



北部地区社協だより

No. 65

2025年（令和7年）

9月1日発行

発行 ● 北部地区社会福祉協議会 事務局 ● 鎌ヶ谷市佐津間631（北部公民館内）
電話・FAX ● 047-442-5142 編集 ● 広報委員会



○ 住み慣れた場所でいつまでも健やかに

★ 健康体操



北部地域では住み慣れた地域でいつまでも健やかに暮らせるように健康運動指導士 MACHIKO先生による健康体操を行っています。心身共にリフレッシュしながら運動機能低下防止と転倒予防対策をして健康長寿を目指しています。



棒を使って全身を優しく擦ることで、血行促進と代謝アップが期待できます。ご自身の体調を確認しながら、無理なく体操に取り組みやすい状態へと導きます。基本は椅子に座ったまま行える、どなたにも優しい体操です。



問い合わせ先

☎ 047-442-5142

北部地区社会福祉協議会（留守電可）
会場：アウル鎌ヶ谷ネクスト



北部地区社協の活動範囲は 栗野自治会・佐津間自治会・軽井沢自治会 です。



元気アップ教室



会場：アウル鎌ヶ谷ネクスト

第1回 ▼5月14日(水) ★今日から始めるらくらく体操

健康運動指導士 浅沼美那子先生による座ったまま出来る転倒防止の運動を教えてもらいました。皆さん和気あいあいと楽しみました。21名の参加でした。



第2回 ▼6月11日(水) ★健康チェックデイ

血圧、血中酸素濃度、握力、足指力、そして骨密度の測定と、日頃気になっていることの相談等皆さん充実した様子でした。今回は初富保健病院が行うレスパイト入院の説明や、個別相談も行いました。26名の参加でした。



第3回 ▼7月9日(水) ★音楽鑑賞会

第一部は鎌ヶ谷ハーモニカアンサンブルによる演奏、昔懐かしい歌を皆さんで合唱 第二部は八丈太鼓さつま会によるダイナミックな太鼓さばき、参加者の方々にも叩かせてもらい、皆さん一帯となつての楽しい時間でした。29名の参加でした。





イベント情報



Yoga

子育て支援事業



★青空ヨガ

- 日程** 9月11日・10月9日・11月13日(全木曜日)
場所 アウル鎌ヶ谷ネクスト5階(北部公民館横)
時間 10時～11時30分
対象 20代～50代位までの女性(定員20名)
持ち物 室内履き、マスク、ヨガマット
 (マットが必要な方は貸出しあり)



お申込み先(電話 又は WEB)

☎ 047-442-5142

北部地区社会福祉協議会

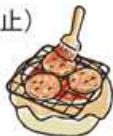


● 栗野児童センター共催

★おせんべい焼き

- 日程** 11月15日(土)
場所 栗野コミュニティセンター
 駐車場(雨天中止)
時間 10時～
詳細

お菓子釣り・飲み物の販売
 10月掲示自治会掲示板、チラシにて



● 栗野児童センター共催

★バスボム作り

- 日程** 11月27日(木)
場所 栗野コミュニティセンター
時間 10時～11時30分
 保育付き(定員10名)

お申込み・詳細

10月24日発行
 なかよしだより11月号にて



● 鎌ヶ谷市・子育て子育て支援サイト

★かまっこ応援団



最新情報・詳細

かまっこ応援団

検索

北部地域イベント報告



▼7月19日(土)

★防犯パトロール すいか割り

午前中、栗野、佐津間、軽井沢の各集合場所から、防犯パトロール協会の皆さまと一緒に北部小まで歩きました。その後みんなですいか割り! 暑い中お疲れ様でした!



★さつま盆踊り

夕方、アウル鎌ヶ谷ネクスト広場にて沢山の子供達や家族連れの方々がご来場くださいました。浴衣姿の踊り子たちの息もぴったり。地域が輝く1日になりました。



▼8月15日(金)

★軽井沢盆踊り

おしゃらく踊りと、匠太鼓の迫力ある音色で活気にあふれ、出し物の周りには子供たちが集まっていました。





北部地区第2層協議体

地域の活動の場 交流の場所

たすけあい活動

あさか



短冊に願いをこめて



佐津間小規模活動

座ってできる軽体操&脳トレなど



リハビリ講師による体操

高齢者支援課による
認知症予防のおはなし



粟野小規模活動

ふらっと寄ってみよう会



保健師による熱中症予防のおはなし

北部地域では地域により身近なサービスが提供できるよう、小規模活動として市の職員や包括支援センターの職員に出向いてもらい、サービスの紹介や相談などを行っております。地域の身近な拠り所として、気軽にお越しください。詳しくは下記までお問合せください。



☎ 047-442-5142

北部地区社会福祉協議会(留守電可)



① □に＋かーを入れて計算式を完成させてください。

7□3□1+4=9

② ○に適切な語句を入れてください。

「花の中三トリオ」と呼ばれた三人は、山口百恵、○○○○、森昌子である。

脳トレクイズ

土曜田祭 ② + - ① 丕景