



(1)

芝山町社協だより



# 土に想いを 植えるとき

'19年6月発行  
Vol.106



## 芝山町で田植え体験

スカッと晴れた5月18日。芝山お米ネットワークと風和里しばやま運営組合米部会が主催し、町のお米のPRを目的とした田植え体験会がありました。

はだしで入る田んぼの泥は気持ちよく、参加者は自然と笑顔です。「昔もこんなふうに親戚大勢で並んで、速さを競ったもんだ、今日も負けないよ」土に想いを植えたとき。田んぼに未来が輝きます。

## 今号の 特集

- ここにいるからできること  
地区社協研修に学ぶ
- 法テラス 迷うあなたの道しるべ  
法テラス紹介



# いろいろなから でききる」と

## 地区社協研修に学ぶ

まだ寒さの残る2月24日、町内の7つの地区社協が集まり、研修を行いました。

地区社会福祉協議会は助け合いの地域づくりを目的に設置されています。

今回の研修では基本に立ち返り、その在り方について改めて学びました。

### 弱くなった地域の結びつき

地域とは、かつていろいろな要素によって強いつながりを持っていました。農作業や冠婚葬祭などは家々で協力して行う必要があり、開かれた縁側は毎日のお茶のみ場です。しかし、労働の形態の変化や暮らしのあり方そのものの変化により、個人で完結することが増え、おのずと地域のコミュニティの結びつきは弱くなりました。

### きっかけの喪失

もちろん今でも地域にコミュニティがないわけではありません。しかし最近ではこうしたコミュニティ

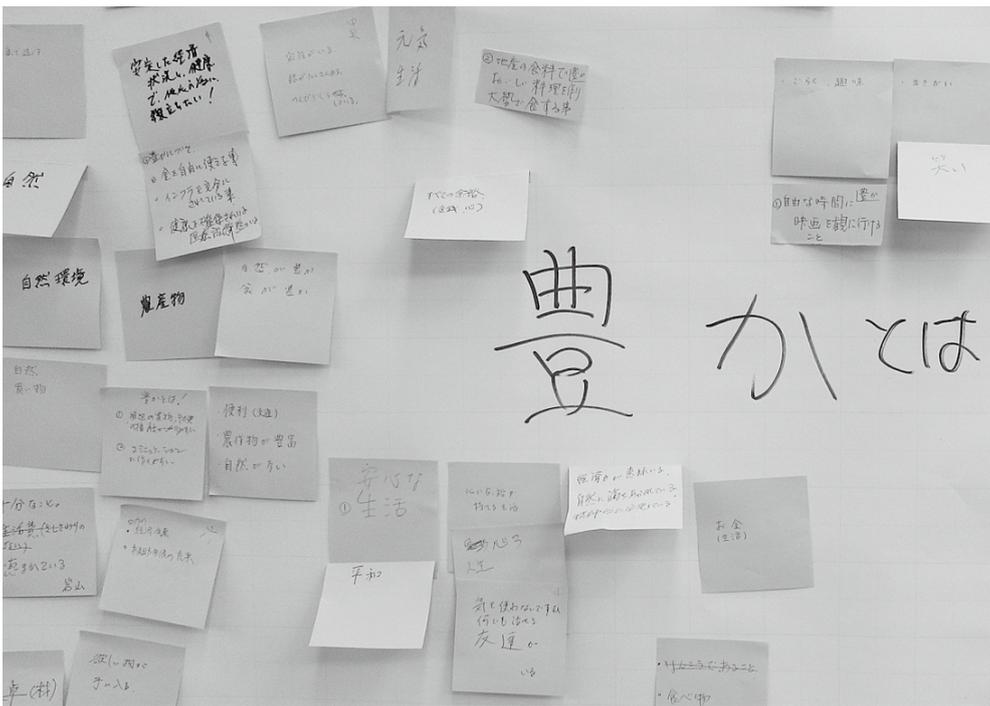
### 公や自分だけでは

生活を支える「助け」には3つの要素があります。「自助」「公助」「互助」です。自分で備え、できることをがんばる自助。制度による支援は公助。しかし、先の大震災を振り返ってもわかるとおり、自助や公助には限界があるのです。

### 豊かさとは

今回の地区社協研修中、参加者全員で「豊か」と聞いて何を連想するか」を付箋に思いつく限り書きだしてみました。さて、「豊かさ」とはいったいなんなのでしょう。

「お金」や「モノ」という意見もありましたが「自然がいっぱい」「安全・安心・健康な暮らし」「近所と挨拶ができる」「気をつかわずに話せる友達がいること」「人とのつながりがあること」などのコメントが大半で、豊かさはお金やモノだけではなく「環境や人とのよい関係だ」と感じている方が多いことがわかりました。



▲人とつながることも豊かに生きるカギとなる



▶研修では地域の宝物を探しました



**すくそこの未来を創って**  
**いく**

この「人とのつながり」という豊かさを地域に作っていかうとしていくのが地区社会福祉協議会です。このつ

ながりづくりは地域の住民だからこそできるものであり、自分の住む地域の未来、近い将来を作っていく活動です。  
つながりをつくり、話し合

いを大事にし、「コミュニケーション」すること、地域に存在する、または隠れている暮らしのよさを目を向けます。  
関係機関や専門機関などもおおいに活用しながら問題解決に取り組んでいくのです。

**そこにいる  
みんなしか  
創れない**

福祉ということばの意味は「しあわせ」です。しあわせの形は人それぞれですが、それは年齢性別に関係なくみんなが感じるもの。そしてそれを創りだすことにも年齢など関係ありません。  
安心して暮らしやすい地域、豊かな福祉のまちづくりは、そこにいる全員が主役なのです。



▲年齢性別関係なく、そこで暮らす全員が主役

今回の地区社協研修会では、地域の今に目を向けて、その未来に想いを馳せ、自分ができることを見つけていく、そのプロセスを学びました。  
個人のライフスタイルは様々ですが、お互いを認め合いながら、困りに柔軟に取り組んでいくことができるのも同じ、地域に暮らす住民同士だからこそです。  
ひとりがみんなのために、みんながひとりのために知恵を出し合い力を寄せ合う。その先に「ここに住んでいてよかった」を創り出すのが地区社協活動なのです。



# 法テラス 迷うあなたの 道しるべ

## 日本司法支援センター(法テラス)紹介

これって法律のこと?こんなこと聞いていいのかな? 誰に相談したらいいかわからない。どんな解決方法があるのかな?弁護士?近くにいないし貯金もあまりないから費用が心配だ。

そんな時には法的トラブルの総合案内所、法テラスの出番です。問題解決への道案内をしてくれます。

法テラスは全国どこでも

法的トラブルを解決するための情報やサービスを受けられる社会を目指し、国が設立した公的な法人で、正式名称は「日本司法支援センター」と言います。千葉県には千葉市と松戸市に事務所があり、まずは電話にて相談を受け付けております。

### 問題解決への道案内

「借金」「離婚」「相続」などさまざまな法的トラブルを抱えてしまったとき「だれに相談すればいいの?」「どんな解決方法があるの?」と、わからないことも多いと思います。相談内容次第では「こんな事、相談していいのかな?」「と気を揉んでいる方も少なくないでしょう。しかし法律相談の守備範囲はとも広いです。問い合わせの内容に合わせて、解決に役立つ相談窓口

を無料で案内しています。

### 無料で情報提供

法テラスでは、相談の内容に応じて、法制度や地方公共団体、弁護士会、司法書士会、消費者団体などの関係機関などの相談窓口を紹介します。

### 無料法律相談、裁判に関する費用もご心配なく

・無料法律相談  
・弁護士や司法書士による法律相談が必要な方に無料で法律相談を行います。  
相談には事前予約が必要で、1回30分、1つの問題につき3回まで相談できます。  
・代理援助・書類作成援助  
無料相談のみでは問題が解決せず、裁判や調停・交渉などを行うことになった際、弁護士・司法書士の代理費用や実費、裁判所に提出する書類の作成が必要な場合の費用

◀事務所にはいつもスタッフ弁護士がいます



を法テラスに立替えてもらうことができます。

立替えられた費用は、利用者が毎月分割で返済します。利息はつきません。

### 情報提供以外の業務での利用条件

情報提供はどなたでも無料で利用できますが、無料法律相談や費用の立て替えには「月収や保有資産が一定額以下であること(表参照)」や「民事法律扶助の趣旨に適すること」「勝訴の見込みがない」とは言えないこと」などの利用条件がそれぞれあります。

### 出張相談もあります

法テラスの相談場所へ来所することが困難な場合は、出張相談を利用できる場合があります。

電話・メール・面談で  
問い合わせ  
情報提供  
無料

内容に適した  
相談窓口の紹介  
無料  
法律相談  
無料

代理援助  
弁護士・司法書士による代理費用の立て替え

書類作成援助  
司法書士・弁護士による代理費用の立て替え

### 利用の条件

	単身者	2人家族	3人家族	4人家族
月収(手取り)	182,000円以下	251,000円以下	272,000円以下	299,000円以下
現金預貯金	180万円以下	250万円以下	270万円以下	300万円以下

※上記表に控除・加算されるものがあります。詳しくは、法テラスにご確認ください。



**2019年度千葉県介護支援専門員実務研修受講試験の実施について**

○試験日時 2019年10月13日(日)10時

○受験資格 平成30年度から受験資格要件が変更となります。詳しくはお問合せください。

○申込書配付期間 2019年5月20日(月)～6月29日(土)

○申込書配付場所 介護保険担当課・町社会福祉協議会等

○問い合わせ先 千葉県社会福祉協議会 介護支援専門員養成班  
TEL043(204)1601  
FAX043(241)5121

### いのちの電話ボランティア募集

#### 第32期ボランティア相談募集

---あなたのお力 待っています---

1. 募集資格
    - ①年齢20歳以上(2019年4月現在)
    - ②資格・経験は不問
    - ③基礎研修講座と宿泊研修に出席できること
  2. 研修期間 2019年9月～2021年2月
  3. 申込締め切り 7月31日(水)当日消印有効
- ★問い合わせ・申し込み  
社会福祉法人 千葉いのちの電話 事務局(月～金9:00～17:00)  
電話 043-222-4416

## いんふおーしん



▲私たちがサポートしますと法テラススタッフのみなさん

ります。

- ①65歳以上の高齢者
- ②心身に重度または中度の障害がある方
- ③既設相談場所まで公共交通機関を利用して往復3時間以上を要する地域に居住する方
- ④その他やむを得ない事情がある方

事情をお伺いのうえ検討しますので、法テラスに相談ください。

**新たな出張相談も開始**

認知機能が十分でないた

**善意ありがとうございます**

▼秋ちあきデビュー十周年記念チャリティーカラオケ発表会 実行委員長 石井文男 様  
15,196円

▼匿名様 2,000円

▼匿名様 給食サービス用食材多数

▼平山 弘様(中谷津) 介護用品多数

お寄せいただいたご浄財は、地域の福祉のために有効に活用させていただきます。

### 芝山町老人クラブ連合会名称変更のお知らせ

会員が親しみやすく、会員予備軍の方たちも入会しやすいようにとこの度、芝山町老人クラブ連合会は

**芝山町あしたばシニア連合会**

に名称を変更しました。

どうぞよろしく願いいたします。

**ご家庭に眠っている食材大募集**

フードバンクちばは県内各地に窓口やブースを設け、食品を受付する「フードドライブ」と名付けた活動を年3回行っています。ご家庭に眠っている食品をお寄せください。

**芝山町フードドライブ窓口**  
期間 5月13日～6月28日  
窓口 芝山町福祉センター内

**ご寄附いただきたい食品例**  
乾物・缶詰・瓶詰・インスタント食品・レトルト食品・調味料・飲料などで、**常温保存可能**、賞味期限が2か月以上残っているものです。※今回は在庫調整のためお米は受け付けません。

め、法的問題を抱えているのに自ら法的支援を求めることができない方を対象に、支援者から法テラスに連絡することで、法律相談を実施するという制度です。自宅や福祉施設など、法的問題を抱えているのに自ら法的支援を求めることができない方を対象に、支援者から法テラスに連絡することで、法律相談を実施するという制度です。自宅や福祉施設

弁護士に相談する機会なんて、そうあるものではないかもしれません。しかし、私たちは法律のなかで生きている方も法テラスは適切な窓口へ導いてくれます。もやもやした心に光を照らす、法の救済をもっと身近に、法テラスの願いです。

設などで相談を受けられます。※「支援者」とは、地方自治体や地域包括支援センター、社会福祉協議会などの関係機関の支援者を指します。

**法テラス千葉**  
千葉市中央区中央4-5-1  
Oiba(おひば) 2階  
050-3383-5381  
平日 9時～17時

**法テラス・サポートダイヤル**  
0570-078374  
おなやみなし  
平日 9時～21時  
土曜日 9時～17時



▶電話やハガキで「お金」「カード」の話は詐欺



# 電話 de 詐欺に ご注意



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。

月に1回ひとり暮らしのお年寄りが、交流を深めるミニ・デイサービス。この日は福祉センターやすらぎの里で、山武警察署の警察官の方に電話de詐欺を中心に、様々な詐欺についてお話を伺いました。詐欺については町内においても被害の報告があり、参加者の中にも「身に覚えのない消費者生活センターからハガキが届いた」「息子を語る電話があった」など経験者がいらっしました。身近な話に身が引きしまる思いです。



▲勉強後は空の駅でバイキング



▲ママ友作りのキッカケにも

## 「子育て支援センター」 やすらぎの里で再開

福祉センター「やすらぎの里」改修工事のため、しばらく保健センターのみで活動していた「子育て支援センター」ですが、工事が終了し、4月より福祉センターでの活動を再開しました。2拠点で開くことにより、より多くの方に利用いただけると思います。

ママクッキングや、おはなし会、夏に流行する病気の対処法を学ぶ教室などなど、小さいお子さんとともに楽しめる催しや講座も盛りだくさん。開設日については町広報紙をご覧ください。

真剣と楽しさが続けるコツ



広報担当の私が突撃体験するこの企画。第15回目は、富里市福祉センターで使用済み切手を換金し、寄付している「チョコキの会」というボランティアグループにおじゃましました。

チョコキの会は月に1回、第4水曜日に活動しています。会には活動を知り、賛同していただいた自治体や企業個人から使用済み切手が集まってきます。切手の四辺を1cmほど余裕を持って切つて

# ぼくの突撃ボランティア体験記

その15

チョコキの会

代表：菅藤 富子  
主な活動：切手収集・寄付

あると丁度良いのですが、集まる切手の余白は様々。なので頂いた大切な切手をハサミで切り揃えるのが、会の主な活動になります。揃えた切手は収集会社にキロ単位で買い取っていただきます。さっそく体験させていただきました。

最初はどの程度の余白を残すべきか、この少しの余白でも大丈夫なのか、代表の菅藤さんに伺いながら切り進めていました。が、20分くらいして慣れてくると図柄を見る余裕も出てきました。

切手の図柄は季節を彩る草花や時代をかたどった記念切手、2枚組で図柄が完成するものや、各地の観光スポットなどなど、無数のデザインがあり、切手の製作背景やその図柄を手に取り手紙を出した方へ思いを馳せました。

作業しながら雑談をするのも、このボランティア活動の楽しみです。切手の図柄のよういろいろな話題で盛り上がりです。

ボランティアと聞くと、少し身構えてしまうかもしれませんが、切手の整理・分別は手軽で図柄を見るだけでも楽しく、雑談をしながらできるため、友だちづくりにも効果的だと思いました。

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。このコーナーではその秘伝のレシピを講師の栄養士がご紹介!



その24



**紅白ゼリー** (1人分)エネルギー：68kcal たんぱく質：1.2g 脂質：2.0g 塩分：0g

【作り方】

白ゼリー

- ① 乾いた鍋にアガーと砂糖を入れ混ぜる
- ② ①に水を少しずつ入れ、混ぜる。
- ③ かき混ぜながら、火にかけ、沸騰させ、加熱する。
- ④ 火を止め、常温の牛乳と生クリームを入れ混ぜ、容器にそそぐ。

赤ゼリー

- ⑤ 乾いた鍋にアガーと砂糖を入れ混ぜる
- ⑥ ⑤に水を少しずつ入れ、混ぜる。
- ⑦ かき混ぜながら、火にかけ、沸騰させ、加熱する。
- ⑧ 火を止め、トマトジュースを入れ混ぜる
- ⑨ ④の白ゼリーの上に⑧のトマトジュースを注ぐ。
- ⑩ 冷蔵庫で、冷やす。

【材料】 (5人分/分量)

白ゼリー  
アガー 5g  
砂糖 25g  
水 100ml  
牛乳 150ml  
生クリーム 大1

赤ゼリー  
アガー 5g  
砂糖 25g  
水 100ml  
トマトジュース(無塩) 150ml

今年度より講師が塚本紀子栄養士に代わりました。よろしくお願ひします。

ワンポイント

アガーは、海藻やマメ科の種子からできていて、寒天のように常温で固まり、ゼラチンのようになめらかで口溶けが良い、寒天とゼラチンのいいとこ取りの食材です。



参加申込み・お問い合わせは福祉センターまで TEL78-0294



### 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

「ひと」

小野寺史宜 (祥伝社)



両親を亡くし、たった一人になった大学生の聖輔。奨学金を返せる自信もなく、大学を中退したある日、空腹に負けて入った惣菜屋で最後に残ったコロッケを見知らぬお婆さんに譲った。それが運命を変えるとは知らずに…。そっと背中を押してくれる、優しく胸を打つ青春小説です。

2位

「集団左遷」

江波戸哲夫 (講談社文庫)



不動産不況の中、社内で無能の烙印を押された五十人が一つの部署に集められ、上層部からクビを前提に高すぎる目標を押し付けられる。部署のリーダーを命じられた篠田は解雇の瀬戸際まで追い込まれる部下をいかにして守るのか。ビジネスマンの闘いを描いた話題のドラマ原作本です。

3位

「カゲロボ」

木皿泉 (新潮社)



「カゲロボというものがいるらしい。」それは人間そっくりなロボットで、すでに学校や職場、病院などあらゆる場所に入り込み、人々を監視しているという。最初は単なる都市伝説のはずだった…。今、最も新作が待たれる作家が贈る、可笑しくて切ない感動作です。

### 図書室からのお知らせ

図書室は午前9時から午後5時まで開室しています。

お一人 5冊まで

貸出期間 1カ月(新着図書は2週間です)

※ご利用の際は利用カードが必要です。



## 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

**6月25日(火)・7月30日(火)・8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**

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

6月

1日 まごころの輪106号発行

4、20日 給食サービス

12日 ミニ・デイサービス

21日 おとこの料理教室

下旬 身体障害者ミニ・デイサービス

7月

2、18日 給食サービス

19日 おとこの料理教室

上旬 ミニ・デイサービス

下旬 身体障害者ミニ・デイサービス

8月

6、22日 給食サービス

21日 ミニ・デイサービス

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(祝日が日曜日に当たる場合は開館します)

6月 3・10・17・24日

7月 1・8・15・16・22・29日

8月 5・12・13・19・26日

9月の15日～17日は休館日です。

### 社会福祉法人芝山町社会福祉協議会

## 職員募集

募集人員 一般事務職 若干名

採用日 令和2年4月1日

資格要件

昭和59年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた、高校卒業以上または卒業見込みの方で、社会福祉士または社会福祉主事任用資格を有する方または就職後資格取得する意欲のある方。

☑普通自動車免許(取得見込可)

受付期間 令和元年7月1日(月)～

令和元年8月31日(土)

試験日 令和元年9月下旬

試験内容 一般教養・作文・面接

応募・問合せ 芝山町社会福祉協議会

☎0479-78-0850

## 編集後記

▼庭の牡丹の蕾が4月中旬から日毎に膨らみ、改元間近に二十数個の開花。平成ありがとう。新令和を祝う様な大輪をスマホに納めた。 **かい子**  
▼元号が令和になり新しくスタートしました。まごころの輪も1号という気持ちで今後委員を頑張ります。 **ひかる**  
▼10連休。休めてよかった人もいましたが通常通りの仕事という人もたくさんいました。いろいろな人の支えで生活が成り立っています。 **宿根草**  
▼今年の春は寒暖の差も大きく体調は崩れ気味。庭の草木も不調が咲き始めは遅く、タケノコも不作でした。そんな中でも田んぼは緑になりつつあります。 **かかし**  
▼天皇退位により新しい元号「令和」が始まった。季節も春爛漫の花盛りから新緑へと移り変わった。変わらないのは私の〇〇だけかな。 **明星**  
▼風薫る新緑の中、平成から令和へと新しい時代が始まりました。令和も平和で穏やかに暮らせますようにと期待に胸を膨らませます。 **緑**