



# 『いきすこ』昭和地区社協便り

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

広報専門部会

Vol.13



昭和地区社協 お花見昼食会  
平成三十年四月四日(水)に恒例の「昭和地区社協お花見昼食会」を袖ヶ浦市老人福祉会館にて開催しました。今年のは桜の開花が早く、満開時期が過ぎていきましたが桜吹雪が会館の廊下に舞い込みお花見気分を満喫しながらの楽しい昼食会となりました。参加者三十二名、スタッフ二十四名が集い、給食専門部会のスタッフが準備してくれた料理を味わいながら各種余興で楽しいひと時を過ごしていただきました。(給食専門部会)



舞台の音頭に合わせて皆さん立ち上がり踊りはじめました。身も心も踊る楽しいひと時。

舞台の演芸を楽しみながらの昼食会

地区社協会長の挨拶でお花見会開始

【活動目的】  
①公私共同による地域ぐるみ福祉の推進  
②地域特性に応じた地域ぐるみ福祉の推進  
③地域住民の主体的参加に基づく福祉の推進  
を原則とし、事業推進委員をはじめ、地域住民の意見を踏まえ、昭和地区に必要となる福祉活動を企画運営し、昭和地区の地域福祉向上を図ることを目的とする。

平成三十年年度の単年度事業計画の予定表(下表参照)を作成して進捗管理をして推進する。

- ①敬老会
  - ②ふれあいバスハイク
  - ③お花見昼食会
  - ④給食サービス
  - ⑤わくわくサマーチャレンジ
  - ⑥いきいきサロンの運用
  - ⑦広報誌の発行
  - ⑧地域福祉フェスタ
- 【地区事業計画】  
第二期事業計画の振り返りと環境認識を踏まえ、第三期(二〇一五年〜二〇二〇年の5年)の地区事業を策定しました。実施事業としては次の8項目です。

【昭和地区の環境認識】  
昭和地区は、海側の造成が進み、市内では唯一子育て世帯を含め人口が増加する見込みで、長浦地区と共に比較的高齢化率が低く十五歳未満の人口が多くなっています。  
市民意識調査からは、「市民同士のつながり」「防犯体制の充実」「防災体制の強化」「交通安全意識の高揚」の項目の満足度が低く、マナー意識の向上と近所の顔が見える関係づくりが求められています。

平成三十年度昭和地区社会福祉協議会事業計画

平成30年度昭和地区社協サロン開催予定表

サロン いきすこ			
場	奈良輪会館	市民会館 2階 FS	まきば台 吉村邸
曜日	第一木曜日	第三木曜日	第四木曜日
祝日変更			
4月	5日	19日	26日
5月	10日	17日	24日
6月	7日	21日	14日
7月	5日	19日	26日
8月	2日	16日	23日
9月	6日	20日	27日
10月	4日	18日	25日
11月	1日	15日	22日
12月	6日	20日	27日
1月	10日	17日	24日
2月	7日	21日	28日
3月	7日	28日	28日
備考	1月第二(木)に変更	3月第四(木)に変更	6月第二(木)に変更

平成30年度昭和地区社協事業計画表

月日	曜	事業名	担当専門部会	場所
04月04日	水	お花見昼食会	給食専門部会	老人福祉会館
05月16日	水	給食サービス	給食専門部会	
06月**日	*	広報誌「いきすこ」13号発行	広報専門部会	
06月20日	水	給食サービス	給食専門部会	
08月20日	月	わくわくサマーチャレンジ2018	児童支援専門部会	木更津ゴルフクラブ
09月17日	月	昭和地区敬老会	高齢者専門部会	市民会館
10月17日	水	給食サービス	給食専門部会	
10月23日	火	ふれあいバスハイク	高齢者専門部会	行き先検討中
11月**日	*	広報誌「いきすこ」14号発行	広報専門部会	
11月21日	水	給食サービス	給食専門部会	
12月09日	日	第11回袖ヶ浦市地域福祉フェスタ	役員会	根形公民館(パネル展示等)
12月19日	水	給食サービス	給食専門部会	
01月16日	水	給食サービス	給食専門部会	
02月20日	水	給食サービス	給食専門部会	
03月**日	*	広報誌「いきすこ」15号発行	広報専門部会	
03月20日	水	給食サービス	給食専門部会	



生き生き健やか

# サロン いきすこ

毎月第1木曜日 奈良輪会館  
毎月第3木曜日 市民会館FS  
毎月第4木曜日 まきば吉村邸



昭地区協では、現在以下の3ヶ所でサロンを開所しています。



◎H28年～「いきすこ」(市民会館2階FS)  
◎H29年～「いきすこ」(奈良輪会館)  
◎H30年～「いきすこ」(まきば台 吉村邸)



「サロンまきば」  
吉村邸門扉の  
パネルが目印

二間続きの部屋に20名を超える皆さんが集い、お茶と会話を楽しむ。

平成三十年四月よりまきば台にサロンが新しく開所することになりました。まきば台の皆さんが気楽に寄り合える場として吉村さんが自宅を開放してくれました。毎月第四木曜日(木)の第一回開所日には、二間続きの部屋が満杯になるほどの方達が寄り合い、楽しいひと時を過ごされました。



小学生の子も一緒に体験



奈良輪会館のサロンに参加された全員の皆様がふまねっと運動を体験されました。



サロン「いきすこ」に集う皆様に健康寿命を延ばす「ふまねっと運動」を体験してもらいました。四月五日に奈良輪会館で最初に体験してもらいました。四月十九日には市民会館でのサロンで体験してもらいました。ほとんどの方が初めての体験でしたが、サポートの方で初めて体験でしたが、サポートの方で楽しく、元氣よく、笑いも交えて良い運動になったようです。



元氣よく楽しく運動されました。



市民会館のサロンに参加された全員の皆様がふまねっと運動を体験されました。



グー・チョキ・パーのじゃんけん体操で腕上げ体操！腕と手を動かして健康増進



「サロン「いきすこ」  
奈良輪会館  
4月5日



座ったままでできる腕を上げる体操



折り紙を習って指先の運動になりました

「サロン「いきすこ」  
市民会館  
4月19日

身体障がい者補助犬同伴の啓発のためのマークです。身体障がい者補助犬とは、盲導犬、介助犬、聴導犬のことを言います。「身体障がい者補助犬法」が施行され、現在では公共の施設や交通機関はもちろん、デパートやスーパー、ホテル、レストランなどの民間施設でも身体障がい者補助犬が同伴できるようにになりました。補助犬はペットではありません。体の不自由な方の、体の一部となって働いています。社会のマナーもきちんと訓練されているし、衛生面でもきちんと管理されています。お店の入口などでこのマークを見かけたり、補助犬を連れてくる方を見かけたり、補助犬を連れてくる方を見かけたり、御理解、御協力をお願いいたします。



【ほじょ犬マーク】



障がい者に関するマークについてご存知ですか。今回は左のマークを紹介いたします。

## 御存知ですか？

(注) 高齢になるほど、普段、足をひきずって歩く傾向があります。高齢になるほど「あみ」を踏む回数が多くなります。全ての人が楽しく参加できます。負荷が軽く、ゆっくりとした動きでストレッチャー感でこの引きずりやすい歩行を改善するのです。また「ふまねっと」運動の継続により認知機能が改善するのです。

「ふまねっと運動」とは？  
五十センチ四方の大きなマス目のできた「あみ」を床に敷き、その「あみ」を踏まないで歩く運動です。  
この動作から「ふまねっと」という名前がつけられました。大切なことは、足がこの「あみ」にからまないように、気をつけて、しっかりと足を上げ下ろしすることです。この運動は、目で見て、どこに「あみ」があり、自分の足が「あみ」を踏んでいないかどうか「注意深く」歩くことが必要です。



◆千葉県西部防災センター来館記念◆  
2018年 2月22日

昭地区協事業推進委員と事務局員の二十二名が、二月二十二日に千葉県西部防災センターを視察し、いろいろな災害対策を体験してきました。ここは、入館無料です。家族では是非体験されることをお勧めします。



茂原公園から車で数分の所に茂原牡丹園があります。ここは民間にて有料ですが牡丹の他に多種の花があり楽しめます。

癒しの散歩道  
4月の下旬頃、茂原公園を訪ねてみました。桜の名所百選に選ばれていますが、実はツツジの名所でもあります。今年は花の咲くのが早く、ツツジの満開時期が過ぎていました。それでも弁天湖周囲に咲くツツジと赤い弁天橋のコントラストが美しく、気持ち癒してくれました。約千二百株のツツジが4月下旬～5月上旬頃が見ごろです。場所は茂原市高師、車で高速を利用すると四十分程、一般道ですと約一時間余です。桜とツツジの時期に茂原市を訪ねてみることをお勧めします。



広報専門部会

編集後記  
今年の一月、二月はとて寒かった気がしますが、四月になって、肌寒い日や夏日の暑さが二三日毎に続き体調管理や着るものに困りましたね！  
▲今春は各花の咲くのが早く、袖ヶ浦公園の桜も三月下旬には満開となりました。▲五月に入ると夏の暑さが続き、今夏は猛暑になるのではと気になります。熱中症対策の水分補給を忘れず夏を乗り切りましょう。▲今年も見やすい楽しい広報誌作りに努力しますのでご期待ください。