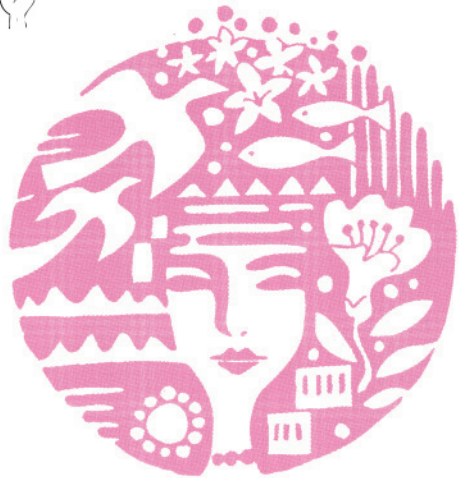


(1)



芝山町社協だより



# 母だからできること

'13年6月発行  
Vol.82

読みきかせ講座



3月19日、社協が主催した「読み聞かせ講座」を受講した林裕子さん。

「あんなに奥が深いものだとは思いませんでした。『絵本を読み聞かせるということは心を育てることに繋がっていく』この言葉に私の心が震えました。」

今年度も6月22日(土)と7月6日(土)に講座を開催予定、託児所も用意しています。子育て中のすべてのお母さんに。

問い合わせ:社会福祉協議会 TEL 78-0850

今号の特集 ・おいで福祉センター

☆タイトルデザインをリニューアルしました☆  
「まごころ」の花ことばを持つコスモスを「輪」に取り入れて図案化しました。  
新生まごころの輪をよろしく願います。

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126-1 TEL 0479-78-0850

E-mail: sibayamasyakyou@eos.ocn.ne.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



# いきいきライフ 調理実習



講師 志村 恵美さん 講師 守橋 正代さん

笑顔で免疫力アップ  
「当初は生活習慣病の予防のために実施していましたが、最近健康寿命を延ばす事を目的としています。高齢になっても健康で、まさに『いきいき』とした『ライフ』を送れるようにという願いを込めてこの方針をとっています。

## 笑顔で免疫力アップ

当日はまず講話、後に料理、そして食事、解散という流れ。単に料理をして食べるだけでなく、健康について心と体の面からお話をさせていたれています。笑顔になると免疫力も上がるんですよ。受講者のなかにも、料理が好きで、だんだん自分の体についても興味を持ったという方がいますね」と講師の守橋さん。

食べ終わって片付けが終わった後も1時間くらい会話に花が咲く楽しい講座です。6月からの毎月第3金曜日に開催。事前申し込みが必要です。受講料は無料ですが、参加の際は材料費の500円をご用意ください。

# おいで 福祉センター

# やすらぎの里

これまで福祉センターが続けてきた4つの自主事業。  
4月から、やすらぎの里の運営を行っている社会福祉協議会は、これからもより楽しく、より安全に続けていきたいと考えています。もっと知ってもらいたい、センターのこと事業のこと。おまけに職員もちよこつと紹介いたします。  
おいで、やすらぎの里！

## 本が好物！



事務員 向後 文佳



## ピカピカ職人



用務員 鈴木 伸





# 気功・太極拳教室



講師 かつり けんじ さん

福祉センターの金曜日、それはご好評をいただいている太極拳の日です。  
もともと太極拳は武術ですが、緩やかな動きで、心拍数を押さえながら血液の循環を良くする効果があります。

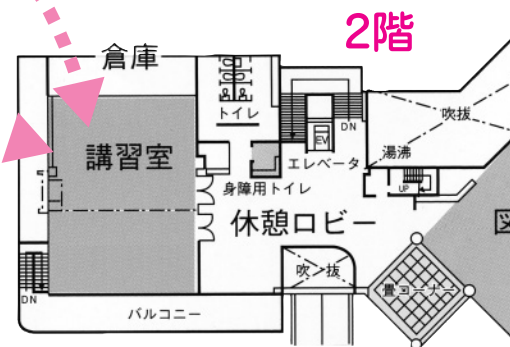
参加者のひとり、渡井さんは、2年前に心筋梗塞を患い、激しい運動を禁じられました。「茶碗と箸が持てれば誰でもできると聞いていました。医者にも太極拳をやっても良いか聞いたら『ぜひ続けてください』と言ってもらえたんです」と、もはやライフワーク。

「**「気の流れ」のススメ**」  
講師は、はにわ台在住の顧さんです。「太極拳は気の鍛錬。だれでも、どこでもできます。さらに、大勢でやることで『気の流れ』ができるんですよ。まわりに自然と体が同調していく。みなさんの目の表情がどんどん穏やかになってくるのがわかりますね」。  
太極拳は思いやりの心に通じているんですね。

# 心を配ります



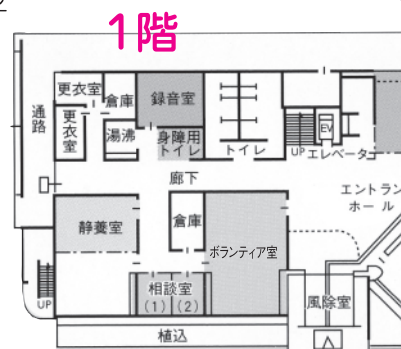
運転手 笹川 武男



用務員 加藤 くに子



いつもキレイに



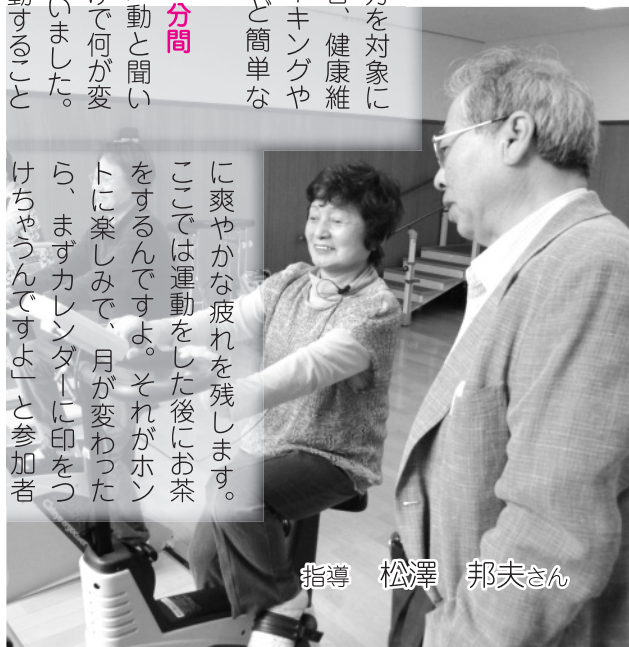
# 健康体操講座

講師 木村 雪子さん

ある程度高齢の方を対象に毎月第1、3水曜日、健康維持のために、ウォーキングや自転車、足踏みなど簡単な運動をしています。  
**真剣に運動する10分間**  
「10分間の軽い運動と聞いて最初は『それだけで何が変わるの?』と思っていました。しかし、真剣に運動することだけに向き合う10分間は体

「**一見の価値あります**」  
「自分の足でいつまでも動けるように、そのお手伝いのできたらいいな」という講師の木村先生は、常に笑顔で生命力が溢れている。  
「昨日までピンピン元気で歩いていたのに、急にぱったり亡くなったね」と言われるくらい元気であるのが目標。  
受講者にお話を聞くと、みな口を揃えて木村先生がいいという。毎月第2水曜日の講習じゃ足りない、もっと受けたいと皆いうこの講座、一見の価値あります。

に爽やかな疲れを残しません。ここでは運動をした後にお茶をするんですよ。それがホントに楽しみで、月が変わったら、まずカレンターに印をつけちゃうんですよ」と参加者の女性が語ってくれました。



指導 松澤 邦夫さん

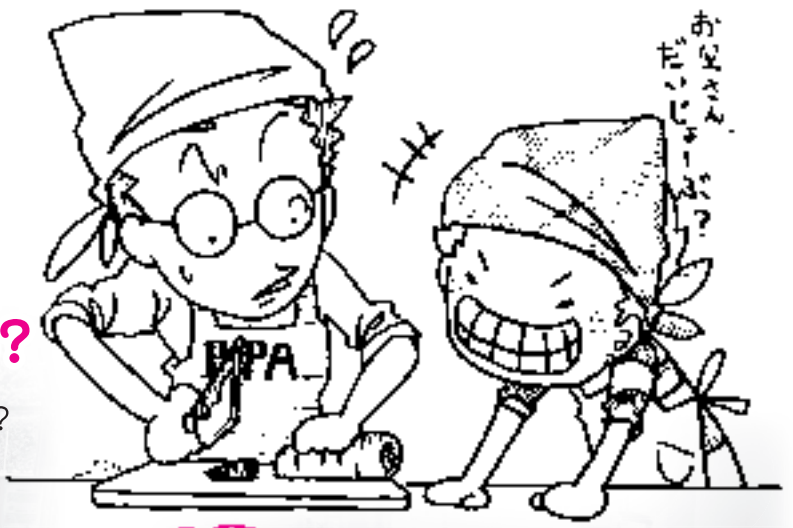
# リハビリ教室



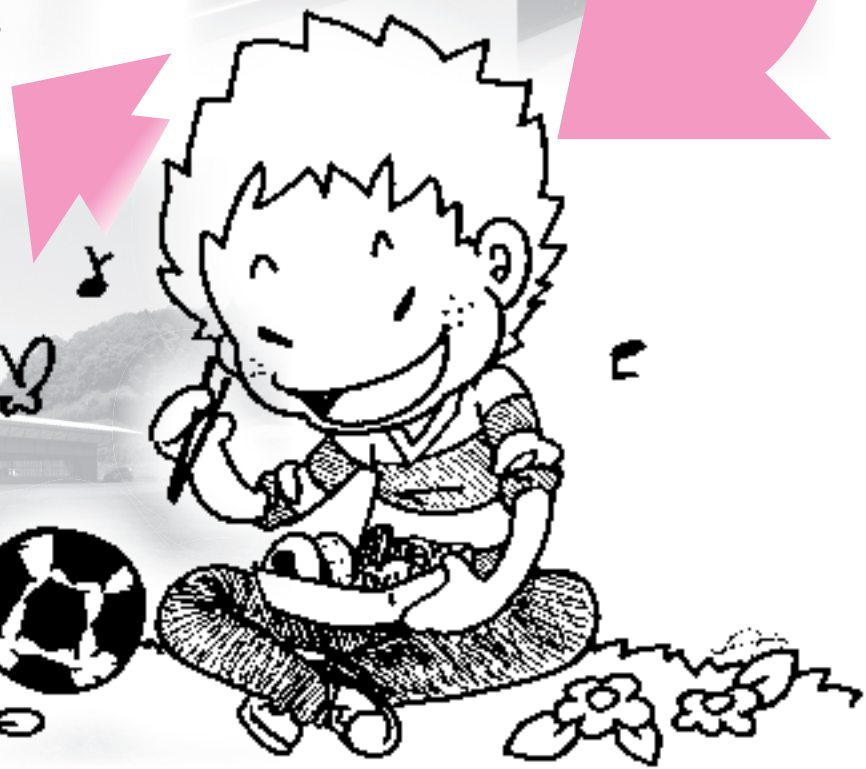
# アクラブ派 やすくん家

## こんな一日、すごしてみない？

福祉センターって、おとしよりだけがつかうの？  
いやいや、そんなことはありませんヨ。  
自由な発想で、全館フル活用してくださいね。  
たとえばこんな一日どうですか？



### みんなでクッキング 調理室



### 芝生 ランチ!

# イベント派 こどもたち家



# 福祉



いそいそ本が  
いっぱい!  
図書室



お祭り  
お風呂



あひび  
ヨカタ♡  
集会室



# 伝えたいこと



## 目を皿にして

4月13日のよく晴れたあたたかい土曜日に、芝山町職員が役場から福祉センターまで、新人交流も兼ねてゴミ拾いを行った。

## 後輩に

「普段は車で通っている道が歩いてみると意外ときれいで驚いた。日頃の町民のみなさまの心掛けあつての事だと思えます。私たちも、そう保てるようにしていきたい」と道中で語るニューフェイスに、  
「私たちは辞令一枚で配属が決まり、その日から昨日までとは全く違った仕事をします。様々な持ち場があるけれど、すべては町のため人のため。みんな同じ思いで町の人に向き合っています。このイベントを通して後輩に何か伝われば」と先輩は想う。



## うん、やるぞ

トラックの荷台に敷き詰められた袋を見て、新人達は誇らしげだ。「すべては地域のため」。軽い疲労と、熱い使命感が体を包む。



# 子育てはなぜ「かわいい子には旅をさせよ」

主任児童委員 吉岡みよ子

「かわいい子には旅をさせよ」ということわざがあります。

子どもをかわいいと思うなら親の元で甘やかして育てるのではなく、世間の厳しさを経験させることが子どものためになるということです。

子どもを大切に思うあまり、過保護、過干渉になりがちですが、自立心を養うためには親が先回りして困難や危険を排除するのではなく、色々な体験をさせることが大切です。時には失敗をすることもありますが、たとえ結果がどうであれ、子どもが何かをやり遂げようと自分なりに頑張った時は、それを認め必



要ならば助言しましょう。

そうすることで、その失敗を糧にし、またチャレンジをしたり、自分で考えて行動できる力が身につけてきます。

また、幼児期から自由に伸び伸びとだけでなく、我慢することを身につけ、人に迷惑をかけることや危険なことをした時は、毅然とした態度で叱ることが必要です。

この時に、なぜやってはいけないのかをきちんと説明し、納得させることが大事です。

そして、豊かな人生経験や生活文化を身につけた高齢者との交流や、様々な人と接することで、礼儀、協調性、他人への思いやり、助け合いの心などを学ぶことができます。

子どもの成長のため、時期がきたら子離れをめざし、親も子と共に成長しましょう。その上で、子どもの心のよりどころとなるよう、見守りを忘れず。

## 人事 理事 幹事 評議員

任期満了・役職等の交代により、土井正裕様が常務理事を、川口幸雄様が理事を、平山義一様が監事を、太田英二様・西海敏郎様・岩澤和博様・西海一男様・吹野恭一様・鈴木正男様が評議員を退任されました。

- | 役員    |   |
|-------|---|
| 会長理事  | 木川 優陽   |
| 副会長理事 | 土屋 増男   |
| 常務理事  | 文違 正己   |
| 理事    | 石田 貞子・齊藤 由紀<br>郷間 悦子・太田 英二<br>小川タミ子・戸井 一雄<br>秋葉 茂夫・石田 謙一<br>鈴木 幸子 |
| 監事    | 五木田 昇・大槻 和男   |

- | 評議員         |             |
|-------------|-------------|
| 関根 澄子・根本 典子 | 平山 邦夫・鈴木 隆  |
| 堀越 義夫・遠枝 秀世 | 長谷川一夫・石田 辰雄 |
| 保谷 央・石井 登   | 岩澤 秀夫・萩原 敏子 |
| 五木田正照・實川 博三 | 古川 幸男・林 亮一  |
| 大木 一男・木川 健弘 | 常岡 恒治・簾 隆芳  |
| 内山 祐一・瓜生 優子 | 吉岡みよ子・戸井 康雄 |
| 文違 洋子・布留川正臣 |             |

## いんふおめーしょん

### 苦情解決に努めます

社協が行う福祉サービス事業を適正に実施するため、苦情受付窓口を設置しています。本会への苦情は社協事務局内苦情受付担当者、または本会とサービス利用者の間に入り苦情解決の調整を行う第三者委員にご相談ください。

- ・社協苦情受付担当者 宮澤
- ・第三者委員
- 宮野 湛(菱田宿)78-10192
- 西海茂子(高田西)77-12067

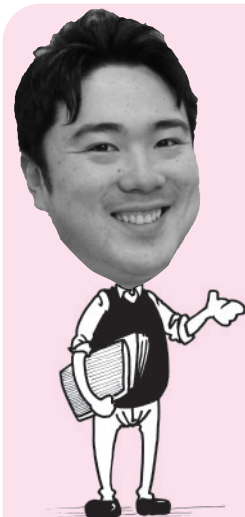
**平成25年千葉県介護専門実務研修受講試験**

試験日時 平成25年10月13日(日)10時~12時  
 受験資格 医療・保険・福祉分野の有資格者、要実務経験  
 申込書配付期間 平成25年6月3日(月)~7月10日(水)  
 申込書配布場所 市町村介護保険担当課・市町村社会福祉協議会等  
 申込受付期間 平成25年6月3日(月)~7月10日(水)消印有効 簡易書留による郵便受付のみ  
 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 ☎043(204)1610

**不要なタオル、いただけませんか?**

福祉作業所では、お寄せいただいたタオルをふきんに加工し販売しています。ふきんは大好評、現在タオルが足りません。お家に使用されていないタオルがありましたらご寄付ください。

連絡先 福祉作業所 ☎78-0850



こんにちは、毎日新しい事はかりでも楽しいです。早く仕事を覚えて、町の人々の幸せを考えて、行動して、形にしていきたいと思っております。

事務職員 瓜生 一貴

# New Face

## 新顔

私のおともたちは、おとしよりの多いかな？ これからも、社協でヘルパーの仕事ができることが最高です。町で見かけたらぜひ声をかけて下さい。

ホームヘルパー 大沼 佐和子



## ふくし行事予定

- 6月 1日 まごころの輪82号発行
- 4、20日 給食サービス
- 5日 ミニ・デイサービス
- 6日 身体障害者ミニ・デイサービス
- 22日 ボランティア講座(読み聞かせ①)
- 27日 おとこの料理教室
- 7月 2、18日 給食サービス
- 3日 ミニ・デイサービス
- 6日 ボランティア講座(読み聞かせ②)
- 30日 おとこの料理教室
- 8月 6、22日 給食サービス
- 7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

受講者募集

受講者募集

善 意 ありがとうございます  
ごぞいます

- ▼日蓮宗千葉県東部宗務所様 (多古町) 50,000円
- ▼千葉カス株式会社成田支社様 (成田市) 10,000円
- ▼芝山町産業祭会長様 19,698円
- ▼鈴木一成様 (山中東) 3,377円
- ▼五木田昇様 (新井田) 7,452円
- ▼大槻計子様 (辺田) 5,000円

## 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

- ▼加藤はつえ様(飯櫃) 6,000円
- ▼出山芳江様(千代田) タオル多数
- ▼小川吉昭様(住母家) タオル多数
- ▼匿名様 タオル多数
- ▼匿名様 タオル多数
- ▼小川アイ子(住母家) タオル・布地多数
- ▼松本セツ子様(中谷津) 給食サービス食材多数

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。

## 編集後記

▼中国最後の秘境、武陵源は張家界市にある景勝地。ある本で「奇、深、秀、幽、美」の5字に総括できるとある。一度みてほしい。 旅子

▼富士山が、世界文化遺産に登録される見通しとなった。美しい富士山を一目見ようと、五合目の駐車場は人と車でいっぱいだった。 マリモ

▼春を感じる一つにピカピカの1年生の姿があるが、最近あまり見られなくなった。逆に中高年が元気にウオーキングしてる姿が目立つ。 石松

▼「母の日」に思う。女性が輝いてこそ、地域も、社会も、未来も輝きに包まれてゆく。母たちに最敬礼、そして感謝を！ 北斗七星

▼異常気象と言われる日が続きましたが、竹の子も例年より控えめの出生でした。人間も自然を大切に我慢努力で頑張りましょう。 竹の子

▼大型連休、我が家は家族そろって部屋の片付け。出るわ出るわ、思い出詰まったごみの山。日頃のかたきをとられ疲労困憊。 暦