

(1)

芝山町社協だより



'17年12月発行



本会広報紙「まごころの輪」は多くの方々にご協力いただき、今号で第100号の発行となりました。

これまで、本紙では様々な皆様にご登場いただきましたが、今号では100号を彩った皆様に再びお話を伺いました。

第100号



続行！熱中グラウンドゴルフ

平成14年9月の第39号、健康づくり特集に登場した川島さん。「グラウンドゴルフ病がほかの病気を吹き飛ばしてくれるんだよ」と、グラウンドゴルフに熱中することで健康でいられるとお話されました。

あれから15年、川島さんは変わらずグラウンドゴルフを続けています。

「移動交番で見守りにくる警察官もグラウンドゴルフをやっている私たちの元氣には感心しているよ。60歳から始めて今82歳だからもう22年になるのか」と改めて感慨深そう。

2001年にはねりんピックという60歳以上対象の全国大会に千葉県代表として



川島 進さん
(三和)

出場したことも。「開催地が広島だったんだけど小学生とか、小さい子たちのお出迎えがかわいくてうれしかったなあ」との事。

「岩山グラウンドゴルフは当初34人で、今は6人になっちゃったんだよね。生き残り部隊みたいな、そういう気持ちでいるよ」とひそかな現役宣言。実は最近体調を崩しましたが、15年前の宣言どおり間もなく復帰し、グラウンドゴルフに熱中しています。

川島さんの「まじっく」とは
「心腹だね」。(胸のうち・心から頼りにすること、などの意味)

笑顔が

物

友達はとくべつ

「35年間働きつめ。60歳ですっぱり養鶏場を閉じ、引退しました。畑田んぼの農家だと組合とか横のつながりがあるけど、私たちの場合はつながりがなくて、友達もあまりできませんでした。だから養鶏場を閉めてすぐ保健推進員に立候補したわ、友達が作れると思って」。



青木 妙子さん
(川津場)

「引退してからグラウンドゴルフや手まりの会も始めました。友達がなかなかできなかった私にとって友達は特別な存在です。グラウンドゴルフをやっている時に、おこの料理教室の参加者から『この前はどうも』なんて言われることがあって、その時はうれしかったです」。

青木さんの「まじっく」とは
「やわらかい、あたたかい、ですね」。

インタビュー

やっぱり地元



萩原 美紀さん
(住母家)

菱田小学校出身の萩原美紀さん。自分たちが取り組んだ福祉学習や学校生活について平成16年3月第45号でインタビューさせていただきました。

当時、全校生徒29名という菱田小学校では、みんなで協力合うのが当たり前で、少ないからこそ仲が良いということや、進学にあたり友達ができるか、部活は文化部に入りたいなど、未来への希望や不安を話してくれました。

「おとなになって芝山町に帰ってきて、やっぱり地元は落ち着くなんて感じました」。

そんな萩原さんは今、公務員として芝山町のために尽力しています。

萩原さんの「まじっく」とは
「やりげない優しさ。忙しい時に気づかってくれたりするこづいたと思います」。



寺岡泰代さん
(はにわ台南)

ボランティアは らきがら

平成17年3月発行の第49号、作業所ボランティアのインタビューの記事で協力いただいた寺岡泰代さん。

当時は「受け入れてくれたことがうれしい、旦那も『あてにされているなんて、楽しいじゃないか』と言ってくれている」おっしゃっていました。

「60歳くらいの頃、ケガし

たりしてて、家にいてもなあと
思っ、散歩してたら社協のヘルパーさんが通りかかったのよ。それで『何か座りながらできるお手伝いがないかしら』って相談したの。そしたら福祉作業所に行ってみたら？って教えてくれたのよ。

「そこで受け入れてもらってね。もう15年くらい経つからねえ」と話す寺岡さんは今でも作業所ボランティアを続けています。「作業所のボランティアは生き甲斐みたいなものだね。いい人はびっくりで、所員はとつてもかわいくて元気をもらってるわ。旦那も送り迎えに、協力してくれています」。

寺岡さんの「まじん」とは「助け合ひの輪です」。

みんなの

宝

100号記念

きくばり おかずくばり

長年給食サービスクラス協力員兼給食委員としてサービスクラスを支えてくださっている岩澤松枝さん。平成12年9月発行の31号に取り上げさせていただきました。

「給食サービスクラスを手伝って声がかかったのは、学童クラブの指導員をしてい



岩澤松枝さん
(小池1)

た時かなあ。おどろいたのは衛生管理。材料は基本的に熱湯をくぐらせるんだけど、キウリまでくぐらせた時はビックリしたね。でも人に食べてもらうものだから、そこは徹底しなきゃね。

最近、相談があった方々や気になるお宅へ積極的に声を掛けて、給食サービスクラスを利用してもらうっています」という岩澤さんには、給食サービスクラス協力員も紹介いただくことが多く、この事業には欠かせないボランティアさんです。

岩澤さんの「まじん」とは「みんなで仲良く何かするってことかな」。

もうこれよ

齋藤則子さんはミニデイの節分会に参加し、保育所見と楽しくふれあっているところを平成22年3月の77号に掲載させていただきました。

「ミニデイサービスクラスに参加し始めて10年くらいですね。最初の頃は新しい仕事を始めたばかりで、なかなか休みを取れず、半分も参加できていなかったと思います」。

楽しいのはやはりおしゃべり。「保育所の子どもと遊んだり、たまにはおでかけしたり。みんなでお茶を飲みながら、景色を見て散歩しながら。おしゃべりできればそれが最高よ」。

齋藤さんの「まじん」とは「人のあたたかみとか。心から話せる人から感じるね」。



齋藤則子さん
(小池9)



ミスターおとこの料理教室

おとこの料理教室の常連参加者、佐々木隆治さん。教室には立ち上げ当初から参加され、まごころの輪にも何度も登場しました。

「おとこがやる料理教室があるって誘われたのが最初だったと思う。料理は好きだったからね。」

会社の独身寮の食事づくりをしていたとの事で、さすがの包丁さばきに他の参加者もおどろきます。

「仕事ではレストランで出てくるようなものじゃなくて、家庭料理を作っていたけど、おいしいって食べてくれるのはうれしかった。それで料理がもっと好きになりました。」

おとこの料理教室が続いているのも、そんな経験からだ



佐々木隆治さん (バルールド)

ね。家でもたまに料理するんだよ」と話す佐々木さんは、おとこの料理教室、ただではなく、シルバー人材センターの会員としても調理を通して長年活躍されました。

「いろんなことがあったけど、楽しかったなあ」と、人生を振り返る横顔に、やさしさがにじむ佐々木さんです。
佐々木さんの「まごころ」とは「母親の気持ちかな」。



おとこの料理教室

▲平成15年、第41号のおとこの料理教室特集では、毛筆も得意な佐々木さんに「食創会人」のタイトルも書いていただきました

まごころと輪

元まごころの輪編集長

吉岡順子さん

(はにわ台南)



吉岡順子さん95歳、この方抜きには、本会広報紙を語ることはできません。

第2号から第33号まで編集委員・編集長として、また編集長引退後もいきいきとした高齢者を取材するコーナー「生涯現役」執筆者として活躍いただきました。

第2号という平成4年8月発行です。「広報紙に携わりはじめたころは、何しろみんなシロウトでしたからね。無我夢中、手さぐりで取り組んでいました」と黎明期に思いを馳せます。

人生経験をまごころの輪に

取材では社協の広報担当者と一緒に様々な所へインタビューに飛び回りました。「お宅におじゃましてお話をうかがう事が多かったんです

けど、普段インタビューされる機会なんてあまりありませんよね。だから、インタビューされる人は、少し身構えてしまう。そこでも、最近まちで起こった出来事かについて雑談をするの。取材とは関係ないことがいいよね。そうすると緊張がほぐれて、少しずつ話してくれるようになります。聞き取った内容はその日のうちに書き上げて次の日には広報担当職員に渡していました。」

インタビューをするための雰囲気作りにも人生経験が活かしています。

人に思い入れ

「本当たたくさんの方に協力いただいたのよね」と今までの広報紙をゆっくりとめくりみます。どの写真を見ても

どこの誰なのかすぐ出てくるとは、さすが。

「町内の方にお話を伺いに行くというのは、自分のためにもなりましたね。知り合いの方とお話しても、新しい発見がありますから。お話を聴かせていただいた中で特に印象深い方々があります。ひとり80歳を過ぎて旦那さんを亡くされ、全く字が書けないところから独学で勉強し、読み書きができるようになった方です。その意思の強さに感動しました。とても優しいお人柄の方でした。」

「もうひとり、取材がきっかけで家にこもりがちだった生活から、散歩を始めたという方です。これはうれしかったですよ。取材させていただくことが、本人の活力



教育支援資金貸付制度
 これから高等学校や大学などを受験するみなさん、入学や学校に通うための「お金」大丈夫ですか？
 入学や修学にかかるお金を支援してくれる制度は、国や

いんぷおめーしどん

県、日本学生支援機構などいろいろありますが、そのお金が必要な時に、必要な額が手元にありますか？
 県社会福祉協議会には、低所得世帯を対象に、入学に必要な経費や修学に必要な経費をお貸しする教育支援資金貸付制度があります。
 ほかの制度を利用するが、納入期限に合わない、限度額まで借りてもお金が足りない時は、受付・相談窓口の町社会福祉協議会（☎78-0850）にご相談ください。

社会福祉法人芝山町社会福祉協議会
マイクロバス運転手(非常勤)募集

応募資格 マイクロバスで福祉センター利用者の送迎等ができる方
 ●大型自動車免許
募集人員 1名
賃金 時給1,570円（通勤手当：有）
採用期間 平成30年4月から
勤務時間 1週につき30時間以内（休日：週2日、祝日）
勤務地 芝山町福祉センター
募集〆切 1月23日(火)
応募・問合せ 芝山町社会福祉協議会
 ☎78-0850 担当：宮澤
 ※詳しい勤務内容、雇用条件等はお問い合わせください。

**たくさんのご協力ありがとうございます
フードバンク**
 芝山町社協では、フードバンクちば「フードドライブ」に協力し、9月19日～10月31日の間、福祉センターにブースを設けて食品・食材を募りました。おかげさまで93・5kgもの寄贈をいただきました。
 いただいた食品は、フードバンクちばが民間や公的な支援窓口を通じて、困窮する個人の方へ提供します。また、県内の障害者団体、児童養護施設、母子施設、野宿者支援団体、薬物依存回復施設等にも提供されます。



岩内 渉さん
(上吹入)
なんだな

やさしいまち
感じて

平成15年12月第44号で、友達と「やさしいまち」について話し合っていたいただいたのは、当時芝山小学校6年生だった岩内渉さんです。

としみじみ感じました。こんなに人がいるのに誰一人僕を知らない。それで東京を離れて地元に戻ってきたんです。取材の事は覚えていないのですが、当時『みんなが住みやすいまちがやさしいまちなんじやないかな』と語っていた岩内さん。
 確かなつながりを感じるこの町、離れてみてやさしさを感じました。
岩内さんの「まじっく」とは
 「東金にあるらーめん屋さんを思い出しました。」

につながらることもあるんだとね。
いつまでもユーモアを
 「今は、新聞を隅から隅まで読んでいます。暇なんです。あと漢字のクロスワードパズルなんかもやっていますね。そういう雑誌を買ってき、懸賞付きのやつ。だからテレビなんかで漢字のクイズなんか出るとだいたいわかるよ。旧字の問題が多い気がするけど、問題を作ってる人は、私と同じ年寄りなんですかね」と今もユーモアは現役。

つながり ありがたい
 「いろいろな苦労はあったけど、うれしかったこともあってね。どこかで誰かがみてくれて、助けられたり、救われたりしてきました。世の中捨てたもんじやないって思うのよ、ほんとよ」。
吉岡さんの「まじっく」とは
 「まじっくの輪」だね。この名前「まじっく」だけじゃなくお互いの心を大切にすることから「輪」がついて『まじっこの輪』になるんですよ。だいたいこの事件や事故って、

「まじっこの輪」があれば解決するんじゃないかな」。
いままでも、これからも
 大勢の方に支えられ、たどり着いた「まじっこの輪第100号」。ふり返って見て、あらためてその紙名が心にしみます。いままでも、これから流れる時代とともに、みなさまのまじっこの輪、つなぎつづけます。



▶ 優しさをありがとう



ふくし 街角 コレクション

ひとり一人がまちを支える

10月8日に開催された町民
 体育祭で、千葉県共同募金会
 芝山町支会では街頭募金を行
 いました。

緑の芝生に青い空で、風も
 あり、気持ちが良い陽気の中、
 親子連れや、若者、お年寄りや
 小中学生と、様々な方がお立
 ち寄りくださり、20,757
 円のご浄財をいただきました。
 たくさんのご協力ありが
 とうございました。

みなさんの身近にあった“チョット
 いい話”をお寄せいただきましてあり
 がとうございました。これからも地
 域の中や家庭で見かけた・起こった
 “チョットいい話”をお聞かせください。

少しずつでも進んでいきたい

はにわ祭で木工教室を開催した木材組合の方々が、
 熊本地震の義援金を募ってくださいました。

代表の真行寺正邦さんは、もともと自分が経営す
 る会社や個人として、東日本大震災直後から被災地
 の支援をしてきました。東北に限らず被災地支援を
 する中で、復興はまだまだ終わっていないと実感
 していたそうです。

そこではにわ祭の木工教室でも、せっかく人が集
 まる良い機会だから、被災地にさらに関心を持って
 もらおうと、昨年から義援金を募り始めました。

「すぐに思ったようになるわけはありません。でも
 少しずつでも進んでいくことが大切ですよね」と想
 いを口にされていました。お寄せいただいた義援金
 は日本赤十字社へお送りしました。



▲木工教室では親子で工作ができます



▲自分に、誰かに、できるように

もしもの時に 使える知恵

芝山町赤十字奉仕団は、一
 日赤十字としてAEDを使っ
 ての救命救急法や三角巾での
 応急処置、ハイゼックス包装
 食袋を用いた炊き出し訓練な
 どを10月29日に実施しました。

三角巾を使った応急処置で
 は講師より頭、肩、ひじ、腕、
 ひざなどへの巻き方を学び、
 自分に巻いたり、相手に巻い
 たりして確認し合いながら実
 践しました。

ハイゼックス包装食の炊き
 出しは、昨年度あらたに福祉
 センターに配備された災害用
 移動炊飯器を使っでの訓練で
 す。

いざという時のため、
 参加者は真剣に取り組んでい
 ました。



広報担当の私が突撃体験するこの企画。第9回目は、芝山町菱田にある通所介護事業所「楽天堂そら」におじゃましました。

年末年始以外は営業している「楽天堂そら」はデイサービスの事業所です。

今回は、施設ボランティアとしてデイサービスの利用者さんのお世話をお手伝いさせ

ぼくの突撃 ボランティア その9 体験記

楽天堂そら

所長 中村 一男

TEL 0479-74-3072

ていただきました。その日のデイサービスもいろいろなが利用されていましたが、みなさんゆったりと過ごされていました。良く晴れた温かい日には外出することもあるそうです。

楽天堂そらへは、様々なボランティアの方が来ます。日本舞踊や二味線で歌を歌う方、フラダンスや工作教室、軽ストレッチなどなど。「ボランティアに興味はあるけど、特技はないなあ」という方には、一緒にお茶を飲みながらおしゃべりしたり配膳や食器を片付けたりするお手伝いボランティアをおすすめします。

利用者にとって新しい方と接するのは良い刺激になるそうです。昔懐かしい貴重なお話をしていただけでもいいかもしれませんね。1時間でも空いた時間があれば施設の都合を伺って、お手伝いボランティアとして活動してみたいか、新しい発見があるかもしれません。

芝山町社会福祉協議会
ボランティア担当
☎ 0479-78-0850
または楽天堂そらまでご連絡ください。



その18

洋風豚汁

【作り方】(1人分) エネルギー：119kcal 蛋白質：7.1g 脂質：5.2g 塩分：1.2g

- ①豚肉は一口大に切り、人参は銀杏切りにする。しいたけ、生姜は細切りにし、ごぼうはささがきにして酢水にさらした後、ざるにあげ水気をきっておく。南瓜は食べやすい大きさに切り、青ねぎは小口切りにしておく。
- ②鍋に油と生姜を入れて炒める。香りがたったら豚肉を加えて色が変わるまで炒め、人参、ごぼう、しいたけを加える。全体に油が回ったらだしを注ぐ。煮立ったらあくをとり、火を弱めて野菜に火が通るまでことごと煮る。
- ③南瓜も加え、柔らかくなるまで煮たら、いったん火を止めて味噌を煮汁で溶きのぼして加える。牛乳も加えひと煮立ちさせ、味を見て足りなければしょうゆで調える。最後に青ネギをちらす。

ワンポイント

- ・寒い季節に洋風豚汁はいかがでしょうか？
- ・具たくさんで野菜もたんぱく質も摂れる栄養満点の汁物です。
- ・味噌の風味に牛乳のまろやかなコクが加わることで一味違った豚汁に。
- ・牛乳は最後に入れ、あまりグツグツ煮立てないことがポイント。
- ・生姜も入っているので体がポカポカになりますよ！是非お試し下さい！！



参加申込み・お問い合わせは福祉センターまで TEL78-0294

福祉センターで実施している「いきいきライフ調理実習教室」は、減塩・低カロリーメニューで、生活習慣病の予防と改善をねらいとしています。その秘伝のレシピを講師の管理栄養士がご紹介!



【材料】(4人分/分量g)

豚薄切り肉	80g
生姜	1/2 かけ
人参	40 g
ごぼう	50g
しいたけ	2 枚
南瓜	90g
だし汁	600cc
牛乳	100cc
サラダ油	大 1/2
味噌	大 2
しょうゆ	適宜
青ねぎ	適宜



図書室だより

やすらぎ☆ブック best3

本のムシが選ぶおススメ図書!

1位

「あつあつを召し上げれ」

小川 糸 (新潮社文庫)



「この味を忘れることは、決してないだろうー。10年以上つきあった恋人との、能登へのお別れ旅行で味わった最高の朝食。幼い頃に、今は亡き母から伝授された、おいしいおみそ汁のつくり方」だれかと一緒に食べる幸福な時間があれば、どんな悲しいことも乗り越えられる。身も心も温まる、短編小説です。

2位

「和菓子のアン」

坂木 司 (光文社文庫)



デパ地下の和菓子店「みつ屋」で働き始めた杏子は、食べることが大好きなちょっぴり(?)太めの18歳。個性的すぎる店長や同僚に囲まれて、歴史と遊び心で満ちた和菓子の魅力に引き込まれていく。読めばきっと和菓子屋さんに行きたくなる、美味しいお仕事ミステリーです。

3位

「とんでもない」

鈴木のりたけ (アリス館)



「ぼくってなんのとりえもない、という男の子。ぼくはさいのよろいのようなりつぱなかわがうらやましい。でも、じつはサイはウサギがうらやまして…」百獣の王のライオンにも、空を飛ぶ鳥にも背の高いキリンにも、いろんな悩みがあるらしい。動物たちの日常を迫力あるタッチで描いたユーモアたっぷりの絵本です。

図書室からのお知らせ

蔵書点検のため2月26日(月)~3月5日(月)まで、図書室をお休みさせていただきます。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。
※期間中は、本の返却のみ受付いたします。



ふくし行事予定

12月	1日から1日	歳末たすけあい運動開始
	5、21日	まごころの輪100号発行
	12日	給食サービス
1月	12、15日	身体障害者ミニ・デイサービス
	下旬	給食サービス
	下旬	ミニ・デイサービス
2月	3日	身体障害者ミニ・デイサービス
	〃	おとこの料理教室
	4日	ミニ・デイサービス
	〃	ひとり暮らし高齢者・新春寄席招待会
	6、22日	身体障害者ミニ・デイサービス
		給食サービス
	毎月上旬	ひとり暮らし高齢者誕生日祝い
	毎月中旬	目の不自由な方へ声の広報発行

福祉センター休館日のお知らせ

毎週月曜日と祝日(日曜日に当る場合は開館します)

12月	4・11・18・23・25日
1月	8・9・15・22・29日
2月	5・12・13・19・26日

年末年始
12月28日~1月4日は
休館日です。

善
意
あ
り
が
ご
う
い
ら
い
ま
す

- ▼ 大木広子様 (小池?)
タオル多数
- ▼ 伊藤千里様 (殿部田)
介護用品多数
- ▼ 社会福祉法人徳栄会芝山苑様
48,050円
- ▼ 芝山町商工会女性部様
5,180円
- ▼ 芝山町酪農組合様
5,030円
- ▼ 芝山町まちづくり課様
9,730円
- ▼ 院 理事長 高根 宏様
64,000円
- ▼ 医療法人社団徳風会高根病
院 高根 宏様

弁護士法律相談予定

福祉センターにおいて弁護士による無料相談を行っています。相談は1組30分です。予定日は

1月30日(火)・2月27日(火)・3月27日(火)です。利用希望の方は事前予約が必要です。また電話相談も随時受け付けています。

ふくし駆け込みテレホン... ☎78-0526

- ▼ 平田いづみ様(はにわ台北ー)
布地多数
- ▼ 匿名様
園芸用花苗多数
- ▼ はにわ祭版善意ありがとうございます
今年も、はにわ祭で福祉バザーを開催したところ、32,800円の売り上げとなりました。また、次の方からバザー用品のご提供をいただきました。
- ▼ 手まりの会様 手まり多数
- ▼ 青木幹男様 (川津場)
果物・ミニ手まり多数
- ▼ 津田萬亀子様 (はにわ台東)
手編みカゴ多数
- ▼ 社 英一様
乾物多数

最近、便利なスマートフォンでの送受信交流で、十代の幾つもの尊い生命が短時間で奪われてしまった悲しい事件は、とても驚きです。 **かい子**

▼ 記念紙100号取材に御協力していただいたみなさま、本当にありがとうございます。良しい思い出ができました。 **ひかる**

▼ 100号おめでとー四半世紀も続いてきたのはいろいろな方々の努力と協力があったからこそ。これからも実りある紙面作りの一助となれば。 **宿根草**

▼ 庭先の真赤な柿の実も日毎に数が少なくなり、紅葉や山ほつしも紅く色づき風が吹くと道端に溜まった落葉を掃きよせる。 **秋深まり冬近し。**

▼ 日に日に気温が下がり寒さを体感するこの頃。夜空を見上げると光り輝く月に星。寒さに負けない自分づくりに心がけ光り輝こう! **明星**

▼ さつま芋はホクホクした紅アスマか、ねっとりした紅はるかのかどちらが好きかで、揉めました。寒さ増す今日この頃、温かくしてお体ご自愛の程。 **緑**

編集後記