

# 福祉だより

社協(社会福祉協議会)は、民間組織としての「自主性」と、広く住民の皆様や社会福祉関係者に支えられた「公共性」という2つの側面をもって活動しています。

No. 150

TOPICS

- P1 「福祉だより」第150号発行を祝して
  - ささえあいのまちづくりを目指して
  - 東金チャレンジドフェスタ
  - 福祉のまちづくりポスターコンクール
- P2 福祉だよりのあゆみ
  - 東金市社会福祉大会
  - お知らせ
- P3 地区社協だより
  - 寄付のお礼
  - 丘山振興会「花いっぱい運動」
  - チャリティゴルフコンペ
- P4 ボランティアセンター
  - 生活習慣病予防食

発行

社会福祉法人  
東金市社会福祉協議会  
〒283-0005東金市田間3丁目9番地1  
(ふれあいセンター2階)

☎ 0475-52-5198  
FAX 0475-52-8227

E-mail togane.shakyo@cronos.ocn.ne.jp  
URL http://www.togane-shakyo.jp/

## 「福祉だより」第150号発行を祝して

東金市長 鹿間 陸郎



このたび、「福祉だより」が第150号の発行を迎えられましたことを心よりお祝い申し上げます。

福祉の啓発と社会福祉協議会活動の理解促進のための本紙は、東金市における地域福祉活動を市民に周知する上で大きな役割を果たしているものと考えます。

昭和から平成、平成から次の時代へと変わりゆく中、様々な地域課題が生まれてきており、行政と地域住民が一体となって対応していく必要があります。

現在、本市では第2次地域福祉計画・地域福祉活動計画に基づき、「自然豊かな郷土で 市民が支えあって ぬくもりあふれるまち 東金」の実現に向けて、皆様の活動を支援するとともに、社会福祉協議会活動の更なる発展を祈念しまして、お祝いの言葉といたします。

## ささえあいのまちづくりを目指して

会長 川嶋 正明



新年明けましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、すこやかに輝かしい初春を迎えられたことと心よりお慶び申し上げます。平素は社会福祉協議会の活動に対しまして温かい御理解と御協力を賜り厚くお礼申し上げます。

今日、少子高齢化が進み、人びとの生活環境が著しく変化し、住民同士のつながりは希薄になり、脆弱化しております。そんな時私たちは住民同士による「ささえあいのまちづくり」を大切なことと認識し、自助・互助・共助・公助の考え方のもと、地域福祉力を育てる取り組みを進めて参ります。多くのボランティアの皆さんや行政関係団体と協力し、「この東金で暮らし続けてよかった」と心から思える地域社会の実現をめざし、より一層の努力を重ねていく心がけております。

市民の皆様にとりまして今年一年が幸多きことを御祈念申し上げ、年頭の挨拶とさせていただきます。

また、この度福祉だよりも150号を迎える事と相成りました。皆様方の今後の益々の御支援、御愛読賜りますようよろしくお願い申し上げます。

## 第10回東金チャレンジドフェスタ

～助けあい 小さな勇気で 大きな愛♡～

(サブタイトル:内山叶翔さん作)

第10回東金チャレンジドフェスタを12月2日(日)ふれあいセンターで開催しました。12月3日～9日は障害者週間。障がいや障がい者への理解と関心を深め、障がい者の社会参加を高めるための啓発を行なっています。「チャレンジド」とは「障がい者」「挑戦する人」という意味です。

第10回を記念して市内小学5年生、中学2年生からサブタイトルを募集し、豊成小学校5年内山叶翔さんの作品に決定！当日、表彰も行ないました。



障がいのある方による迫力のステージ



手話であいさつができるようになりました

会場では、障がいについて、見て・感じて・知ってもらおうと、様々な体験や紹介のコーナー、模擬店やステージ等を通して、来場された地域の方々と一緒にふれあいました。今年も運営には千葉県立農業大学校や城西国際大学の学生さん、地域住民の方々等たくさんのボランティア、地元企業の協力があり、助け合いの輪が広がっています。子どもからお年寄りまで、障がいのある方もない方も、力を合わせ、笑顔あふれる一日となりました。

## 第10回福祉のまちづくりポスターコンクール

子どもたちの福祉の心を育てることを目的に実施しました。今年度のテーマは「障がい者にやさしいまち」。下記のみなさんが入賞し、川嶋会長より表彰状と記念品が贈られました。

### ★中学生の部

☆最優秀賞 柳澤明李 (北中)

### ★小学生の部

☆最優秀賞 奥原優華 (日吉台小)

☆優秀賞 高橋苺花 (日吉台小)

☆優秀賞 今夏美 (福岡小)

☆優秀賞 蛸原桃夏 (正気小)

(敬称略)



柳澤明李さんの作品



奥原優華さんの作品

## 福祉だよりのあゆみ

福祉だより150号という大きな節目を迎えるにあたり、これまで発行してきた福祉だよりを振り返ってみました。

社協に残っているもので最も古いのは第3号。昭和52年9月に発行されました。この頃はまだ白黒印刷でした。その後、時代の流れに合わせて現在のものへとレイアウトが変わっていきました。

また、福祉だよりでは地域の福祉活動を様々なかたちで紹介してきました。「ふれあいサロンレポート」、「ふれあいのまちレポート」、「民生委員奮闘記」など時代ごとに内容は変わっていますが、「実際に関わらなければ知らないままの事」を、広報を通じて皆さんに届けてきました。

福祉だよりの定番となっている「地区社協だより」。12地区社協が順番に、活動の報告や活動して思う事などをご寄稿いただいています。地域に密着した地区社協だからこそ出来る様々な活動を、沢山の方に知っていただけるようPRしてきました。

「生活習慣病予防食」。おたよりでよく感想が寄せられます。第一回は68号、平成11年10月発行。レシピは「豚のはさみ焼と麦ごはん」でした。この頃から、東金市食生活改善協議会さんにレシピの御協力をいただいています。

ここまで見てきたように、「福祉だより」は、地域の皆さんをはじめ沢山の協力によって作られています。これからも、皆さんが手にとって、楽しみながら社協を知ってもらえる広報紙を目指して、一同頑張ります。



文字ばかりの第3号

## 自分でできることで地域に参加

～第23回東金市社会福祉大会～

10月18日(木)に、東金文化会館にて開催しました。地域福祉の向上への努力を誓うとともに、これまで地域福祉の発展に寄与された方々を表彰しました。川嶋会長から、日ごろより地域福祉活動に尽力されているみなさんに対し感謝の言葉が述べられました。



第一部では、ご来賓と福祉関係者の列席の下、44名と12団体に対し、会長より表彰状・感謝状が贈られました。

第二部では、さわやか福祉財団の堀田 力会長より「地域で支え合う社会をつくろう」をテーマにお話いただきました。みんなで支え合っていくことは、大変なことでも、特別なことでもない。一人ひとりが自分でできることで地域に参加していくこと、一人ひとりの気持ちからスタートすることだということに気付かせて下さるお話でした。

東金市社会福祉大会受賞者

★善行者

- 渡邊徳子、常世田武久、西山徹夫、高宮政江、古川初枝、戸村順吉、平本幸枝、森川道義、嶋 淳子、求名駅前区ボランティアグループ、佐々木忠子、堀越 薫、NPOアンサンブル、今関庸子、須藤ヒロ子、今井一夫

★民生委員・児童委員功労者

- 勝田公子、松井美智子、佐川敏夫、滋野千鶴子、鶴岡光代、菊池政江、松戸 誠、鶴澤 誠、矢澤真人

★社会福祉関係功労者

- 三橋 武、小高 毅、中田成気、廣田幸吉、湊ます子、香田主子、鶴澤公子、榊原吉明、今井信久、布施あい子

★協力者感謝

- 古川元成、木村嘉保、加藤和雄、中田邦生、吉岡勝海、太田貞雄、前川トシエ、池田貞良、石崎 勇、吉澤邦夫

★寄付感謝

- (株)NEXUS D'ステーション東金店、ぐみょう今井歯科 今井守夫、佐瀬のり子、銚子商工信用組合 信友会、東金市ボランティア連絡協議会、日蓮宗千葉県東部宗務所 所長 富永観瑞、岸本雅邦、(有)広栄サービス、イオンリテール(株) イオン東金店、東金ライオンズクラブ、パールショップともえ 東金sideⅡ、(株)GAPSインターナショナル あたりや東金店

(敬称略、順不同)



堀田氏の講演

## 第68回千葉県社会福祉大会

11月9日(金)に、千葉県文化会館において開催されました。下記のみなさまが、これまでの功績に対し表彰されました。

★千葉県社会福祉協議会長表彰

- ☆社会福祉施設・団体役員功労者 遠山みつ子、鈴木ひろ子



★千葉県共同募金会長表彰

- ☆優良地区 油井区、滝区、菱沼区、二又区、滝沢区
- ☆従事功労者 石井里佳、菅野雅樹(敬称略、順不同)

## お知らせ

### 親子ふれあいクッキング

「食育」や「調理」を通じて、家族のふれあいの時間をもちましょう!

- 日時 平成31年2月9日(土) 9:30～14:00
- 会場 ふれあいセンター調理室
- 調理指導 東金市食生活改善協議会
- メニュー くまのおすし、デザート他
- 対象 市内在住の15歳以下のお子さんとその保護者(親でなくても可)
- 定員 16組(35名)程度
- 参加費 1人300円
- 持物 三角巾、エプロン、マスク、手拭きタオル、動きやすい服装
- 申込 東金市社会福祉協議会(☎52-5198)
- 締切 1月25日(金)



### 障がい者ふれあいバスツアー

障がい者(児)のふれあい交流を目的とした日帰りバス旅行です

- 日時 平成31年3月2日(土) 8:50出発～17:00帰着予定
- 集合 ふれあいセンター1階ロビー
- 行き先 いちご狩り、江戸東京博物館(館内自由行動・昼食各自)
- 対象 市内在住の在宅障がい児(者)と介助者(2人まで)
- 定員 36名程度(定員になり次第締切)
- 参加費 7才以上1,000円、6才以下500円
- 申込 東金市社会福祉協議会(☎52-5198)
- 締切 2月8日(金)



### 教育支援資金貸付制度

他の貸付制度が利用できない低所得世帯に対し、次に掲げる経費として利用できる資金です。

就学するご本人が借受人となります。また、世帯の生計中心者に連帯借受人となっていただきます。

|       |   |  |
|-------|---|--|
| 教育支援費 | 低所得世帯に属する者が高等学校、大学又は高等専門学校等に就学するのに必要な経費 | (高校)月3.5万円以内<br>(高専)月6.0万円以内<br>(専門)月6.0万円以内<br>(短大)月6.0万円以内<br>(大学)月6.5万円以内 |
| 就学支度費 | 低所得世帯に属する者が高等学校、大学又は高等専門学校等への入学に際し必要な経費 | 50万円以内   |

※なお、受験料などの入学決定前に必要な費用は対象となりません。

### 不登校・ひきこもりについて悩んでいることを話し合ってみませんか

不登校やひきこもりで悩んでいる方々が集まり、これまでの苦労や経験などをお互いに話し合います。(悩み事や問題を解決する場ではありません)

- 日時 平成31年1月26日(土) 10:00～12:00
- 会場 ふれあいセンター視聴覚室
- 参加費 無料
- 申込 東金市社会福祉協議会(☎52-5198)
- 締切 1月24日(木)
- 前回参加者の声
  - ・思いを言い合える場は大切だと思う。参加して良かった。
  - ・生活に取り入れてみたい話が聞けた。勉強になった。

### 感謝申し上げます

会長 織本 雄二

JR東金駅周辺が、東金第2地区のエリアです。老舗商店の閉鎖、経営者の高齢化や後継者不足による個人商店の閉店など、あまり明るい話題が見つかりませんが、閉店したお店や事業所で敷地が広い所は、土地を分割しての宅地化で若い世代の移住も進んでおります。



駅周辺での活動

日本全体では800万軒の空家が発生して、数年後には1,000万軒になるとも報道されていました。幸いなことに当地区はJR東金駅に近く、またバス路線も利用しやすいので、人口減少による地域の消滅には、いささか抵抗出来るのかなと考えております。



見守り活動の様子

社会福祉の活動をする上で、自助・共助・公助といわれますが、教科書のようにうまくいかないものです。

継続したボランティア活動で地域を支えてくれている方々に感謝を申し上げます。



## 地区社協だより

### 地域密着の文化展

ふれあい部会 真行寺 靖子

第6回田間地区ふれあい文化展が11月10日～11日に田間区コミュニティ会館で開催されました。前日重いパネルを運び込み、テーブルに白い布を敷き展示台を作り、



さまざまな作品が並びました

作品の搬入を待ちます。生憎の雨でしたが予定通りの作品が集まり、生け花・絵画・書・陶芸・菊その他、多岐にわたり素晴らしい作品が集まりました。陳列して張り合いが出ます。私も母の羽織と帯を、上衣とバッグにリメイクして出品しました。

出品者の名札には、地区名と字(あざ)を記入するので「あそこのお嫁さんの作品かな?」とか「あの人、こんな特技があるんだ」とか知っている人も多く、より親しみを感じながら見て頂けたかと思えます。またおいで頂いた皆様にはポップコーンを作り、お持ち帰り頂きました。



特技を披露

文化展が終わり搬出の際に、また来年もお願いしますと、お声掛けしました。ガラーンとなった会場を見て寂しくもあり、無事終わってホッとした感じと複雑な気持ちでした。

### ご寄付ありがとうございました

平成30年9月1日から11月30日まで(敬称略)

#### 一般寄附

|                            |          |
|----------------------------|----------|
| 東金市ボランティア連絡協議会             | 28,816円  |
| 岸本雅邦                       | 10,000円  |
| 第14回とうがね社協チャリティゴルフコンペ実行委員会 | 133,313円 |
| 匿名                         | 20,000円  |
| 匿名                         | 10,000円  |
| 匿名                         | 5,000円   |
| 匿名                         | 20,000円  |

#### 指定寄附

上田晃裕(マザーズホームへ) BOXティッシュ2箱

#### 物品寄附

パールショップともえ東金sideII お菓子多数  
ときがねウォッチング もち米20kg

#### プルタブ

毛取妙子、川島介江、星 きよ子、鶴澤公子、小安静子、金子、宇津木蓉子、廣瀬共子、豊崎叶夢・愛美、石橋寿美恵、中村克己、伊藤玉枝、小野良雄、古川万琴、吉岡勝海、村井春代、鶴澤育子、高知尾由美、佐藤成美、小平勝代、木山ユミ子、秋葉恵子、牧野ミツ、佐々木米子、大野龍哉、伊藤あつし・つよし、本江宣久、シルバー人材センター、(有)ピスターリ、ふれあいショップ、小林工業(株)、五木田建設(株)、(株)東金観光サービス、ナルク東金、正気防犯安全パトロール隊、二金会、季美の森東自治会、求名駅前区会、大和地区ボランティア、下谷長寿会、家之子区ボランティア、東金市(第四保育所) ほか10名

#### 使用済み切手

川島介江、山本涼太、宇佐美みつえ・喜美江、廣瀬共子、中村克己、土屋清文、阿部光男、松山成子、村井春代、高知尾由美、小川 衛、高橋源樹、佐藤成美、川上ひとみ、佐々木米子、(株)東金観光サービス、シルバー人材センター、(株)カネハン商店、(有)美聚社、季美の森東自治会、ナルク東金、東金市手をつなぐ親の会、田間二区グループ、するめの会、東金市(市民課、社会福祉課、環境保全課、健康増進課、東金図書館)、東金郵便局 ほか7名

#### 使用済みテレホンカード

村井春代 ほか1名

※プルタブ、古切手、使用済みテレホンカード、入れ歯はボランティアセンターで収集しています。誰もが気軽に出来るちょっとしたボランティア(ちょボラ)に、あなたも参加してみませんか?!

### レポート 丘山振興会「花いっぱい運動」

～東金市市民提案型協働事業～



植栽の様子

丘山振興会では、東金市市民提案型協働事業の一環としての「花いっぱい運動」で、10月28日に東金市小野の交差点脇と丘山小学校近くの横断歩道橋下の花壇に秋の植栽を行い、ピオラ、パンジー、チューリップの球根を植えました。林 好昭実行委員長のお話

によると、この「花いっぱい運動」は、平成27年度から行っており、花で地域をきれいにするとともに、花を通じて地域間交流と人的交流を図ることを趣旨としているということです。今年度は、今回のほかに5月に1回目の植栽を行い、マリーゴールドとペゴニアを植えたそうです。苦勞していることを伺うと、当初は30～50人くらい集まったボランティアが減ってしまっていることだということでした。他の地域の方から「丘山小の近くの交差点の所は花が植えてあってきれいになっているね。」という話をよく聞きます。今後もきれいな花が咲く交差点であるよう、ボランティアが集い、この協働事業が続くといいなと思いました。

丘山振興会では他にも事業を行っているそうです。詳しくは、ホームページ(丘山振興会-HOME|Facebook)をご覧ください。

(広報委員 吹野恭一)



小野の交差点

### 地域福祉は仲間づくりから! チャリティ総額 133,313円

#### ～第14回とうがね社協チャリティゴルフコンペ～

スポーツを通じた仲間づくりから地域福祉活動のためのつながりをつくることを目的として開催し、71名の参加がありました。1人で申し込みをされた方でも同じ組になった方々と和気あいあいと交流されていました。次回のご参加もお待ちしております。また、ゴルフコンペに際し、多くのご協賛をいただきました。ありがとうございました。

#### ゴルフコンペ協賛団体・個人

サンピア東口岸本薬局/とんかつみつはし/(株)二木ゴルフ東金店/安崎際物店/(株)西川園/(株)太平堂/辻井印房/日本郵便(株)東金新宿郵便局/フランス割烹竹田屋/谷乃井商事(株)/(株)新千葉カントリー倶楽部/南総通運(株)/パラメディカル(株)/三橋寿し店/(株)松半/(株)竹屋/(株)千葉興業銀行東金サンピア支店/(株)三宅孵卵場/(有)三河屋/安藤興業(株)/銚子商工信用組合東金支店/リフラット(株)/会席亭かくじゅう/若林順子/荻野明美/植松憲一/川嶋正明/片岡一徳/北田兼久(敬称略、順不同)



まっすぐ飛んでいけ～!

始めようボランティア

# ボランティアセンター



「ボランティア活動がしたい」「ボランティアを紹介してほしい」「どんな活動があるのか知りたい」お気軽にどうぞ!

開館時間…………… 9:00~17:00

開館日…………… 月~金曜日  
(土、日、祝日及び17時以降の利用は、届出が必要)

ボランティア相談… 13:00~17:00

東金市田間三丁目9番地1 ふれあいセンター2階  
Tel:52-5198 Fax:52-8227

E-mail:togane.shakyo@cronos.ocn.ne.jp

## ボランティアセンターからのお知らせ

### 災害ボランティアセンター立上げ訓練

災害が起きた時に、被災地でのボランティア活動を円滑に進めるための拠点として「災害ボランティアセンター」があります。

- 日時 平成31年1月27日(日)9:00~13:00
- 会場 ふれあいセンター栄養指導室ほか
- 講師 ちばレスキューサポートバイク
- 内容 ①災害ボランティアセンター立上げに関する説明  
②災害ボランティアセンター立上げ訓練
- 定員 50名程度
- 参加費 無料
- 持ち物 動きやすい服装、飲み物  
(非常食の試食体験があります)
- 申込 ボランティア・市民活動センター  
(☎52-5198)



### 手話ボランティア養成講座「手話でこんにちは」

聴覚障がいについて知り、共に地域で暮らすために自分に出来る事を考えましょう。

- 日時 平成31年3月16日(土)14:00~16:00  
平成31年3月30日(土)14:00~16:00
- 会場 ふれあいセンター視聴覚室
- 講師 山武郡市聴覚障害者協会
- 内容 聴覚障がい者の生活について  
身近な手話のレクチャー  
※講座の一環として、3月23日(土)にふれあいセンターで開催される手話サークルへの参加を推奨しています。
- 定員 25名
- 参加費 500円
- 申込 ボランティア・市民活動センター  
(☎52-5198)
- 締切 3月8日(金)



## 災害ボランティアセンターって?

~東金市防災フェスタ~

11月25日(日)、東金市中央公園で「東金市防災フェスタ」が開催されました。社会福祉協議会では災害ボランティアセンターの体験ブースを設置し、被災地に行った時、どのような流れでボランティア活動へ出発するのかを体験していただきました。参加者には、災害ボランティアである事を示す名札シールを貼り、会場内を回ってもらいました。

地震や豪雨災害が話題となる今日、災害ボランティアへの関心も高まっています。1月27日にも、ふれあいセンターで災害ボランティアセンターの立上げ訓練を行います。「災害ボランティアに興味があるけれど何から始めたらいいかわからない!」という方は、ぜひご参加ください。



被災地での流れを体験

## ふれあいサロン活動者情報交換会

市内でふれあいサロンや交流事業に取り組んでいる方々を対象とした情報交換会です。楽しくおしゃべりしながら、同じように活動する仲間と学びませんか? ボランティアやサロン活動に興味のある方も是非ご参加ください。

- 日時 平成31年2月5日(火)10:00~12:30
- 会場 ふれあいセンター栄養指導室
- 内容 ①講演「転倒の原因とその予防」  
~みんなで考え、見て、体験する~  
講師 理学療法士 廣瀬 達也氏  
②お弁当の宅配についての説明及び試食
- 参加費 無料
- 申込 東金市社会福祉協議会(☎52-5198)
- 締切 1月22日(火)

VOLUNTEER CENTER VOLUNTEER CENTER VOLUNTEER CENTER

## とうがね社協におたより

### クイズに答えてクオカードをもらおう!!

次の①~⑥までの内容を記入の上、ハガキまたはEメールにてご応募ください。抽選で10名の方にクオカード(500円分)をプレゼントいたします。なお、結果の発表は、当選者への発送をもって代えさせていただきます。ちなみに、前回の応募数は20通でした。

- ①クイズの答え ②氏名 ③年代 ④住所 ⑤電話番号
- ⑥社会福祉協議会、あるいは福祉だよりへのコメント

第1問 第10回東金チャレンジフェスタのサブタイトルは?

第2問 丘山振興会が行った運動の名前は?

第3問 第14回チャリティゴルフコンペのチャリティ金額は?

締切:1月31日(木)消印有効  
ヒント:福祉だよりをよく見てみよう



## 社協のつづやき

本号が平成での発行の締めくくりであり、しかも150号の記念号になるということに大変意義深さを感じます。明治・大正・昭和・平成と続き、新元号は、さて何となるのでしょうか?

「人生100年時代」を迎えた現在、豊かに生きていくには生涯にわたって健康なづくりや地域づくり・社会教育の推進が不可欠です。超スマート社会の実現に向けて、人工知能(AI)やビッグデータの活用などの技術革新が益々加速されます。時代の変化に対応した福祉活動が一層求められていると感じる、新春です。(広報委員 中田成気)

## 生活習慣病予防食 No.68

主菜 鶏ひき肉の包み焼き

- 材料(4人分)
- A 鶏ひき肉 …………… 360g
- 卵 …………… 1個
- 塩 …………… 小さじ2/3
- オクラ …………… 8本(100g)
- 油揚げ …………… 4枚
- たまねぎ …… 中1/2個(100g)
- パプリカ(赤)… 1/2個(80g)
- サラダ油 …………… 大さじ2
- しょうゆ …………… お好みで
- からし …………… お好みで
- サラダ菜 …………… 適量



### ■作り方

- ①ボウルに(A)を入れ、粘り気が出るまで混ぜ合わせる。
- ②オクラはラップに包み、500wの電子レンジで1分加熱し、がくを切って縦半分にする。
- ③たまねぎとパプリカは縦半分にして薄切りにする。
- ④油揚げをまな板の上に置き、上から菜ばしを押しえながら転がす。油揚げの長い方の1辺を残し、残りの3辺に切り込みを入れ本のように開いたら、ザルの上のせて熱湯をかけ、油抜きをする。
- ⑤油揚げを広げた上に、①の鶏ひき肉をのせて広げる。
- ⑥鶏ひき肉の上にオクラ、たまねぎ、パプリカを並べ、油揚げを元の形に折り合わせる。
- ⑦フライパンに油大さじ1を熱し、油揚げを2つ入れ、弱火で中まで火を通す。取り出して油大さじ1を熱し、残りの2つを焼く。
- ⑧まな板の上に取り出し、食べやすい大きさに切って、サラダ菜とともに盛り付ける。好みで、からししょうゆをつけて食べる。

1人分の栄養価  
エネルギー: 294kcal  
たんぱく質: 20.0g  
脂質: 17.8g  
塩分相当量: 1.1g



水野桂子 (東金支部) 石橋喜代子 (嶺南支部)

鶏肉には たんぱく質が含まれ、油揚げにはカルシウムが含まれます。

東金市食生活改善協議会