

すまいる祭り今年も開催!

今年のアトラクションはサンドアートパフォーマンス!

障がい者週間(12月3日～9日)を前に、誰もが楽しめるイベントを開催します。国内外で活躍中の『サンドアートパフォーマンス集団 SILT』

さんをお招きし、鑑賞だけでなく貴重なサンドアート体験もできます。チーバくん、かまたん、であふも遊びに来ますよ♪ビンゴ大会では、夢の国チケットなどをご用意しています!

日時 令和元年11月30日(土) 12時～16時

会場 総合福祉保健センター6階
(手話通訳・要約筆記あります)



鎌ヶ谷

社協 だより

令和元年11月8日 第108号

発行……社会福祉法人
鎌ヶ谷市社会福祉協議会
〒273-0195
鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷2-6-1
総合福祉保健センター5階
TEL.047-444-2231
FAX.047-446-4545

【サンドアートとは…】

ガラス面に砂を撒き、その下から光を当てて表現する芸術の一種です。光と影によって砂絵を描き、その砂絵を次々に変化させることで物語をつくります。

【サンドアートパフォーマンス集団 SILT の活躍 (一部)】

- ・嵐の相葉雅紀氏へサンドアートパフォーマンスを指導
- ・ケツメイシのサンドアートミュージックビデオを制作
- ・コブクロ全国ツアー帯同パフォーマンス など多数!

千葉県PR
マスコットキャラクター
チーバくん



かまたん

であふ

シリーズ 東京2020 No.4



HOST VENUE

2020年、千葉県にオリンピック・パラリンピック競技大会がやってくる!

今号では、千葉市幕張メッセで開催されるパラリンピック競技の「テコンドー」を紹介します。

この競技は、上肢に障がいがある選手を対象とするキョルギ(組手)と、知的障がいがある選手を対象とするブムセ(型)の2種目がありますが、東京2020パラリンピックでは、キョルギ(組手)のみが実施されます。

【歴史】

パラリンピックのテコンドーは、比較的新しい競技の一つです。2009年に初の世界選手権が開催され、これ以降毎年開催されるようになり、参加選手も増加しました。2015年には、2020年東京パラリンピックでの採用が正式に決定されました。



協力 一般社団法人全日本テコンドー協会

【基本的なルール】

試合は八角形のコートで行われ、試合時間(2分×3ラウンド、インターバル1分)や、装具もオリンピックと同じですが、胸部への蹴り技だけが有効な攻撃となります。

技の有効性の判定は、選手が胸部に装着している電子防具で行われ、正しい位置に基準値以上の強さで蹴りが入るとポイントが加算されます。

【魅力とみどころ】

ダイナミックな蹴り技だけでなく、相手の蹴りをガードする上肢の防御力も勝利のための大切な要素です。

選手によって、上肢障がいの状態が異なるため、体の使い方にそれぞれの個性や工夫が見られます。

また、階級内で体重などの差が大きく、一般に大柄な選手のほうが長い足を活かして有利に攻めることができますが、小柄な選手も戦術やガードを含めた体の使い方などで勝利を収めることができます。

体格差だけでは測れない勝利の行方にも注目です。

【競技日程】

2020年9月3日(木)から9月5日(土)<幕張メッセ>

※パラリンピックの開催期間は2020年8月25日(火)から9月6日(日)
(掲載 千葉県)



©Tokyo2020

歳末
たすけあい



地域で支援を必要とする人のために～歳末たすけあい募金にご協力ください～

10月1日から赤い羽根共同募金運動がはじまり、12月1日からは歳末たすけあい募金運動が始まります。皆様からご協力いただいた募金は、年末年始に支援を必要とする人のために配分されます。昨年度は、皆様のあたたかい思いやりの気持ちから3,683,885円の募金が集まりました。

◇鎌ヶ谷社協だよりは、自治会のご協力で配布しています◇

● これからの地区社協の事業等予定 (令和元年12月～2年3月) ●

中央東地区社協 (☎442-5144)

- 12月1日(日) 地区ふれあい祭り〈クリスマス会〉
- 12月17日(火) 介護予防教室〈軽体操+歯科講座〉
- 12月21日(土) 青少年福祉活動〈年賀状書き〉
- 1月15日(水) ボランティア支援活動〈シーツ交換〉
- 1月22日(水) サロン(翔友会)
- 2月18日(火) 介護予防教室〈健康体操〉
- 2月19日(水) ボランティア支援活動〈シーツ交換〉
- 2月26日(水) サロン(翔友会)
- 3月18日(水) ボランティア支援活動〈シーツ交換〉
- 3月25日(水) サロン(翔友会)



中央地区社協 (☎442-5145)

- 12月3日(火) ふれあいサロン
- 12月11日(水) 体操教室
- 12月11日(水) 駅前つくも会交流会
- 12月19日(木) 南初富あゆみ会交流会
- 1月7日(火) ふれあいサロン
- 1月28日(火) 茶話会「新年会」
- 2月4日(火) ふれあいサロン
- 3月3日(火) ふれあいサロン
- 3月6日(金) ウォーキング
- 3月24日(火) 茶話会
- 3月25日(水) 富岡むらさき会交流会
- 3月25日(水) 町組アシスタンスグループ交流会



東部地区社協 (☎442-5141)

- 12月13日(金) 移動児童館
- 12月20日(金) ふれあいサロン「すみれ」
- 12月24日(火) ミニリハビリほのぼの会
- 1月17日(金) ふれあいサロン「すみれ」
- 1月18日(土) 福祉講座(車いす体験等)
- 1月29日(水) 移動児童館
- 1月31日(金) 乳幼児支援ラテアート
- 2月21日(金) ふれあいサロン「すみれ」
- 3月11日(水) 移動児童館
- 3月24日(火) ミニリハビリほのぼの会



南部地区社協 (☎442-5143)

- 12月18日(水) さわやかライフ体操教室
- 12月18日(水) 南部ふれあいの集い
- 1月22日(水) 介護予防教室(チェアヨガ)
- 1月22日(水) 南部いきいきサロン
- 2月10日(月) 南部芸能交流大会
- 2月13日(木) 孫の手ボランティア研修
- 2月14日(金) 親子セミナー(ビューティーストレッチ)
- 2月19日(水) さわやかライフ体操教室
- 3月1日(日) 南部公民館まつり
- 3月18日(水) さわやかライフ体操教室
- 3月18日(水) 南部いきいきサロン



西部地区社協 (☎047-389-6061)

- 12月5日(木) 健康づくりの会「わかば」(体操)
- 12月5日(木) サロン「梨の花」～くぬぎ山開催
- 12月19日(木) 在宅介護者のつどい
- 1月11日(土) 昔あそびの会
- 1月30日(木) オレンジ交友会(認知症予防の会)
- 2月7日(金) サロン「梨の花」～北初富開催
- 3月5日(木) オレンジ交友会(認知症予防の会) ラフターヨガ
- 3月5日(木) サロン「梨の花」～くぬぎ山開催
- 3月7日(土) 中島一郎先生体操講習会



北部地区社協 (☎442-5142)

- 12月9日(月) サロンほ・く・ぶ
- 12月21日(土) 健康体操
- 1月18日(土) 健康体操
- 1月27日(月) サロンほ・く・ぶ
- 2月3日(月) サロンほ・く・ぶ
- 2月14日(金) 友愛訪問
- 2月29日(土) 健康体操
- 3月9日(月) サロンほ・く・ぶ
- 3月21日(土) 健康体操



福祉サービス案内

「必要な相談・情報・支援が得られるしくみ」を促進するために、地区社会福祉協議会では「福祉サービス案内」を行っています。福祉にかかわる情報を知りたい時や行政等の相談窓口がわからない時には、ご相談ください。専門機関、窓口などをご案内いたします。

中央地区 TEL 442-5145
中央東地区 TEL 442-5144
東部地区 TEL 442-5141
西部地区 TEL 047-389-6061
南部地区 TEL 442-5143
北部地区 TEL 442-5142

時間はいずれも
火～土曜日
9時～16時

第2層協議体活動(生活支援体制整備事業)の状況

○鎌ケ谷市から委託を受け、平成30年度には北部圏域と東部圏域に第2層協議体を設置し、自治会関係者、民生委員児童委員、地域包括支援センター職員等の参画により、それぞれの協議体で地域の課題を絞り、今後の課題解決への方策等について話し合いをすすめています。

①北部圏域(たすけあい活動あさか)

・「地域のつながりの希薄化」を課題とし、啓発用チラシの作成。また、「買い物難民」支援となるような、買い物マップ作成への取組み。

②東部圏域(東部地区第2層協議体)

・圏域内の自治会が実施したアンケートを基に、小地域でのサロン活動の促進と地域内でより活用しやすい「相談先一覧」の作成。

※令和元年度9月から南部圏域においても、自治会などの協力の基に、第2層協議体を設置し、話し合いが始まっています。



「ふれあいサービス」 ご存知ですか？

ふれあいサービスは、市民の皆様のご協力を得て「たすけあい活動」による、家事援助や簡単な介助などのサービスを有料で行う会員制のサービスです（介護保険サービスではありません）。高齢者や障がいのある方、産前産後でお困りの方など、日常生活にお困りの方が「利用会員」となり、地域から参加した「協力会員」が家事援助を行います。

問合せ先：鎌ケ谷市社会福祉協議会 ☎ 047-444-2231

◎利用会員

日常生活でお困りの高齢者、障がいのある方、産前産後の子育て世帯など

（サービス内容）

- ①家事援助：買物・掃除・洗濯・調理・布団干し・簡単な繕いもの
②介助：食事・着替え・排泄等の介助、通院（市内）の付添い、見守りなど

年会費	1,000 円（年会費）	基本料金	700 円（1 時間）
利用日時	月～土曜日 9 時～17 時	利用時間	1 回最大 3 時間まで

◎協力会員

健康で活動に関心のある方。たすけあいの気持ちがあれば資格不要。活動ごとに配分金支給。

（協力会員募集・研修会日程）※登録をお考えの方もご参加いただけます。

	日 時	内 容
1	11 月 11 日（月） 10～12 時	講義・実習「子どもとのコミュニケーションづくり」 説 明「さまざまな相談窓口」
2	1 月 28 日（火） 10～12 時	ワークショップ「産後うつへの対応について」 実 習「新生児の対応」

<活動例>

- ・足が不自由で、週 1 回買い物をつたのみたい。
- ・足腰に持病があり、月に 2 回そうじをつたのみたい。
- ・産後に手助けが見込めないため、体調が回復するまで家事援助を頼みたい。

<協力会員の声>

- ・家事援助を通し、高齢者の気持ちや赤ちゃんの笑顔にふれることができます。

*会場は、総合福祉保健センターです。

ひとりで抱え込まないで…「在宅介護者のつどい」に参加しませんか？

在宅で、家族の介護に携わっている方が、同じように介護と向き合っている方々と一緒に集える場があります。日常の生活で、介護の不安や携わっている方のつらい気持ちなどをさらけ出し、同じ境遇の仲間同士でわかり合えることができる場でもあります。少しでも今の気持ちが楽になれるよう、お気軽に参加してみたいはいかがですか。◇申込先：社会福祉協議会（☎ 444-2231）、市高齢者支援課（☎ 445-1141）

（1）リフレッシュ事業の開催

月日	曜日	内 容	月日	曜日	内 容
11 月 15 日	金	手工芸	12 月 18 日	水	X マスコンサート
1 月 21 日	火	新年交流会	2 月 13 日	木	手工芸
3 月 9 日	月	健康講演会			

（2）参加者同士の話し合いなど（茶話会）

※市高齢者支援課の協力により、参加者の健康相談や福祉情報の提供などもあります。

※会場は、総合福祉保健センターです。 ※時間は、10 時から 12 時

<参加者の声>

- ・介護の話が出来て良かった。
- ・参加者との交流で少し元気になった。



善意銀行 ありがとうございました

令和元年6月10日～令和元年9月27日
(敬称略・順不同)

寄 付 者	使 途	金額・品名
鎌ケ谷市ダンススポーツ協会	福祉のために	55,116 円
徳田 訓康	福祉のために	502,310 円
故 徳田 恒茂さんの遺族	地区協活動のために	600,000 円
茂野製麺所	高齢者の配食活動のために	そば・そうめん各 20 束
マルエイ南鎌ケ谷店	福祉のために	27,264 円
(株) ヤマナシ商事	福祉のために	108,410 円
小林 朗子	福祉のために	タオル 291 枚



制服リユース



ご自宅に不要になった制服は眠っていませんか？制服リユースでは、不要になった制服を必要な方に無償でお譲りしています。

利用したい方

希望の制服をお問い合わせください。
在庫はホームページで確認できます。

譲りたい方

市内中学校の制服のみ（クリーニングや洗濯済みのもの）



広告募集

鎌ケ谷市社会福祉協議会では、「鎌ケ谷社協だより」に広告掲載企業を募集しています。全戸配布のメリットをいかして宣伝してみませんか？

- 年 3 回発行（6 月・11 月・3 月）
- 掲載料 1 万円（寸法 90 mm × 50 mm）
- 全戸約 32,000 部配布
- 次回の発行は令和 2 年 3 月予定
（応募締め切りは令和 2 年 1 月 10 日まで）
- ホームページにも掲載されています

お問合せ先 ▶ ☎ 444-2231（社会福祉協議会事務局）



千葉県知事許可 21313 号
株式会社 齊藤造園土木
〒273-0121 千葉県鎌ケ谷市初富172-7

TEL 047 (444) 3510 (代)

Mail アドレス：info@saito-z.com

造園部

庭木・庭石・芝・黒土販売・竹垣・花壇・造園一般
管 手入・伐採・除草・消毒・年間契約管理

土木部

お住まいの廻り ブロック工事・石積・車庫工事・カーポート・物置
土地の有効利用に
造成・埋立・擁壁・間知積・家屋解体・コンクリート工事
とび工事・舗装工事

報告 夏休み福祉体験

今年度も障がい福祉への理解を深めるこの福祉体験には、小学生から大学生55名が参加し、各参加団体の代表から一人ひとりへ「福祉体験参加証明書」が手渡されました。

おもちゃの図書館「あ・そ・ぼ」

小さな子どもたちと遊べて、すごく楽しかったです。想像していたより、とても楽しかったです。



整理ボランティア コスモスの会

使用済みの切手で福祉活動ができることを知れて、これから私も寄付しようと思いました。また、切手の貼り絵もとても楽しかったです。



点訳友の会

とても楽しく学ぶことができました。とてもわかりやすく教えてくださって、良い経験になりました。



手話サークル「みどりの会」

看護師さんになりたく勉強中です。いつもは本で学習していますが、今回活きた手話を教えてもらって大変勉強になりました。



災害救援

ボランティアネットワークロープの結び方など、毎日やって覚えた方が良かったと思います。新聞紙で作るスリッパも勉強になりました。



ゆうゆう四季の会

わからないことが多くて驚きました。これからは、少し社会に目を向けていきたいと思いました。



リーベン鎌ケ谷

私のおばあちゃんがこのような施設に入っています。普段どんなことをやったか感想を聞いていたので、自分でも手伝いが出来たのは良かった。



ケアセンターそよ風

身近で話せる空間で、たくさんお話を聞けて本当に楽しかったです。



ボランティア募集

No.	団体名等	内 容	活動場所	活動日時など	備 考
1	友愛ボランティア (配達)	独居高齢者宅へ安否確認を兼ねて、手作りのお弁当を届けます	市内	月に2～3回。不定期ですが、3か月前には活動日が確定	配達は、徒歩・自転車・車のいずれかで活動
2	保育ボランティア	生後6ヶ月～未就学児の保育	総合福祉保健センター・こども発達センター	主に平日の午前または午後の2時間程度	子育ての経験を活かして活動できます！
3	施設ボランティア	施設で使用するウエスを裁断します	幸豊苑	毎月第3金曜日午後	現在、男性1名、女性6名活動中
		将棋や囲碁の相手します	市内各施設	月1～2回程度	趣味を活かして活動できます！

ボランティアセンター 通信

総合福祉保健センター5階
問い合わせ TEL(442)2940
FAX(446)4545

開所時間

月～金曜日：午前9時～午後4時

ボランティア豆知識

頑張りすぎず、あきらめず、竹のようにしなやかに
(令和元年度ボランティア入門講座講師 後藤和夫氏)

友愛ボランティア チャリティーバザーのお礼

10月5日(土)第42回バザーが開催されました。

バザー売上金と寄付金は、851,243円でした。この収益はひとり暮らしの高齢者へのお弁当作りに役立てます。市民の皆様のご支援とご協力ありがとうございました。



集めています

ボランティアグループや施設で使います。ご協力をお願いいたします。

- ・ウエス用布(不要になったTシャツやゆかた、シーツなど木綿の布)
 - ・使用済み切手(切り取る場合は、切手の周囲約5mm以上の余白を残してください)
 - ・アクリル毛糸
 - ・花の苗や種
- ※磁気カードの回収は終了しました。

予告

ボランティア活動スキルアップ講座は令和2年1月末、市民ボランティア体験学習(後期)は2月頃を予定しております。詳細につきましては鎌ケ谷市社協HPでお知らせいたします。