



(1)

芝山町社協だより



'19年12月発行
Vol.108

頭と体を

フル回転

10月25日、芝山町あしたばシニア連合会(旧芝山町老人クラブ連合会)は屋内ゲートボール場すぱーく芝山にて運動会を開催しました。

玉入れでは、渡す人と入れる人に役割分担し、効率的な作戦で戦うチームも。

折からの強めの雨音がゴーッと響く中、それ急げ〜と、みなさん8競技をテキパキとこなし、勝敗に一喜一憂しながらも楽しい一日を過ごしました。

今号の
特集

・その時みえたあたたかさ

芝山町を襲った台風

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 TEL0479-78-0850

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



その時 みえた あたたかさ

芝山町を襲った台風

▶各部屋に備えてあります



「いざというときは、まず自分で自分を守らないといけない」と話す伊藤明彦さんトモ子さん夫妻（あけぼの）の日常は、防災に始まり防災に終わります。

朝は枕元に置いていたヘル

防災に始まり 防災に終わる

伊藤明彦さん
伊藤トモ子さん 夫妻

9月9日に関東を直撃した強力な台風は、芝山町に大きな爪痕を残しました。町内では10日以上の上の停電の所もあり、電気がつかない、水が出ない生活を余儀なくされました。

そんな中、自分を守る準備

を人念にしていた方、地域近所に目を向け、行動を起こした方々にお話を伺いました。

自分を守る

メットと非常持ち出し袋を持って2階の寝室から1階に降り、玄関口にセツトすることから始まります。寝る前にはこの2つを持って上がり、枕元に設置して寝るといいわけです。

そんな伊藤さん宅にはたくさんの防災に関する工夫がなされています。

生活用水を日頃から確保

今回の台風災害で、自宅のトイレや風呂に水をためて置くことの必要性が身にしみました。

伊藤家ではトイレにはバケツに水が入った状態で置いてあり、脱衣所にはポリタンクが設置されています。ポリタンクは主に生活用水として備えてあり、月に1回程度は中身を入れ替えるので、必要とあれば煮沸すれば飲めます。いつ来るかわからない地震に備えているそうで、台風の場合には予報が出た時に風呂にも水をためること。

灯りは 懐中電灯

今回、停電が長引いて、1人1個懐中電灯を持って生活していた方もいるでしょう。伊藤家は1部屋に1個以上懐中電灯が置いてあり、他にも4つに分かれるランタン式のものも用意されていました。

アウトドアグッズは オススメ

持ち出し袋や玄関、寝るところにはホイッスルを備えています。大声よりホイッスルの方が簡単に強く遠くへ響くので、居場所を知らせるのに便利だからです。

車のトランクには床に寝る時下に敷く柔らかいシート・寝袋・テント・簡易トイレ・保温シート・簡単な食器などなどが常備されていて、避難所に行った時や避難所に辿り着けない時でも、家以外のどこかで居場所を確保できる工夫をしています。「山用のグッ



水と食べ物から始める

「ズは結構使えるよ」と防災グッズとして、アウトドア用品をお薦めする伊藤さん。家がオール電化なので停電時はカセットコンロが役立ち、日常使いもしています。

なんでこんなに防災に関する意識が高いのか伺うと、以前沼津に住んでいた時、地域全体でよく避難訓練をしていたからだそうです。非常用品を持って、外に出て点呼を取るということなどしていました。

「とにかく水が大事、火が出ても水だしね。あと食べ物、そこから自分を守ることを考えています」と、日々の備えが大切だと語ってくださいました。



地域近所のために

水と電気を開放

株式会社エハラピーナツ

江原良枝さん

町の情報メールやラジオ、テレビの給水所案内などでエハラピーナツさんの名を見聞きした方もいると思います。エハラピーナツの江原良枝さんにお話を伺いました。

「ウチは復旧が早かったのだから、次の日くらいからみなさんに飲

み水を提供して、携帯電話の充電もできるようにしていました」と江原さん。水道が屋外にあり、24時間使えるようになっており、店内には座ってくつろげる充電スペースがありました。依頼があればシャワーも貸し出し、他にも避難所運営者へ食べ物や差し入れたり、炊き出しに協力して避難所におにぎりを届けたりしていたそうです。

なぜ、そんなに行動できるのかと聞くと、3・11の時知り合いのところに水をいただきにいった時おにぎりをごちそうになったことがあり、その優しさが忘れられないくて「人様

「助けてあげられることも、助けてと声を上げることができるのも大切ですよね。停電の時はテレビ、ラジオ、防災無線など情報の取れない方や身動き取れない方がどうしてるのか心配になっていきます。私はおせっかいを焼きすぎちゃうところがあるんだけどね」と江原さんは言いますが、そんな江原さんをまわりの人はよく知っているので、背中を押されたり、背筋が伸びたりしているはずですよ。



▲ 24 時間開設がありがたかった

会って話して

見回って

岩山地区社協

伊橋幸雄さん

「19号が来る前に近所の高齢者だけで暮らしているお宅を見回ったんだけど、そのお宅は15号の時、瓦が2、3枚飛んだだけだから、19号も大丈夫だと見込んでいるみたいでした。避難する時には声をかけてと、携帯番号を大きく書き込んだ紙を置きました。19号が去った後、再び近所を見て回ったらみなさん無事で庭の片づけをしていてホッとしましたよ」

「防災無線も止まってラジ
オもないとなると、会って話
すしかないんですよね。それ
で直接情報交換するんだけ
ど、それって情緒的にも良
いよね」と岩山地区社協の伊橋



▶見守られている安心感

さんは、見守りをする中で情報交換ができ、見ているよということが安心感につながるとおっしゃいました。

「ある」なら「ない」とへ
当然だよ

千代田区 匿名希望さん

「3.11の時大丈夫だったの
で今回の15号も大丈夫だろ
うとたかをくくっていたんだ
けど、スーパーに行ったら箱
で水を買ってる人がいて、あ
れ?と思ったね。知り合いも
『今回は大規模になるぞ』と
言うから、水が止まるのが
心配になってね。そこで思い
切って自分ちの井戸用に発電
機を注文したんだよね。いざ
台風が来たら案の定停電。数
日して発電機が手に入ったか
ら、自宅では1日に数回水を
汲んで、近所へは300ℓの
タンクを持っていったんだ。
水があるところがあつて、水
がないところがある。そした
らないところに持つてくのは
当然だよな。大したことじゃ
ない」と話す匿名希望さんの
その感覚が近所を救っていま
す。



「ありがとう」がまわってる

ボランティアとして

スカイビレッジ 田中充延さん

芝山町社協では台風15号により被災された方の支援のため、ボランティアの募集をしました。そこにボランティアとして来てくれたのが田中さんです。

「自分だけじゃできなくて本当に困っていた時、他の方に助けてもらったのがボランティアをやってみようという気持ちになったキッカケです」



▲誰かが本当に困っている時には手を貸したい

ね。15号で屋根瓦が飛ばされて、住んでいる家が雨漏りしてしまいました。自分は高いところが苦手なので、本当に困りました。その時、自衛隊や消防の方々が駆けつけてくれて、応急処置をしてくださいました。この体験を受けて、誰かが本当に困っている時には、手を貸したいと思うようになりました」



▲感謝の言葉、やる気がでるねえ

実際ボランティアをしてみた感想として「ボランティアに行く、主な作業は台風で取れてしまったり飛んでしまった建物の一部や枝などを集めて軽トラに積み込んで、災害「ミ」の集積所に持って行くことでした。作業しながら、行く先々で感謝の言葉をもらって、またやる気がでてくる。お金じゃ解決できない部分であって、そこをボランティアが担っているんですね。ありがとうがまわるというか。あと今回みたいなことがあって、もっと近所と仲良くしておけば、相談したりできたのかもしれないとも思いました」

何かあれば、また協力したいとおっしゃった田中さん。台風がキッカケでボランティアを始めてみえたのは、感謝が循環しているということでした。

災害ボランティアをしてみよう

ボランティアセンターに登録する

被災地で災害ボランティアをするにはいくつかの手順があります。

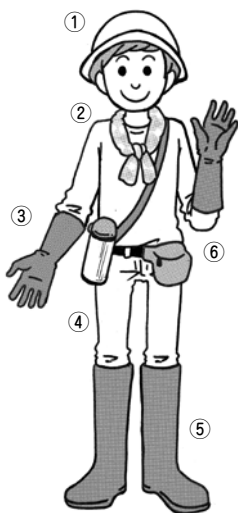
地元の社協でボランティア保険に加入する

被災地ボランティアセンターでも保険に加入することはできますが、現地の費用負担や現地スタッフの事務処理量を減らす意味でも、できるだけ自分の住んでいる市町村の社協で加入申し込みを済ませましょう。

食糧や飲料、常備薬を持参する

ボランティアとして協力する事以外の生活は、自分で管理しましょう。

服装例



- ① 帽子 or ヘルメット
陽射しを防ぎ、または落下物から頭部を守ります。
- ② タオル・手ぬぐい
汗拭き、または防寒に。いざというとき、包帯の代わりにも役立ちます。
- ③ ゴム or 革手袋
手の保護のために厚手のものを用意しましょう。
- ④ 長ズボン・長そでの服
作業中に肌を傷つけない服装にしましょう。
- ⑤ 長靴 or 動きやすい運動靴
釘などの踏み抜き防止のため、底の厚いものや鉄板の入ったものを選びましょう。
- ⑥ ウエストポーチ
貴重品や救急セットなどを入れるのに必要です。

**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、入学金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

いんふぉーめーしょん

県、日本学生支援機構などいろいろありますが、そのお金は必要な時に、必要な額が手元にあります。

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、納入期限に間に合わない、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（☎781-0850）にご相談ください。

令和元年度第2回**「保育de就職!@千葉保育のしごと就職フェスタ」**

千葉県福祉人材センターでは、保育所(園)・児童福祉施設へ就職を希望する方を対象に、「保育de就職! 保育のしごと就職フェスタ」を下記のとおり開催します。

求人のある保育所(園)・児童福祉施設の採用担当者との個別相談や保育職場に関する相談等を行い、保育・福祉人材の確保と就労をサポートします。

記

1 開催日時: 令和2年1月26日(日)10時30分～15時30分(就職面接会:12時30分～)

2 会場: ペリエホールRoomA～RoomF
千葉市中央区新千葉1-1-1

3 参加方法: 直接会場へお越しください。
(参加費無料、履歴書不要)

4 問合せ先: (福)社会福祉協議会千葉県福祉人材センター内ちば保育士・保育所支援センター

電話: 043-222-2268

HP: <http://www.chibahoiku.net/>

たくさんの食品をありがとう

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17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。おかげ様で約130kgものご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、困ってい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。

**つながりのちから発揮**

災害時に改めて気づくのが、地域のつながりの大切さでした。

助け助けられ、励まし合いながら困難を乗り越えようとするその頼もしい関係は、一朝一夕には築けないものです。

今回の台風災害では、近年薄れつつあるといわれている地域の力が再発揮され、また地域のあり方を見直す機会となりました。

自分が被災している中でも、誰かの為に行動する方々がいます。近所に水を持って行く。折れた木々を撤去する。近所のお宅を見回る。そんな方々から手を差し伸べられた経験が、今度は誰かの助けになろうという気持ちを育みます。

そこにあるのはあたたかい循環。誰かをとおして、何かをとおして想いはつながっていきます。



ぶっかけるほど豪快には染めないけれど



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。



▲染め物の先生楠美さんによる参加者の作品紹介

洗い上がりの布を広げる瞬間までドキドキです。

洗う前は藍染めだった染め物コーナー、今年は初のぶっかけ染めにチャレンジです。布を濡らして数ヶ所ヒモで束ね、筆で好きな色（専用の塗料）を染みこませ、良いところでラップに包み、そのままチン。水で洗ってヒモを取り、仕上げの液で完全定着させたらできあがり。ヒモの間隔や布の束ね方、選ぶ色や染める濃さ、様々な要素が模様を導きます。

11月16日、西地区社協は地域の親睦を深めることを目的に70歳以上の方を対象とした「コスモスつどい」を開催、今年は61名の参加でにぎわいました。

つどいでは折り紙・カラオケ・グラウンドゴルフ・染め物と様々な体験コーナーがあります。

洗い上がりのときめき

地区大会「小池9」が制す

11月19日に行われた山武地区高齢者ペタンク大会で小池9チーム（高橋節子さん・伊橋正子さん・大木幸子さん）が見事優勝。山武地区各市町の代表15チームの頂点に輝きました。また同大会では芝山町代表として一緒に出場した山中Bチームは6位に入賞し、両チームは3月の印西市で行われる県大会。乞うご期待ですね。



▲ペタンクはコート上のサークルから、目標球（ビュット）に金属製のボールを投げ合って、相手より近づけることで得点を競うフランス発祥のスポーツです。

▶力仕事でがんばりました



広報担当の私が突撃体験するこの企画。第17回目は、10月25日豪雨の災害にかかわる山武市ボランティアセンターにおじゃましました。
 山武市社会福祉協議会は10月25日の豪雨災害を受けて11月1日～11月4日まで災害ボランティアセンターを開設し、私はその最終日に伺いました。
 テントを立ててあるボランティアセンターの窓口に行き、まずボランティア登録をしました。ボランティア保険の加入確認や住所・氏名・緊急連絡先などを記入します。登録が済むと、次はボランティアに行くにあたっての注

ぼくの 突撃 ボランティア その17 体験記

山武市災害ボランティアセンター

主な活動 家屋の清掃・片付け

意点や心構えを聞くオリエンテーションです。その後、活動先を決めるマッチングを行い、訪問先での作業内容の説明を受け、車で現場へ向かいました。

伺ったのは床上浸水の一般家屋。作業は1階の濡れた畳の運び出しと、いらなくなったものを分別し、袋に詰めることでした。浸水から1週間以上経過していても畳は濡れて柔らかく、ずしりと重かったです。大人の男性が4人で一枚一枚、声を合わせながらや々と運びました。

畳が運び出せたら、消毒ができるよう、畳の下にあった木端を丁寧に取り除きます。その間、他のボランティアさんは家の外に出されたものを分別し、袋に詰めていきました。家の柱に水の跡が残っていたり、屋内は湿ったカビの臭いが充満していたりで、現場を目の当たりにして、生活を再建し、日常を取り戻すというのはとても時間がかかることだと感じました。

災害ボランティアはなんでもできるわけではないけれど、少しずつ集まった力が大きな支えになっているのを目撃しました。

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栄養士がご紹介！



鮭の味噌マヨホイル焼き

【作り方】(4人分) エネルギー：207kcal 蛋白質24.5g 脂質：9.1g 塩分：1.5g

- ①鮭は塩、コショウする。
- ②シメジは、ほぐし、玉ねぎは薄切り、ピーマン、パプリカは千切りにする。
- ③味噌とマヨネーズは合わせておく。
- ④アルミホイルを広げ、サラダ油を塗り、玉ねぎをのせ、鮭、しめじ、ピーマン、パプリカをのせ、③を塗り、アルミホイルを密封する。
- ⑤200℃のオーブンで20分焼く。(オーブンがない場合はフライパンに約1cmの水を入れ、④のアルミホイルを置き蓋をして、10～12分蒸し焼きにする。)



【材料】4人前 (分量／g)

生鮭	4切れ
エノキ	1/2束
シメジ	1/3個
玉ねぎ	1/2個
ピーマン	1個
パプリカ(赤)	1/6個
サラダ油	少々
塩	少々
コショウ	少々
味噌	大2
マヨネーズ	大2

ワンポイント

ホイルで包んでオーブンで焼くだけで簡単調理です。ポン酢であっさり味付けするのもオススメです。味噌マヨも風味が違っておいしいですよ



参加申込み・お問い合わせは福祉センターまで TEL.78-0294



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

「ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー」

プレイティみかこ (新潮社)



優等生の「ぼく」が通う元・底辺中学校は事件が絶えない。人種差別、ジェンダー、格差など、まるで世界の縮図のような日常を思春期真っ只中の息子とパンクな「母ちゃん」の著者はともに考え、悩みを乗り越えていく。英国社会を舞台に描かれる落涙必至のノンフィクションです。

2位

「廉太郎ノオト」

谷津矢車 (中央公論新社)



「頭のなかに、いつも鳴り響いている音がある。」滝廉太郎は東京音楽学校でライバル、友人、恩師に導かれ、その才能を開花させていく。歴史小説の俊英が描く、夭折の天才音楽家のほろ苦い青春物語です。

3位

「線は、僕を描く」

砥上裕将 (講談社)



両親を交通事故で失い、深い喪失感の中にいた霜介はアルバイト先の展覧会場で水墨画の巨匠、篠田湖山と出会う。湖山に気に入られて内弟子となった霜介は、はじめての水墨画に戸惑いながらも、筆先から生み出される「線」の芸術に次第に魅了されていく。水墨画を通じて描き出される美しい青春物語です。

図書室からのお知らせ

蔵書点検のため2月25日(火)～3月6日(金)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。



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24日(火)・1月28日(火)・2月25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108号発行 |
| | 3、19日 | 給食サービス |
| | 5日 | ミニ・デイサービス |
| | 〃 | 身体障害者ミニ・デイサービス |
| 1月 | 7、23日 | 給食サービス |
| | 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 |
| 2月 | 3日 | ミニ・デイサービス |
| | 4、20日 | 給食サービス |
| | 9日 | ひとり暮らし高齢者・身体障害者
新春寄席招待会 |

毎月中旬 ひとり暮らし高齢者誕生日祝い
毎月上旬 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(祝日が日曜日に当る場合は開館します)

12月 2・9・16・23日

1月 6・13・14・15・20・27日

2月 3・10・11・17・24・25日

年末年始
12月28日～1月4日は
休館日です。

- | | | | | | |
|------------------------|-----------------------------|------------------------|-----------------------------|------------------------|------------------------|
| ▼ 郡司静子様 (小原子)
タオル多数 | ▼ 萩原弘太郎様 (加茂)
介護用品多数 | ▼ 菅井純子様 (多古町)
タオル多数 | ▼ リサイクルの日
収益金
2,450円 | ▼ 芝中同窓会つば八様
2,124円 | ▼ 鈴木幸子様 (千代田)
タオル多数 |
| ▼ 小川直男様 (小池9)
タオル多数 | ▼ 八角菊枝様 (高田東)
給食サービス食材多数 | ▼ 小川直男様 (小池9)
タオル多数 | ▼ 八角菊枝様 (高田東)
給食サービス食材多数 | ▼ 鈴木幸子様 (千代田)
タオル多数 | ▼ 鈴木幸子様 (千代田)
タオル多数 |

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

善意
ありがとうございます

編集後記

▼各地で大型台風風の連続、強風と豪雨での大災害に遭って突然、日々の生活が一変されてお気の毒です。自然の恐ろしさに驚きです。 **かい子**

▼異常気象の中、まさかの台風15号19号。10月25日は半日で1ヶ月分の大雨。日頃からの身の周りの準備をしておきましょう。 **ひかる**

▼停電の大変さと水の大切さを痛感した日々。日常の人のつながりを大切にしたいと思った令和元年の秋。 **宿根草**

▼朝晩めっきり寒くなりました。今年の秋は3個の台風で大変でした。最初の15号では10日も停電して家も会社もこんな被害始めてです。 **かし**

▼食べられるのに捨てられてしまう食料が、年間六百万トン超だとか。もったいない!大切な食べ物を無駄なく消費するよう努力したい。 **明星**

▼父が介護施設も迎えの車に乗って出発する時、すでに先に乗っていたおばあさんが毎回手を振ってくれる。さりげないしぐさがいやされる。 **緑**