

ふくし

もくじ

- 福祉の出前講座…………… P3
- 社協支部活動の紹介…………… P4
- 災害ボランティアセンターってなあに?… P5



ほんもののふくっぴー★クイズ★



上の絵の中に色々なふくっぴーがいっぱいいるよ！
でも、よ〜くみるとニセモノのふくっぴーがまじっているぞ！
ほんもののふくっぴーはどれでしょう？耳の形や色に気を付けてネ！
※ただし、真ん中のふくっぴーはのぞくよ。

詳しくは、
8ページの
ふくっぴー
クイズへ

- 企画総務課・地域福祉課 ☎452-4161
- ボランティア・市民活動センター ☎451-7899
- ボランティア情報 24 時間テレホンサービス ☎452-3999
- 在宅福祉課 ☎453-3838
- さくらの家 ☎451-3566

H P <http://www1.seaple.ne.jp/nashakyo/>

習志野市社協

検索

E-mail nashakyo4@seaple.ne.jp



編集発行 社会福祉法人 習志野市社会福祉協議会広報委員会
〒275-0025 習志野市秋津 3-4-1 総合福祉センター内
電話 047 (452) 4161 (代) FAX 047 (451) 8211

新年のご挨拶

『誰もが自分らしく地域で安心して暮らし続けるために』



新年あけましておめでとうございます。

市民の皆さまには、すがすがしい気持ちで希望に満ちた平成 25 年の新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

また、社会福祉協議会の活動に深いご理解と格別のご支援、ご協力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、政治や社会経済情勢が激動している中、社会福祉を取り巻く環境も年々厳しさを増しています。本格的な少子高齢化が進行する中で、家庭環境の変化に加え、生活意識の多様化が進んでおります。

また、経済の低迷する状況にあっては、経済的困窮や社会的孤立の状態にある方々や障がいを持つ方々などが可能な限り地域社会において自立した生活ができるようにという理念が唱えられております。

地域福祉の課題や問題の解決には、住民や行政、関係団体などと連携し、地域の繋がりを深めることが必要であることは言うまでもありません。

多様なニーズを持つ方々ができるだけ地域社会との関係を絶たずに生活できること、それは行政から提供される福祉サービスや家族からの支援だけではなく、地域社会が支えることが大切であり、それには、生活圏域を同じくする地域において活動していただいております地域の皆さまのお力こそが必要であると思っております。

社会福祉協議会では、市民の誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくりをめざし、住民参加や協働に基づいた地域福祉活動を推進していきたいと考えていますので、より一層のご支援とご協力をお願い申し上げます。

結びに、皆さまのますますのご健勝とご多幸をお祈り申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。

習志野市社会福祉協議会 会長 ^{かいほう} ^{よしたね} 海寶 嘉胤



赤い羽根共同募金 歳末たすけあい募金の御礼



赤い羽根共同募金の 60%は市内の地域福祉に、40%は県内の福祉施設等に役立てられます。

歳末たすけあい募金は、市内の地域福祉に 100%役立てられます。

ご協力ありがとうございました。

千葉県共同募金会習志野市支会



ふくっぴーが地域のイベントに参加しました！

ほく、ふくっぴー！みんなに会うために、習志野の地域イベントにたくさん参加してきたよ！

一緒に写真を撮ってくれるお友達、握手してくれるお友達がたくさん集まってくれたんだあ。

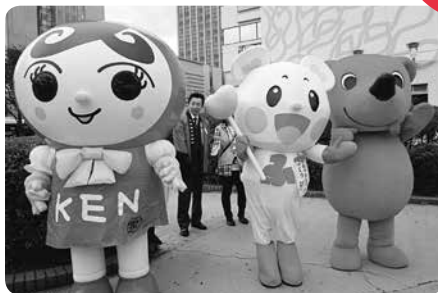
ふくっぴーうれしいなあ♥

もっともっとたくさんのお友達と会えるようにふくっぴーは、今年もがんばるよー！

ふくっぴー
握手しよー♪



赤い羽根街頭募金 H24.10.1



福祉ふれあい祭り H24.11.3



実籾ふる里祭り H24.11.3

ふくっぴーも
参加



2月2日(土) 谷津西部連合町会の餅つき大会に遊びに行く予定だよ！
みんな握手をしてね♥

想いを届ける。

福祉の出前講座

習志野市社協では、地域で感じた『障がい者や高齢者についてのなぜ？なに？』に対して、日頃『生活を知って欲しい』という想いで活動している下記の団体をご紹介します。

なお、詳細は団体により異なりますので、講座を依頼したい場合は社協へお問合せください。

【問合せ】地域福祉課

★出前講座一覧表

分類	団体名	講座の内容・テーマ
障がい	千葉県オストミー協会	オストメイト（人工肛門・人工膀胱保有者）、内部障がいを理解しよう
	習志野市視覚障害者福祉協会	見えないことの大変さ、見えることのすばらしさ
	習志野市自閉症協会	地域で生活する自閉症児・者に対する理解と支援
	習志野市聴覚障害者協会	聴覚障がい者の生活について
	習志野市手をつなぐ育成会	地域で生活する障がい児・者に対する理解と支援
	習志野ダウン症児・者親の会あひるの会	ダウン症とは？ ダウン症児・者との上手な付き合い方
	習志野八千代心の健康を守る会	精神障がい者を抱える家族の活動
高齢	認知症の人と家族の会千葉県支部	認知症の方に対する理解と支援
平和	習志野市原爆被爆者の会	被爆体験と平和の大切さ
障がい・高齢	習志野市社会福祉協議会	高齢者疑似体験、車イス体験、アイマスク体験

★出前講座活用法★ ～あなたの地域に届けます～

今までご利用いただいた一例をご紹介します。

①まちづくり会議での利用

～習志野市視覚障害者福祉協会～

谷津西部まちづくり会議では『障がいを理解する』ことを目的として、研修会を行ないました。協会の会員にお話しいただいた後にアイマスク体験も実施し、視覚障がい者の見えないことの大変さを学びました。

②町会の老人会での利用

～習志野市原爆被爆者の会～

袖ヶ浦4丁目町会の老人会では月例教養講座に『被爆体験と平和の大切さ』を題目として話しを聞きたいという声があり、会の方をお願いしてお話しいただきました。

老人会のメンバーも戦争体験者であり、当時を思い出して、今の時代のありがたさを感じました。

③ボランティア講座での利用

～習志野市自閉症協会～

ボランティア・市民活動センターで実施した「サポートボランティア養成講座」の中で、受講生に向けて会の方からお話しいただきました。受講生からは「生活のしづらさを知ることができた」「まちで困っている障がい者への声かけの仕方など具体的な接し方を聞いてよかった」との感想がありました。





社協支部活動

ひとり暮らし老人食事サービスの紹介

津田沼北部支部

場所 津田沼1丁目町会会館内
問合せ 津田沼北部支部 ☎474-5537
 (開所日時 毎週月・水・金曜日 午前10時～午後4時)



津田沼北部支部では第五中学校のご厚意で調理室をお借りして、支部事業の大きな柱である食事サービス事業を年8回行なっています。

年間を通し、敬老会、クリスマス会の会食のほか、ひとり暮らしの方、昼間ひとりである方に対し、お弁当を自宅に届ける配食サービスを行なっています。「献立づくりや衛生面には細心の注意を払っています」とおっしゃるのは支部長の高橋勝さん。配食10日前の献立会議に始まり、買い物、下ごしらえ、料理と綿密に練られた年間計画のもとで行なわれています。

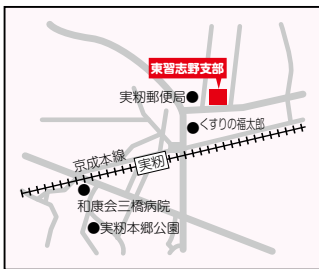
そして、支部のボランティアの方々が届けるお弁当には第五中学校の「福祉厚生委員会」の生徒たちが書いたお手紙が添えられてあり、利用者の方々はそのお手紙を楽しみにしているようです。時には、お弁当箱を引き取りに行った際、お手紙の返事を受け取ることもあるそうです。地域の中で、ひとり暮らしの高齢者と第五中学校の生徒との心温まる異世代交流が行なわれています。

社協支部では、ひとり暮らしの高齢者に対し食事サービスを通して、ふれあい活動、安否確認などを行なっています。



東習志野支部「ふれあいお食事会」

場所 東習志野コミュニティセンター3階
問合せ 東習志野支部 ☎493-0449
 (開所日時 毎週火・木・土曜日 午前10時～午後4時)



開会は、午前10時30分。まずは、来賓の方や町会の方々による歌や踊りなどの出し物をみんなで楽しめます。お食事会の直前は、お待ちかねの参加者全員による「みんなで唄おう」のコーナーです。この日は「里の秋」や「紅葉」をみんなで歌いました。

楽しい演芸の裏側では、9時から地域の食事ボランティアの方々が集まり、“あうん”の呼吸でいろんな食材を使った、たくさんのおいしいお弁当を手作りしています。12時には、参加者、発表者、ボランティアが一堂に会してお弁当をいただきます。手作りのお弁当と出し物で、お腹も心もほっと満たされる、あたたかいふれあいお食事会です。

東習志野支部の「ふれあいお食事会」は、東習志野コミュニティセンター2階の和室で行なわれます。

「友達も参加しているので、いつも楽しみに来ています」「体調が優れず、遠出ができなくなりましたがここなら家から近いから来られる。本当に楽しみ」と参加者の方がお話ししてくださいました。



年8回あるお食事会に、東習志野地域の7つの町会が交代で出し物を発表します。この日は東習志野3丁目町会による発表でした。

※食事サービスの対象となられる方は、地域の民生委員、高齢者相談員、支部長の三者で協議しています。
 詳しくはお問い合わせください。 【問合せ】 地域福祉課



習志野市総合防災訓練に参加しました

災害ボランティアセンターってなあに？

災害ボランティアセンターとは、大規模災害の際に、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設置されます。東日本大震災でも大きな被害のあった被災地に立ち上げられ、多くのボランティアに支えられ運営されています。

「習志野市地域防災計画」には、「社会福祉協議会を運営主体として、ボランティア本部（仮称）を設置する」と記載されています。大規模災害の際には、**習志野市社会福祉協議会、習志野市災害対策本部、千葉県社会福祉協議会、災害支援関係団体などの関係機関と迅速に協議をして災害ボランティアセンターの設置を決定し、連携を取りながら災害ボランティアセンターを運営します。**

平成 24 年 10 月 28 日に開催された習志野市総合防災訓練では、災害ボランティアセンターの PR を行ないました。その一部をご紹介します。

《災害ボランティアセンター活動の流れ》

①受付

ボランティア活動希望者は、ボランティアセンターに来て受付、ボランティア保険に加入します。



受付

②オリエンテーション

「服装や持ち物はOKですか？」
「体調は良好ですか？」などを確認します。ボランティア活動の心得も学びます。



オリエンテーション

③ボランティア活動の決定

被災された方々からの要望に対して、支援に必要なボランティア活動者を結びつけます。

習志野市総合防災訓練で災害時のボランティア活動の流れを体験していただきました。

④ボランティア活動

依頼場所に移動し、被災された方々からの要望に合わせて、ボランティアが復旧、復興に関する活動を行います。



3.11当時
市内でのボランティア活動

⑤活動報告

活動が終了したら、ボランティアセンターに戻り活動の報告をします。その日に終わらなかった活動は、翌日以降もボランティアが引継ぎ、活動します。



東日本大震災では、ボランティアを募集し、災害復旧に関するボランティア活動を実施しました。

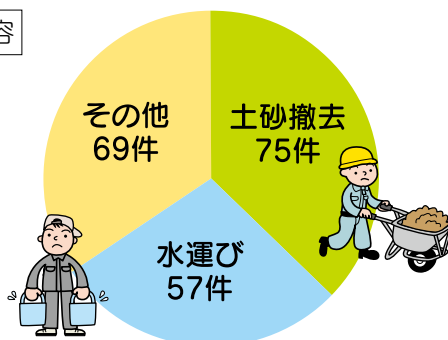
ボランティア登録者数 延べ 567 人

- ・男性 369 人 (65%)、女性 198 人 (35%)
- ・小学生から 80 代までの方が参加
(※原則として市内居住者を募集)

ボランティア派遣件数 延べ 201 件

- ・住宅街の道路側溝に溜まった土砂撤去
- ・階段のある団地に住む高齢者宅への水運び
- ・自宅内の食器棚破損物等の片付け など

派遣内容



ボランティア派遣対象は、高齢者などの災害弱者を中心として、住民からのニーズ及びボランティア登録状況に応じて範囲を拡大しました。

【問合せ】 地域福祉課 ☎ 452-4161

ふくっぴーショップ(売店)が移転しました。



市役所本庁舎移転工事に伴い、社協で運営している売店も、市民課の奥に移転しました。10月から開始した専用ワゴンでの「タイムセール(午前11時～午後1時)」では、ワゴンの中の商品がどれでも**100円均一!**ぜひお立ち寄りください。



今までの位置

現在の位置
(市民課棟の中)



お菓子や
カップ麺
お買い得商品が
スラリ

今年も開催します！
第15回

さくらまつり

日時 3月7日 午前9時45分～午後3時30分まで
8日 午前10時～午後3時30分まで
9日 午前10時～午後3時まで

会場 老人福祉センターさくらの家(総合福祉センター内)

オープニングセレモニー(午前9時45分～)

コーラス・カラオケ・韓国語・グランドゴルフ(福祉交流広場)
太極拳デモンストレーション・市民交流囲碁広場

3月7日(木)

3月8日(金)

フラダンス・詩吟・映画会

3月9日(土)

レクフォークダンス・社交ダンス・大正琴・民謡

展示

写真・書道・絵手紙・編み物・パッチワーク・手芸ボランティア作品

販売

地元産新鮮野菜と季節の花・鉢植え[花の実園]
赤飯(7日(木)のみ若干数)[料理サークル]
おでん(9日(土)のみ)[習志野市自閉症協会]



【問合せ】 さくらの家 ☎ 451-3566

さくらの家 看護師みやきの



養生訓

人生八十数年、いつまでも健康で長生きしたいと思うのは世の常です。ね～☆

歴史をひも解くと健康ブームは江戸時代にもありました。

～長生きの秘訣、教えます～

今回、天下のご意見番「水戸黄門」も実践した薬膳料理にスポット！

春の薬膳を作るコツは・・・

風邪は『ふうじゃ』風の邪気と書くように症状がコロコロと変化・進化し、ほかの症状を連れてきますので厄介です。春は風邪を追い払う発汗作用のあるものを摂りましょう。

発汗作用のある食材：しそ、生姜、シナモン、ネギ、ゴボウ、ミント等

体が
あたたまり
ます

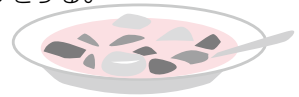
5分で作れる薬膳スープ！

ネギ：2本(白い部分) 香菜又は三つ葉：1束 生姜：スライス2～3枚 卵：1個 チキンスープ：4カップ 塩、コショウ：適宜

■作り方

- 1.生姜は皮を洗い皮付きのままスライスして千切り。ネギは4～5センチ幅、香菜は2～3センチ幅に切る。
- 2.鍋にチキンスープ、生姜、ネギを加えて沸騰、柔らかくなったら塩、コショウで味付けをする。
- 3.最後に溶き卵を入れ、ふんわり表面に浮いてきたら火を止め、器に盛り香菜を散らす。

この薬膳はぞくぞくと寒気が強いタイプの風邪に合う。
高熱のある時は大根、白菜、豆腐、ミントなどの食材を組み合わせるのがベターです。



前号のお詫びと訂正について

「ふくし習志野」平成24年10月1日発行において誤りがございました。正しくは次のとおりです。

正誤表

ページ	箇所	誤	正
4	谷津西部	秋まつり	敬老事業 秋まつり
〃	秋津	秋まつり	秋津まつり
〃	袖ヶ浦	マジックショー	口笛演奏、手作りコーナー
〃	屋敷	芙蓉園まつり	芙蓉園文化祭
〃	谷津	75歳以上の高齢の方と子どもたちとの交流	高齢の方と子どもたちとの交流
〃	実羽	正午～午後4時	午前11時～午後4時
6	鷺沼台支部	問合せ ☎471-5559	問合せ ☎471-8101

読者の皆さま、ならびに関係者の皆さまに多大なご迷惑をおかけいたしましたこと深くお詫び申し上げます。

要予約

高齢者特設相談「さくら相談」

相談無料

専門のアドバイザーがお悩み解決のお手伝いをします。

内容	会場	開催日	時間	問合せ
行政書士による 遺言・相続相談	総合福祉センター内 「さくらの家」	毎月 第3木曜日	各相談とも 午後1時30分 ～3時30分	「さくらの家」 ☎451-3566 ※相談に関する資料 などがあればご持 参ください。 ※秘密は守ります。
元弁護士による 法律相談	■対象：市内在住の 60歳以上の方 ■要予約：各相談3名まで ※相談は1人 40分程度	毎月 第4木曜日		

第6回SUZUKI AWARD(地域社会貢献賞)

鈴木金属工業株式会社(東習志野7-5-1)は、平成20年に創設70周年を記念して「鈴木金属工業地域社会貢献賞(愛称:SUZUKI AWARD)」を創設しました。

社協では、**地域福祉推進を図るために市内で社会貢献活動をしている団体または個人を公募**のうえ、選考委員会で1団体または1個人を選考します。受賞者には、鈴木金属工業株式会社より表彰状と活動援助資金(団体30万円・個人10万円)が授与されます。募集要項等は社協ホームページにも掲載しています。ふるってご応募ください。

【問合せ・連絡先】企画総務課 【申込締切り】2月28日(木)



過去の受賞団体紹介

- むつみおもちゃ図書館
- 朗読サークル 言の葉会
- 習志野点字の会
- ビューティーケア習志野
- 竹青の会

福祉巡回車を寄贈いただきました!

千葉県生命保険協会様より福祉巡回車(軽自動車)を寄贈いただきました。

車輛は在宅福祉事業推進のために利用させていただきます。

ありがとうございました。



福祉寄贈式 H24.11.30

ひとくちメモ

特別会費のご協力をお願いします。

地域で取り組む様々な福祉活動(子育てサロン・住民参加型家事援助等サービスなど)には、皆さまの会費が役立てられています。

市内の個人・団体・企業の皆さまに、特別会員(会費)として、地域福祉活動にご支援・ご協力をお願いしています。

金額年間1,000円以上
【問合せ】地域福祉課

ご協力ありがとうございました (敬称略)

平成24年8月1日～平成24年10月31日にご協力いただいた方々

金銭寄付 熊谷孝子 公平喜代子 藤代政則
神谷会 健康マージャンセブン 習陶会 新鮮市場マルエイ新習志野店 新鮮市場マルエイ薬台店 鈴木金属工業株式会社 ボートピア習志野(株式会社 テックエステート) もみじ歌舞まつり実行委員会

物品寄付 明治安田生命労働組合

平成24年9月13日～平成24年10月31日にご協力いただいた方々

東北関東大震災義援金 習志野市総合防災訓練募金箱 ライブコンサート「絆」実行委員会

眼をひく広告、
伝わるデザイン。

広告制作・各種印刷・デザイン

SINCE 1968 株式会社
KEIYO ADVERTISING AGENCY 京葉広告社

〒277-0025 千葉県柏市千代田3-15-15
TEL 04-7166-4411 FAX 04-7166-4413
info@keiyo.net http://www.keiyo.net

新築 増改築 修繕

お住まいのリフォーム

住まい相談室 日動建設に
お任せください!

住まいのトータルプランナー 建築・不動産・売買・仲介

Nichido 日動建設株式会社
〒274-0805 千葉県船橋市二和東6丁目16番12号
TEL.047-449-2366 FAX.047-449-2334
ホームページ http://www.nichido-kensetsu.com/ Eメール mol@nichido.sakura.ne.jp

■全国宅地建物取引業保証協会会員 ■千葉県宅地建物取引業協会会員
■千葉県知事免許(8)第7984号 ■建設業登録(般-19)第29626号

習志野市内は**5,000円**以上で配達致します

慶のお弁当は手作り中心に、老若男女、誰にでもご満足いただけるよう豊富なメニューをご用意しております。(650円～)

お弁当1個につき、お茶又は水(ポトル)をサービス!!

料理長イチオシ 人気商品

「祭」 「五目ご飯弁当」

047-440-3880

24時間配達承ります! 詳しくはお電話にてお問い合わせください。

有限会社 慶
本社所在地 〒340-0023 埼玉県草加市台塚町1514番地
工場所在地 〒274-0806 千葉県船橋市二和西2-24-10
TEL 047-440-3880/FAX 047-440-3890 営業時間 午前9:00～午後7:00

掲示板



新春賀詞交歓会

当日直接会場へ
どなたでも参加できます

新春の清々しい雰囲気の中、ともに喜びを分かち合いませんか。

- ふるってご参加ください。
- 日時** 1月8日(火)午前11時30分～午後1時
(受付午前11時～)
- 会場** 習志野文化ホール ホワイエ
- 会費** 4,000円(当日受付でいただきます)
- 内容** 雅楽演奏、獅子舞・お囃子、お楽しみ抽選会ほか(軽食あり)
- 主催** 習志野市、習志野商工会議所、習志野市社会福祉協議会
- 問合せ** 企画総務課

運転ボランティアの会主催 運転ボランティア養成講座

一緒にボランティア活動しませんか？

運転ボランティアは、公共の交通機関では外出困難な方々を、病院や施設等に車イスのまま福祉車輻で送迎するボランティア活動です。



- 日時** 3月2日(土) 午前9時～正午
- 会場** 総合福祉センター2階 研修室 ほか
- 内容** 福祉車輻の操作・車イスの操作
- 対象** 運転ボランティアに興味がある方
※運転免許証をお持ちでない方でも、付き添いボランティアとして活躍中です！
- 持ち物** 運転免許証(お持ちの方のみ)、筆記用具、動きやすい服装
- 主催** 習志野市「運転ボランティアの会」
- 申込み** 2月15日(金)までにボランティア・市民活動センターへお電話ください。

編集すんで、夜が明けて...

お正月は日本ならではの遊びがいっぱい。「福笑い」や「すごろく」そして「かるた」など、皆で集まって遊ぶと楽しいものばかりです。最近ではあまり見かけなくなった遊びも、ぜひこの機会に、色々楽しんでみてはいかがでしょうか。

新しい一年の始まりを楽しく笑顔で過ごせますように。
(E)

第36回 あじさいクラブ 联合会作品展

あじさいクラブの会員の皆さんが、一年間かけて制作した手芸・工芸・写真、絵画等の作品を多数展示いたします。



- 皆さま、お誘いあわせのうえご来場ください。
- 日時** 1月22日(火)～25日(金)
午前9時～午後4時(25日は正午まで)
- 場所** 総合福祉センター1階
さくらの家 多目的ホール
- 出品品目** 手芸・工芸・陶芸・写真・絵画等

相談料無料 心配ごと相談所 秘密厳守

「どこに相談にすればいいのかわからない」と悩まずにお気軽にお越しください。心配ごと相談員が相談に応じ、必要によって関係機関を紹介しています。一人で悩んでいることも、話すだけで気持ちが楽になるかもしれません。

会場	開所日	時間
サンロード6階「市民相談室」	毎週月・火・水・木曜日	予約不要 各会場とも 午後1時～4時 (受付:午後3時30分まで)
東習志野コミュニティセンター3階「講義室A」	毎月第2土曜日	
総合福祉センター2階「相談室」		
電話相談 ☎451-9494		

※開所日が祝日の場合は、お休みです。

ふくっぴー★クイズ★



Q 表紙の絵(A～Hのうち)ほんもののふくっぴーはどれでしょう？※ただし、真ん中のふくっぴーはのぞくよ。

- ①A ②B ③C ④D ⑤E ⑥F ⑦G ⑧H

答え・住所・氏名(ふりがな)・連絡先を書いて郵送(消印有効)、FAX、Eメールのいずれかで1月31日(木)までに応募してね。正解者のうち5名の方にエコバック『おでかけふくっぴー』をプレゼント。正解及び当選者は「ふくし習志野」4月1日号で発表するよ。

前号の正解と当選者
《正解》②ふくっぴーバッジ
《当選者》安藤ふみさん、望月博さん、中馬好昭さん、斉藤富喜子さん、山形直美さん
おめでとうございます。