



『いきすこ』昭和地区社協便い

編集・発行 袖ヶ浦市昭和地区社会福祉協議会 広報専門部会 ☎ 0438-63-3888
〒299-0256 袖ヶ浦市飯富1604 袖ヶ浦市社会福祉センター内 FAX 0438-63-0825



気軽に寄の合って気楽な会
話で楽しいひとときを過し
ていただきたいと願って



スカットボールを楽しむ

生き生き健やか サロシいきすこ を開所しました

お互いに折の方を確認しながら真剣に折っていました。先生が各テーブルを回って丁寧に指導してくれました。

折の鶴の折の方を指導する先生の手に集中する。

開所日の初日、開始時間の十一時になる前から続々と男性・女性の皆さんが集まり、開始十分過ぎには三十九名の方達が会場に集い、和気あいあいの会話が弾み、参加者の中から折の紙の先生が登場し紅白の鶴や未だがり孔雀の折の紙を教えてくれました。

皆さんは時の経つのを忘れて折の紙に夢中でした。

開催日 毎月第3木曜日11時～14時
参加費 100円(お茶代)
[65歳以上の方なら誰でも参加OK!]
場所 市民会館2階フリースペース
連絡先 佐々木真由美 63-9156
主催 昭和地区社会福祉協議会

続いて「山陽メテアアクト」
ミュージアム(千葉市花の美術
館)を訪ねました。前庭に広がる
四季彩花壇には秋の花コスモスが
咲き広がりの眼を楽しませてくれま
した。絵がうす張りの温室ではハ
イビスカスや様々な洋ランが多様
な色彩や香で我々を魅了させてく
れました。

楽しいみな風食は創作料理の店
を味わいました。松茸ご飯や土瓶
蒸しの味と香が口にいっぱいに広
がり大満足でした。



千葉ポートタワーの入口で記念撮影

平成二十七年十月七日(水)恒例
の「ふれあいバスハイク」です。
今年には千葉方面へと出かけました。
参加者は高齢者十六名、地区社協
事業推進者十名、事務局一名の計
二十七名がバスに乗り込み市民会
館を九時十五分に出発しました。
当日は絶対のバスハイク日和とな
り、幸運に感謝しながら約1時間
バスに揺られ、最初の目的地千葉
ポートタワーに到着です。地上1
13mの展望室からぐるの三六〇
度の絶景を高齢者の皆様と共に楽
しむことができました。

ふれあいバスハイク



千葉ポートタワーを見上げる！ 高くて首が痛い！

最後に吉田農園を訪ね、リ
ンゴの栽培方法等の説明を聞き
ながらリンゴ園内を散策。赤や
黄色のリンゴが挿に実っている
様を眼にし、リンゴの香に癒さ
れました。千葉にもリンゴ園が
あることを知り、帰りにリンゴ
やパインの花田、キヤッツを
お土産に頂き、爽やかな秋の一
日を満喫しつつ笑顔で帰路に着
くことができました。

高齢者の皆様、地区社協事
業推進委員の皆様、お疲れさま
でした。今後共楽しい人間交流
の企画にご協力宜しくお願いし
ます。



125mの千葉ポートタワーから大パノラマを楽しむ



フラワーミュージアム前で出迎えてくれるお人形と一緒に記念撮影



前庭の花壇を眼下から総ガラス張りの温室へ



山陽メテアアクトミュージアム

千葉市花の美術館



リンゴ園の説明を聞きながらの散策



松茸御膳(松茸ご飯、土瓶蒸し等々)



創作料理の店「一幸」で主役の松茸を待つ



千葉市花の美術館から屋食会場へと移動します



本日の献立は
 ▲小松菜入のつくねだんご
 の甘酢あん▼
 じゃが芋と玉ねぎのチーズカッパ▼ごぼろのコンソメスープ▼黒糖ぐずもち、この4品にこ飯1杯です。一日の塩分摂取量は成人男性8g未満、成人女性7g未満、高血圧の人は元気でニコニコツッキンク～無理なく減塩健康料理～



昭和设备社協 給食専門部会
 ロコモケアプログラムについてとロコモを防ぐ運動「ロコトレ」について熱心に耳を傾ける

平成二十七年十月二十三日（金）に保健センターを会場にして恒例の「シニア料理教室」を開催しました。シニア参加者十六名、社協推進者十一名、市の関係者五名の計三十二名が集い、健康推進課から「ロコモケア」、健康推進課から「ロコモケア」、健康推進課から「ロコモケア」について指導を受け、後、無理なく減塩健康料理のレシピに沿って包丁さばきも、会話も、大いに弾み、楽しい料理教室となりました。

シニア料理教室



食事を終えて皆で食器洗いしながらの会話も弾む



出来上がった料理を皆で会話しながら食べると格段に旨い！



奮闘する3人の男性陣

参加した3人の男性も真剣に、和気あいあいと、楽しんで、料理の盛り付け作業に取り組んでいきました。家庭でも是非トライをされたらいかがでしょうか！



早朝から窯に火を入れ焼き芋の準備する焼き芋担当者



第8回袖ヶ浦市地域福祉フェスタ開催

長浦公民館前に立ち並ぶ各地区の模擬店テント。

平成二十七年十一月二十九日（日）に第8回袖ヶ浦市福祉フェスタが開催されました。会場は長浦公民館に大勢の親子や若男女が集まり、公民館前の広場には各地区の模擬店が出店され、楽しい一日を過ごされました。



模擬店前の広場がまるで焼き芋パーティー会場に！



昭和设备社協の模擬店に焼き芋を買いに大勢集まる。



昭和设备社協の模擬店に市長が激励に来る。



白杖を頭上50cm程度に掲げてSOSのシグナルを示している視覚に障害のある人を見かけたら、進んで声をかけ、支援しようという「白杖SOSシグナル」運動の普及啓発シンポルムです。白杖によるSOSのシグナルを見かけたら、進んで声をかけ、困っていることなどを聞き、サポートをしてください。

御存知ですか？

平成二十七年は十二月に入っても暖かい日が続き大根やキャベツが豊作で安値となり農家の人たちは大変喜んでいました。平成二十八年の申年はどうか。人は健康で、食事と話を楽しめる日々を過ごせることが一番の幸せだと思います。新しい「サロン」が開設されました。気軽に寄り合い、楽しい会話の場としてご利用ください。

編集後記

癒しの散歩道



JR房総線「袖ヶ浦」駅から歩いて二十分ほどで福王台の住宅地の奥に鎮座している「率土（そつど）神社」の参道入り口に迎ひ着きます。傾斜のある長い石段を登ると眼下には袖ヶ浦高等学校をはじめ町並みが一望できます。本殿までの長い参道は杉や竹で覆われており、夏場でも鬱蒼としていて日差しを遮る憩いスポットとして地域の人々に親しまれています。率土とは、この広く大きい天の下、広い地の果てまで、すべて王の土地であり、そこにいる人はすべて王の臣だ、という意味です。祭神は瓊安姫尊（ハニヤ久姫尊）で、おくすびにあつた摩訶般若（カク）の国の妃か国を追われ、養老二年（七一八）日本まで逃れてきました。都に迎えられた妃は「天豊媛命（アマトヨヒメミコト）」の名を授け、「コト」の名を授け、東国平定のため袖ヶ浦へ遣わされ、神納の地に館を構え、と伝えられています。



広報専門部会