢二様（321円）・鈴木幸子様・海老澤義一様・仁藤啓子様・加藤様・安藤様・板倉憲一様・丸岡慶春様・8丁目見守りの会様・和太鼓様・ホリデーワン様・関口様・細野昌子様・高橋勇治様・山本弘子様・中山絹子様・



渋谷みつさんのこころ遊びすさ 中峠台在住

みつさんには今から8年前の九十歳の時に、仲良し三人組で御登場願った。この度九十八歳になられ、以前にも増してお元気なお姿に感動さえ覚えてしまう。毎日元気にシルバーカーを押しながら自宅から「お休み処」へ出かけてゆく。仲良しの方たちとおしゃべりをするのが一番の良薬だと思えるからです。御自分で作ったお弁当を持参し、ワイワイガヤガヤみんなと一緒に食べるのが元気のエネルギーになっていくのです。お友達がいることが本当にありがたい。たく幸せなことなんですよと。多くの方から「渋谷さんお元気ですね」と声をかけられると必ず「ええ、みなさまのお陰なんです」と言葉を返している。な

んて素敵なことなんてしようね。自分ひとりですべての方々の支えがあつてこそ私の私なんですよ。素直に受け止めていらつしやる。周りを見渡せば、結構御自分の殻にとじこもつてしまつていらっしゃる方が多い。他人の目を気にしながら窮屈に生きていく方のなんと多いことか。

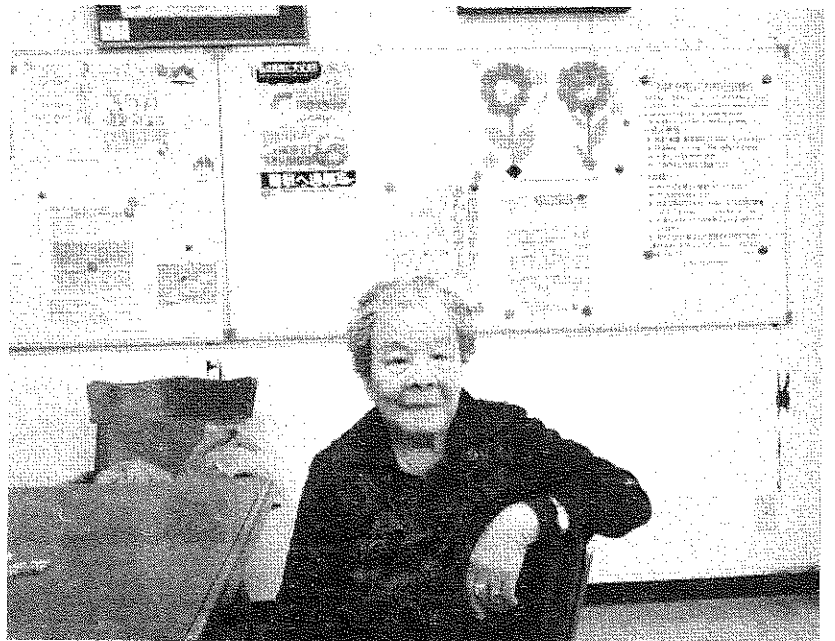
みつさんのように素直になれたらどんなにか人生が楽しくなれるのになあ。みつさんはいつもニコニコと笑顔、顔の色艶がよく、余り地味な色合いの服を着ると老けて見えるので、ピンクとか赤など明るい色を好んで着ていらつしやる。

そんな気配り上手こそ元気の秘訣なのではないかと感心してしま

う。娘さんが近くにいてので安心ですが、自分で出来ることはなるべく自分でやるようにします。御飯のおかずも出来合いのものは余り好まないで、チョコチョコと自分で作るのが好きで楽しいのです。友達も大勢いて、気になる方には電話を掛けたり、訪ねて行つたりと結構忙しいのです。

そんな時、互いに総菜や野菜を交換するのですよ。人とのつながりがしつかり出来ているみつさんが羨ましく思えてくる。さて、みつさんは、茨城県大子町生まれ、松戸の帯の組紐を織つていたところで働いていたので、手先が器用で洋裁や編み物が得意。今でもせっせと編み物をよくしている。戦時中には大子町へ疎開、御主人が出兵されシベリア抑留され苦

勞された。七年ぶりに帰られたお父さんに会つて、娘さんは大泣きされたとのこと。郷里の子供たちに帰れ帰れといじめられたりとか戦争による痛手をみつさんも受けられた。御主人様はお亡くなりになられたが、子供がよく育ち、私の誕生



日には孫たちと一緒に素敵なホテルへ旅行に出かけ祝つてくれるのが何よりの幸せです。

みつさんの実兄の方が百歳、妹さんが九十三歳と長寿の家系。これからも多くの人とおしゃべりをして笑顔のパワーを届けてください。ね。 福

編集後記

雨の日が多かった今年も残り少なくなりました。平成9年発足の湖北台地区社協も来年からは21年目に入ります。地域の皆様からのご意見、ご希望をお待ちしております。