



(1)

芝山町社協だより

'18年12月発行
Vol.104

ゆっくり運動

じっくり健康

福祉センター リハビリ教室

福祉センターの事業、リハビリ教室では、毎月第1・第3水曜日、健康維持のためにルームランナーを使ったウォーキングやエアロバイク、足踏みなどの軽運動を行っています。

そのリハビリ教室に頼もしい味方が登場。高根病院の理学療法士さんたちです。専門的な知識を活かし、一人ひとりの体調に配慮した適切な運動を提案。タオルやイスなどの身近な物を利用したエクササイズでゆっくり体を調整します。

腰痛予防・肩こり予防に興味がある方も参加してみませんか。ご連絡お待ちしております。

今号の特集

- そのあいさつが武器になる
ひとりひとりが意識 自主防犯
- 障害のある子どもと保護者によりそう
放課後等デイサービス第2パレット

編集発行 社会福祉法人 芝山町社会福祉協議会 芝山町飯櫃126番地1 TEL 0479-78-0850

ホームページ: <http://www.shibayama-shakyo.jp> E-mail: info@shibayama-shakyo.jp

この広報紙は、共同募金の配分金によって発行されています



そのあいさつが武器になる

町内を車で走っているとドキッとする看板を目にしました。ギロツとした目がデザインされているもので「防犯Eye作動中 山中西地区」と印字されているものです。

最近、町内で刈り払い機が盗まれたり、空き巣被害にあったなどの話を耳にします。

私たちの近所には、いまだに玄関の鍵をかけない家もあるのではないのでしょうか。そんななか、防犯気運が高まった地区がありました。

今回の特集では防犯看板を設置した山中西地区区長 吉岡和男氏に地域防犯への取り組みについて、山武警察署 市川 慶警部には町の盗難等犯罪の現状と対策を伺いました。



▲団結の目、光らせています

地域を守るためのスクラム

山中西地区区長 吉岡和男さん

今年、となりの地区で火事や盗難がありました。他にも、町内で何かが盗まれたという話をポツポツ聞いていて、地区の寄り合いでもその話題は毎回出ていました。刈払機が無くなったとか、車に置いておいたお金が無くなったとか。

そういう話を聞くと、危機感が募っていき、地区で何かできないかと考えていました。その中で、手取り早く効果があろうものを、と考えたのが、防犯看板でした。

考える機会と抑止力になる

看板には、泥棒をしようとしていている人に「見えているんだぞ」ということを知らしめ、犯罪を抑止する意図と、地区のみんなに防犯の意識

ひとりひとりが意識 自主防犯

今年、となりの地区で火事や盗難がありました。他にも、町内で何かが盗まれたという話をポツポツ聞いていて、地区の寄り合いでもその話題は毎回出ていました。刈払機が無くなったとか、車に置いておいたお金が無くなったとか。



とにかくなにかしなければ、と立ち上がりました
(山中西地区 吉岡区長)

そうもいきなりです。ね。だから地区として自分たちで守れるところは、自分たちの目を光らせたいと思っています。



泥棒は見られるのを嫌います

山武警察署 市川 慶警部

泥棒が嫌がるのは見られることなんです。あいさつなんかされたら顔覚えられちゃったかなって思っただ盗むのをやめるかもしれません。かとい

として目を配る活動です。地域の目が行き届くと犯罪が起きにくくなります。

ってずっと見張っているなんてなかなかできないので「ながら活動」というのを推奨しています。犬の散歩をしながらとか、畑仕事しながらでもあいさつはできますよね。とにかく人を見たらあいさつをしていきましょう。いつもの生活に防犯意識をプ

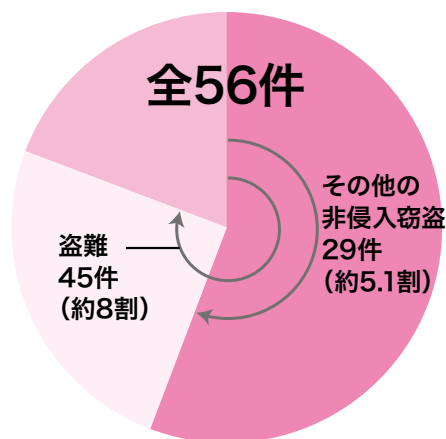
個人宅としては、きちんとした戸締りはまず基本ですね。短時間の外出でも必ず鍵をかけましょう。もちろん家に居る時でも玄関や人のいない部屋の窓は鍵をかけて。2階でも窓を開けていてはダメです。意外と簡単に侵入できてしまつたんです。なので脚立や箱など足場になりそうなものを家の周囲



野外での犯行をコミュニケーションで撃退しましょう、と市川警部

町内刑法犯罪認知件数

H30.1～H30.10



に置かないように気を付けましょう。さらに、ドアや窓には補助錠をかけるのがいいですね。鍵は1つより2つと多いほうが、侵入に時間を要すると思わせるだけでなく、補助錠をつけているとわからせることにより、犯行をあきらめさせる有効な防犯対策になります。

他にも、合鍵を郵便受けや植木鉢の下に置くなんてこともやめましょうね。そういった簡単な場所に置くこととすぐにバレてしまいます。難しいかもしれませんが隠れる場所を少なく、見通しをよくするために、庭木は低く枝はすいたほうが防犯としては良いです。

農機具を盗まれたという

話もありますよね。倉庫にしまつて鍵をかけるというのも手ですが、外に何か道具を置いておく所にセンサーライトをつけるのも対策になります。なるべく暗がりになくすようにしたいですね。

半分以上が野外での犯行

芝山町における今年の10月いっぱいまでの刑法犯罪認知件数(警察がある事実を刑法に違反する行為として認めた数)は56件。そのうち45件は盗難です。またその45件の盗

難のうち29件はその他の非侵入窃盗で、ひったくり、すり、自動車盗、万引き、置き引き、自販機ねらい、車上ねらい以外の非侵入窃盗です。ということは今年のデータでいうと芝山町で認められた刑法犯罪のうち半分以上がその他の非侵入窃盗ということになります。外に置いてある刈払機が盗まれるようなケースですね。この件数はあくまで警察へ報告があり、認められた数だけなので、警察へ報告せずに潜在しているものはこの数の何倍もあると見込まれます。

地域でも個人でも意識を持つ

看板を立てるなど、地区として防犯意識を高めるのはとても有効な手立てですね。さらに簡単でかつ武器になる「あいさつ」も活用してください。近所で情報を共有しながらあいさつをしていきましょう。

多発する犯罪の話聞くにつけ、物騒になったなと心がざわつきますが、一方ではこのように犯罪に意識を持ち、地域ぐるみで安全な地区づくりに取り組んでいる方たちもいます。

団結・コミュニケーション。我らの地域の持つ力を発揮することで地域防犯は実現するのですね。



障害のある子どもと 家族によりそう

放課後等デイサービス 第2パレット

放課後に学童保育を利用したり、ひとりで家庭で過したりするのが難しい、障害のある就学児童・生徒（原則小学生～高校生）のための通所サービスがあります。放課後デイサービスという児童福祉法に位置づけられた支援サービスで、授業終了後や長期休暇中に通いながら、生活力向上のための活動を行います。

芝山町の川津場三和公民館の近くにある第2パレットはこの「放課後等デイサービス」と「日中一時支援事業」を行っている事業所です。主に知的障害を持つ子どもの生活の場として事業を展開しています。今回は第2パレットの児童発達支援管理責任者 石川三夫氏にお話を伺いました。

第2パレットは平成22年5月に開設されたので今年で9年目ですね。その前、平成21年4月に富里市でパレットを始めたのですが、すぐに満員になってしまったので、慌てて翌年に第2パレットとして芝山町岩山に開設した形になりました。

放課後からはじまるパレット

まず職員が各学校の下校時間に迎えに行きます。利用者は第2パレットに着いたら、手洗いうがいをしてトイレに行きます。その後おやつを食べて、保護者からの連絡帳を確認。これは学校のものではなく、パレットと利用者

の保護者との連絡帳がありまして、今朝の調子や、要望などが書いてあって、帰るまで行う活動に反映させます。具体的には、お手伝いをさせてほしい、宿題があればやらせてほしい、トイレトレーニングをさせてほしいなど多様です。おやつの後、利用者は散歩をしたり季節に合った製作をしたり、おもちゃで遊んだり様々な活動を行います。

すぐしやすい枠組みを作っています

今はクリスマスにむけてツリーの製作を計画中です。何をするにしても写真を活用して視覚で理解できるように



▲くふうをこらしたイベントで四季をたのしみます

に工夫しています。例えば、個人の荷物を入れるカゴやテレビを見る順番を貼るボードには本人の顔写真を使っています。他にも遊ぶおもちゃはおもちゃを写真に撮ったものを一覧として並べ、使いたいものを写真の中から選ぶ形にしています。

外出やイベントもあるんです

利用者の誕生月には誕生会もやります。主役の食べた物を聞いて用意するんですが、この前はコストコの特ケーキを並べましたよ。長期休暇中には外出が増え

ます。外食したり、カラオケやボウリングに行ったり、四街道のヤクルト工場見学にも行きましたね。

放課後の居場所のひとつ

一回の定員が10名です。一人ひとり個性がありますので、いざこざが起ることもたまにはあります。しかし、ちよつかりを出した側の利用者が「今日は〇〇さん来てないの?」と相手のことを気にかけている様子も伺えます。つまり相手が気になっているのですが、その行動の表し方が独特なんです。



生活物品寄贈のお願い

くらしサポートでは生活にお困りの方への支援を行っています。その中で、生活必需品や電化製品が買いたくても買えない家庭を支援することが多くあります。そこで、生活にお困りの方へ冷蔵庫や電子レンジ等生活に必要なものをお渡しできればと思い、これら物品の寄付を募ります。ご家庭で「まだまだ使えるけど、いらなくなった」ものがあれば、下記連絡先までご連絡ください。

お申込み・お問い合わせ

くらしサポート（大網白里・さんぶ）
住所：大網白里市細草 3221 - 4
電話：0475 - 77 - 1222

<寄贈の流れ>

①くらしサポートへ TEL ②寄贈内容の確認→くらしサポートがご自宅へ受け取りに行く
(申し訳ありませんが、寄贈品の状態によってはお受け取りできない場合があります。)



日立物流より車いす寄贈
11月22日、日立物流「まごころ基金」(株式会社 日立物流)様より社会貢献活動の一環として車いす6台のご寄付をいただきました。

ちょっとの
お手伝い
が
できる方大募集

生活支援サービス
協力員

住み慣れた地域で
いつまでも暮らしたい 芝山町で暮らす
高齢者のそんな声に応え、
日常生活の中でのちょっとした

『困った』にちょこっと支援するサービスを
実施するため、少額の報酬で、ごみ出しや

電球の交換、荷物の移動などを
お手伝いいただける「協力員」を
募集します。

★詳しくは回覧のチラシをご覧ください

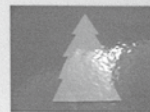
お申込み・お問合せ
芝山町社会福祉協議会
TEL 78-0850



いんふぉめーしょん

ツリー製作

① もみの木の画用紙を選ぶ



② 画用紙にリボン、星、折り紙(丸)を貼っていく。

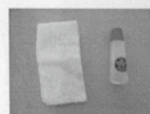
※ リボン、星は各自2個。

※ 折り紙は何枚でもよい。



③ 綿(雪)はちぎってのりで貼る。

※ 食べないように注意してね。



④ 裏に名前を書く。

⑤ 完成!



▲絵やイラストを使って、みんなでつくりあげます

ここは放課後の生活の場としての機能もあります。様々な体験や人々と接する中で、健全で豊かに成長してくれたいと思っています。

子どもは日々変わっていきます。保護者の方々も、子どもの変化に戸惑うこともあると思います。が、我々としてはそこへ寄り添って、これからも支援していきたいと考えております。

生活能力の向上を目指し、個々にあった作品作りなどをしながら遊び、夏はプール、秋はハロウィン、冬はクリスマスなどイベントは目白押し。利用者は芝山町に限らず、富里市、八街市、成田市からも通っていて、学年や住んでいるところも様々。活動や交流の中で子どもの成長を促し、保護者にも寄り添う。

放課後等デイサービスの内容は多様化し、需要は年々増加。パレットの寄り添う支援は続きます。

放課後等デイサービスとは

放課後や長期休暇中の障害児をサポートするサービスで、生活能力向上のための訓練等を継続的に提供することにより、学校教育と相まって障害児の自立を促進するとともに、放課後等の居場所づくりを行います。サービス内容は①自立支援と日常生活の充実のための活動②創作活動③地域交流の機会の提供④余暇の提供などがあります。

日中一時支援事業とは

障害者または障害児の日中の活動の場を確保するとともに、日常的に介護している家族の就労支援や一時的な休息を促すことを目的とした制度です。



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。

芝山町の秋の風物詩、はにわ祭。社協ではみなさまのご協力により、今年も福祉バザーを開催しました。
お寄せいただいたあたたかい心をお客様に手わたし。おかげさまで17,860円の売り上げとなりました。
また、次の方々よりバザー用品のご寄付をいただきました。ありがとうございます。
▼石丸文子様（はにわ台北ー）
▼五木田昇様（新井田）

ずっと もっと 歌いたい

はにわ台のカラオケ好きメンバーで結成されている“HJKD”。月に一度、福祉センターでにぎやかにカラオケを楽しんでいます。
しかしHJKDとは何の略…？
「正式名称はね、HJKD15っていうのさ。『はにわ台・熟年・カラオケ・同好会15』メンバーが15人なの。AKB48が始めたとき、触発されて決めたんだ」と代表の関達志さん（はにわ台



東。
ユニークなのは歌う順番。メンバーの誕生日順に名簿を作り、開催月のメンバーから順番に歌うのだとか。みんな歌いたい、だからケンカにならないように、との配慮です。
グループとしてのこれからの展望は？
「もつ、ずっと、もっと歌いたいのよ。展望なんかより歌、次の歌いこつ！」

広報担当の私が突撃体験するこの企画。第13回目は、富里市の中部ふれあいセンターで外国人のための日本語教室を開いている「みんなの日本語」というボランティアにおじゃましました。

外国人の子どもの夏休みの宿題を手伝ってみようとしたところ、宿題以前に言葉から教えないければならないと気付いたのがこの教室の始まり。

平成22年から教室を始め、学校が長期休暇中でも月4回の開室。小中学生が中心です。

日本人の子どもは、母国語の日本語で不自由なく授業を受けることができます。しかし外国人の場合、日本語の語彙がほぼゼロで学校に入り、年齢に応じた学年からいきなり学びをスタートします。そこでこの教室では、まず語彙力を養うための生活言語の習得から始め、学年のレベルを

ぼくの突撃 ボランティア その13 体験記

みんなの日本語

代表：宇井 康博

主な活動：外国人のための日本語教室



▲伝えることのむずかしさ痛感

追いかけてます。最初は絵カードや具体物を使って言葉とつながり合わせていき、少しずつ日本語で日本語を習うようになります。

今回私は教室に通い始めて2年目の中学2年生の学びにご一緒させていただきました。ボランティアが教えている所を見学し、一段落したところ、今日の軽いおさらいという形で携わりました。同じような意味の言葉の小さな違いについての学習でしたが、日本語って繊細だなと改めて思いました。

生徒ごとに育ってきた文化や生活様式、個性も様々。なのでこの教室では各個人に合った教え方を築いているのです。マンツーマンで間髪入れずに進む授業が爽快。「わかった!」という瞬間の心が通じた2人を見て、私も思わずほえんでしまいました。

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!



その22

鮭の粕汁



【材料】 (4人分/分量g)

大根	100 g
人参	50 g
里芋	100 g
こんにゃく	100 g
塩鮭(甘塩)	1と1/2 切
だし	600cc
酒粕	50 g
白みそ	大2
うす口醤油	大1
青ネギ	適宜

【作り方】(1人分)エネルギー：127kcal たんぱく質：9.3g 脂質：3.4g 塩分：1.8g

- ①鮭は一口大に切り、ざるに並べてさっと熱湯をかける。うろこや骨は取り除いておく。
- ②酒粕はボールに入れ、100cc(分量外)のお湯に浸ししばらくおいてやわらかくしておく。
- ③大根、人参、里芋、こんにゃくはあく抜きしてから食べやすい大きさに切り、青ネギは小口切りにしておく。
- ④鍋にだし、大根、人参、里芋、こんにゃくを入れて火にかける。野菜に火が通ったら塩鮭を入れる。
- ⑤酒粕はまだ硬いようであれば、だし汁を少しずつ加えてよくのばしてから、鍋に加える。白みそ、うす口醤油で味を調え(塩鮭の塩分にもよるので、味をみながら調整してください)最後に青ネギを散らす。

ワンポイント

酒粕は発酵過程によって生まれるアミノ酸やビタミンが豊富に含まれています。美容効果だけでなく、コレステロールの低下、便秘改善、免疫力アップ等様々な効能があります。今回ご紹介する粕汁は具沢山で栄養満点。酒粕が加わることでさらに体が温まり寒い季節にぴったりのメニューです。こちらのレシピは酒粕が苦手な方でも食べられるように、酒粕の量は少な目となっておりますので、お好みで調整してください。





図書室だより

やすらぎ☆ブック

best 3

本のムシが選ぶおススメ図書!

1位

「下町ロケットゴースト」

池井戸 潤 (小学館)



幾多の困難を熱き思いと諦めない姿勢で切り抜けてきた町工場「佃製作所」だったが、シンボルとなったロケットエンジン用バルブシステムの納入先の業績悪化など、再び予期せぬトラブルにより窮地に立たされる。この事態に社長、佃が下した決断とは一。人気シリーズ第三弾登場です。

2位

「青少年のための小説入門」

久保寺 健彦 (集英社)



いじめられっ子の中学生、一真は万引きを強要された店でヤンキーの登と出会う。一真のピンチを救った登は「小説の朗読をしてくれ」と不思議な提案を持ちかけてきた。作家になりたいヤンキーと、いじめられっ子中学生が小説界に殴り込む。渾身の長編小説です。

3位

「地理から学ぼう ちばの魅力」

千葉地理学会 (千葉日報社)



千葉日報に掲載中の「おもしろ半島ちば ちばの地理再発見」より、選り抜きの120のちばの話題を収録。地理的視点で見る千葉県の特性や地名の由来や地勢など、地元なのに知らなかった千葉の魅力に気づかされる郷土資料です。

図書室からのお知らせ

福祉センターの改修工事のため12月1日～2月上旬頃まで、図書室はご利用いただけません。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。



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名(組)30分です。予定日は

12月25日(火)・1月29日(火)・2月26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

ふくしに関するなんでも電話相談、随時受け付けています。平日9:00～17:00

ふくし行事予定

12月	1日から	歳末たすけあい運動開始
	1日	まごころの輪104号発行
	4、18日	給食サービス
1月	8、22日	給食サービス
	9日	ミニ・デイサービス
	下旬	身体障害者ミニ・デイサービス
2月	1日	ミニ・デイサービス
	5、21日	給食サービス
	10日	ひとり暮らし高齢者・身体障害者新春寄席招待会
	毎月上旬	目の不自由な方へ声の広報発行
	毎月中旬	ひとり暮らし高齢者誕生日祝い

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	3・10・17・24・25日
1月	7・14・15・21・28日
2月	4・11・12・18・25日

年末年始
12月28日～1月4日は
休館日です。

善 意	ありがとう ごいいます
芝山手打そばの会様	10,000円
医療法人社団徳風会高根病院 理事長 高根 宏様	42,000円
芝山町まちづくり課 環境下水係様	4,820円
芝山町商工会女性部様	5,240円
有限会社エムオールサービス様	タオル多数
菅沢敦子様(菱田宿)	タオル多数
柏木洋子様(ハニウ台ニュータウン)	給食サービス用品多数
五木田昇様(新井田)	タオル多数
平山邦男様(加茂)	介護用品多数
匿名様	園芸用花苗多数
匿名様	手芸用品多数
匿名様	タオル多数
匿名様	タオル多数

お寄せいただいたご浄財は、趣意に沿い地域の福祉のために有効に活用させていただきます。

編集後記

▼春夏の花をプランターから庭に植え替えたいが、まだ咲いている。冬花に替えるのはもう少し先送りにしようか・・・

かい子

ひかる

▼プラスチックごみが問題になっている。でも使わない生活には戻れない。今自分ができることは、レジ袋を断ること、水筒を使うこと。宿根草

かし

▼笑いが健康に良いということとは知っていたが、学業アップにも効果があるようだ。これならできる。大笑いして健康な毎日を送ろう。明星

明星

▼年齢とともに免疫力が低下してくるのだが、この免疫力を高めるのに「笑い」がいいとか。病気を寄せ付けない元気な体を作りたいものだ。緑

緑