



「富里地域ふるさと協議会」は、JR 柏駅から南柏駅に位置する 7 つの町会で構成されています。近隣センターを拠点に、町会の垣根を越えて、福祉活動や地域住民の交流を図り、住みよい生活環境づくりをめざして活動しています。

発行：富里地域ふるさと協議会・富里地区社協部会
http://www.fk-tomisato.net/

編集・制作：広報部 koho@fk-tomisato.net
お問 合 せ：TEL 04-7173-9531 (富里近隣センター)

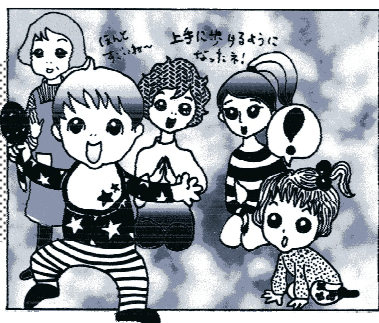
地域で応援！子育て広場 お母さんと幼児が集う「どんぐりすくすくクラブ」

とみさと子育てサロン「どんぐりすくすくクラブ」は、月 2 回柏三小と豊小で開かれている未就園児とその保護者を対象にした遊びの広場です。柏三小で「こどもルーム」を建設する際、「地域でも活用してもらいたい」と柏市からの要請があり、地域の方々に関わる場として平成 19 年の 11 月に誕生しました。地区社協部会児童保健福祉部が運営を担当し、子育て経験のあるボランティア、健康づくり推進委員、民生委員、各町会長など男性も含めたボランティアが、毎回 10 人ほどサポートに参加。4 月と 8 月には両校の 6 年生も小学生ボランティアとして協力しています。この 1 年間で約 950 人のお母さんが訪れています。

未就園児の子育ては第一子ともなると不安とプレッシャーの毎日。ともすると家に閉じ籠りがちになって、気付くと社会から孤立してしまうことも。「そんな時こそ地域の方のサポートで、子供を遊ばせながらお母さん達の情報収集の場として活用していただきたい」と、責任者の児童福祉部長、中嶋明子さんは話します。



子育ての悩みを経験のあるボランティアの方や、お友達になったママに気軽に相談できる。家で遊ぶよりたくさんおもちゃがあるので、子供が喜ぶ。たくさん遊ぶとお昼寝もたくさんしてくれて、その間家事がはかどる、とお母さんたちに好評でした。幼稚園や保育園、小学校に入る頃、この時期知り合いになったお友達がいると、きっと心強いと思います。



1 月 14 日柏三小で開かれた「すくすくクラブ」を訪ねてみました。開催時間は 10 時～11 時 30 分。その間ならいつでも自由に参加出来るので、子供の機嫌に合わせてくれて気負い無く来る事が出来ます。この日は町会長 2 名を含む 8 人が遊びに来た子供達を出迎えてくれました。滑り台やボールで遊び、最後には力のいるお片づけや掃除までしてくれる心強いサポーターです。ハイハイから歩き始めて間もない 1 歳前後の、公園に行くにはまだ心配というお子さん中心に、18 人の親子が参加して終始賑やかに遊んでいました。

平成 27 年 4 月～9 月予定

三小 こどもルーム	豊小 こどもルーム
* 4 / 1 (水)	* 4 / 16 (木)
5 / 13 (水)	5 / 21 (木)
6 / 3 (水)	6 / 18 (木)
7 / 1 (水)	7 / 9 (木)
* 8 / 5 (水)	* 8 / 20 (木)
9 / 2 (水)	9 / 17 (木)

※は、富里近隣センターにて開催

☆対象 就園前の乳幼児とその保護者

☆時間 午前 10 時～11 時 30 分

27 年度も 4 月から始まります。事前の予約はいりません。ぜひ気軽にお出かけください。

なお子育て支援ボランティアを募集中。年齢、性別は問わないとのこと。

問合せ

児童保健福祉部 中島部長 TEL090-5537-1569

健康と医療のお話し

柏市の在宅医療 ・ 子供への AED ・ 骨粗しょう症の予防

在宅医療を考える (12 月 12・13 日)

高齢者が増え続け、病院や施設の受け入れが限界に近づいています。一方、住み慣れた自宅で最後まで医療を受けたいというのが多くの人の願い。国や柏市が取り組んでいるのが在宅医療を実現するための環境づくりです。

昨年 12 月に行われた地区社協部会の地域の勉強会から、在宅医療についての報告です。



勉強会では、柏市保健福祉部の吉田さんが講師として、柏市の実情や方向性をわかりやすく解説。在宅で医療を受けるためには、地域の病院や医院

(かかりつけ医)、薬局や薬剤師、介護施設といった関係者の密接な連携のための環境づくりが不可欠です。さらには 24 時間在宅ケアシステムの高齢者住宅の整備、地域での見守り活動の強化などが実現して、はじめて可能になるのです。

柏市では「地域包括ケアシステム」の具現化を進めており、将来は医療、介護、予防、住まい、生活支援サービスが提供され、いつまでも住み慣れた地域で最後まで暮らすという社会の実現をめざしています。

市のこうした政策により、在宅医療に取り組む医師の増加、訪問看護ステーションの増加、在宅で医師の看取りを受けた方の増加など、少しずつですが成果を上げています。柏市豊四季台に設けられた「柏地域医療連携センター」も、昨年 4 月から本格的に稼働し、訪問を行う主治医の紹介や在宅医療、介護などの相談にも応じています。

(勉強会は 12 月 12 日、13 日に富里近隣センターなど 4 会場で行い、計 114 名が受講しました)。

赤ちゃんを救う救命講座 (12 月 2 日)

いざという時に子供の命を守るための救命の講習会が、近隣センターで開かれ、小さな子供連れのお母さんら 26 組が参加。柏市東部消防署員の指導で、心臓マッサージのしかた、AED (自動体外式除細動器) の扱い方などを学びました。

ふれあいまつり開催 (3 月 14 日)

地域にふれあいの輪を広げようという、ふるさと協議会恒例の「ふるさとふれあいまつり」が、富里近隣センターの全館で行われました。



目玉のリサイクルバザーの会場は会議室。地域の人の提供による衣類、ブランド物のバッグ、雑貨、陶磁器などがズラリ。この催しもすっかり定着し、破格値の掘り出し物を探す人でにぎわいました。売り上げは福祉基金として地域の福祉に役立てられます。

日本では年間に約 6 万 5 千人が「心臓突然死」で亡くなっています。不慮の事故が死亡原因の上位にあり、子供の場合は水におぼれたり、誤飲のケースが多い。



お母さんにとって、とっさの対応が必要なわけで、AED がそばにあり、それを扱えば命が助かる確率が高くなります。

AED は電源を入れると音声で操作方法を説明するので、初めてでも使用できます。電気ショックが必要かどうか自動的に判定する仕組み。同署では「講習会などで一度は体験して、いざという時に備えては」と呼びかけています。

骨粗しょう症に負けるな! (1 月 17 日)

「背中が曲がった」「背が縮んだ」「腰が痛い」こんな症状が出たら、「骨粗しょう症」の疑いがあるので早めの受診を。近隣センターで行われた生活環境部の医療講演から、原因や予防法などを紹介します。講師は柏厚生総合病院の理学療法士の



小澤直史さんら。日本の骨粗しょう症の患者は 1300 万人。骨量が減って骨がスカスカになり、ちょっとした動作でも骨折してしまうとか。加齢とともに患者は増え、

女性に多い病気で、とくに 50 歳を過ぎた女性に多く発症しています。背骨の圧迫骨折では、なんと 60% の人が痛みを感じないといわれています。「知らないうちに背骨が折れている」、こわいですね。

予防には運動と食事。小澤さんは「適度な運動刺激で骨量を増やすこと。手軽にできるのは片脚立ちを左右 1 分ずつ、1 日 3 回やると効果的。牛乳など乳製品や小魚でカルシウムをしっかりと、バランスのよい食生活を心がけて」とアドバイスしています。

当日は、47 名の受講者全員の姿勢チェック、立ち上がりの筋力チェックなどがあり、自分の姿勢や筋力のことを知るよい機会となりました。

裏庭は「こども広場」。ベーゴマ、お手玉といった昔の遊びや、輪投げ、ストラックアウト、など競技っぽいゲームに子供たちも夢中に。

和室では主にシニアが集まって演芸大会。カラオケ、詩吟、フラダンス、舞踊、合唱など、熱唱や演技に盛んに拍手が。

駐車場は模擬店に。各専門部が担当する焼きそば、おにぎり、豚汁、おしるこなどのお店が並び、おまつり気分を盛り上げました。この催しは地区



社協部会が中心になり、協議会の役員、委員、民生委員、子供会の父母、中原中の生徒ら計約 120 人がそれぞれのイベントをサポートしました。

街の清掃を 30 年 「柏市ふるさと賞」の永本さん (2 月 28 日)

第 1 回の「フェスタ 2015」で新設された「柏市ふるさと賞」(柏市ふるさと協議会連合会制定)。富里地区で受賞したのは、街の道路の清掃を 30 年間も続けている永本至さん(豊西)です。

道端にゴミがあるのに誰も拾わない。2 日たっても、3 日たってもそのまま…。これは、昭和 59 年 9 月、東京へ転勤のため大阪府豊中市から、いまの住まいの柏市豊町に引っ越してきて、通勤のため常磐線南柏駅へ向かう道路の風景。

これからずっと住むことになる町が、こんなありさまでは我慢ができないと、「だれもやらないなら、自分が片づけよう」と思ったのが、30 年にも及ぶ清掃の始まりでした。週に 2 回ほど、1 時間早起きして道路を掃除し、それから出勤するという生活を 71 歳で現役を引退するまで、17 年も続けました。

その後も自由になった昼間の時間帯、ゴミ収集

がある火曜日と金曜日に合わせて、掃除を続けています。範囲は南柏駅付近から線路沿いに柏方面へ向かう延長 1.5 キロ

ほどの道路。チラシを貼り合わせて作った独特のゴミ袋にゴミを入れる風景は、町内でも多くの人が目にしています。秋の落ち葉の季節に側溝に落ちた葉を拾うのはかなりの重労働のようですが、「できるうちは健康なんだと思って…」と 84 歳とは思えない若々しさ。作業する姿からは「街をきれいに」という永本さんの熱い思いが伝わってくるようです。



「フェスタ 2015」開催 (2 月 28 日)

柏市ふるさと協議会連合会主催の「フェスタ 2015」が 2 月 28 日、柏市中央公民館で開かれました。住みよい地域づくりを進



めるための「ふるさと協議会」は柏市内に 20 団体あり、それぞれが特色を生かした活動をしています。その成果などを発表し合い、共有することで、これからの地域づくりに役立てようという、連合会としては初のイベント。

全協議会の活動報告や資料を展示したパネル展、「自然、環境」「地域の見守り活動」「多世代交流」をテーマとした分科会では各協議会が取り組んでいる事業の発表や意見交換が行われました。

また、地道な活動で地域の支えとなった 10 個人と 5 団体に「柏市ふるさと賞」が贈られ、富里では永本至さん(豊西)が受賞しました。

サロンボランティアの交流会 (2 月 18 日)



アの代表者らが集まり、近隣センターで交流会を開きました。

サロンは地域の高齢者のふれあいの場。各サロンとも手芸、囲碁、将棋、歌、ゲーゴルゲーム、健康体操などのほか、ただおしゃべりをしたり、時には“出前講座”で介護問題などを勉強したりと活動は多彩。

これをサポートしているのがボランティアの皆さんです。他の地域に比べ活発だと評価されてい

「ゆうゆうサロン」「豊友サロン」「緑ヶ丘ふれあいサロン」「緑ヶ丘おしゃべり会」「朝日サロン」のボランティア

ますが、ここでもボランティアの高齢化や人数不足が悩みの種。次代を担う若手にぜひ参加してもらいたいという声が多かったようです。地域ボランティア部長の伊藤清さんは「必要とされることの喜びを皆さんといっしょに味わいたい」と話しています。

豊町ふるさと会館で防災訓練 (1 月 24 日)

会合や催しなどで地域の人がいつも利用する同会館。万が一に備えての防災訓練が、東部消防署員の指導で行われました。水消火器を使った初期消火訓練、119 番の通報訓練など参加者全員が体験。ビデオによる避難誘導法の解説もありました。

このあとアルファー米の作り方や試食も。50 食分の米が、お湯を注げば 15 分ほどで、ほかほかのごはんに早変わり。豊町東町会婦人部によるカレーライス「ふふうのお米と変わらない」と参加者に好評でし



防災訓練：餅つき大会 (2 月 15 日)



緑ヶ丘町会では、二本松公園で、柏市消防局の消防車と起震車が出動して、防災訓練を実施し

ました。子供も大人も水消火器の操作を学びました。また、起震車では具体的に阪神淡路大震災、東日本大震災等、震度 7 クラスの揺れを体験し、より防災意識が高まりました。

訓練後は餅つきに移り、お昼をはさんで全員つきたての餅を楽しみました。

牛乳パックで椅子づくり (12 月 4 日)

牛乳パックを利用した、ユニークな正座のための椅子づくりの講習会が近隣センターで開かれました。



種井耐子先生の指導で、25 名の参加者が手芸のひとつときを楽しみました。10 個のパックを切って亀甲型に組合せ、表面を布のカバーでおおえば出来上がり。軽くて丈夫な牛乳パックの椅子は、体重をしっかりと支え、お尻の下に当てれば正座も苦にならない優れものです。

介護する人にシクラメンを (12 月 24 日)

富里地区社協部会では、介護 3 以上の人を自宅で介護している方に、シクラメンの鉢植えを贈りました。今回の対象者は 57 人。クリスマス



の日に担当の民生委員がそれぞれの家庭を訪れ、「いつもおつかれさまです」と鉢を渡して、日頃の労をねぎらいました。

鉄道博物館を見学 (1 月 22 日)

地区社協部会の研修は、役員、サロンボランティア等 31 名が参加して、埼玉県さいたま市大宮地区にある鉄道博物館を見学しました。明治

時代初期から現代までの鉄道技術やシステムの変遷、歴史を知ることができ、とくに時代を物語る多数の実物車両が展示され、小学生から大人まで多数の見学客でにぎわっていました。

1958 年 (昭和 33 年) まで活躍した「弁慶号機関車」、1914 年 (大正 3 年) の製造で初期の山手線や中央線を走った「ナデ 6110 形式電車」、1964 年 (昭和 39 年) の東海道新幹線初の「0 系 21 形式新幹線電車」など、鉄道ファンならずとも興味深い車両の数々。また、大きな回転台に乗った「C57 形式 135 号蒸気汽関車」が、現役当時と同じ汽笛の合図で、ゆっくりと 1 回転するイベントもあって、童心に帰って楽しむことができました。

首都圏外郭放水路研修 (2 月 13 日)

地下 50 メートルに川が流れている？。防犯協会富里支部と協議会防災部共催の研修で訪ねたのは、埼玉県春日部市にある「首都圏外郭放水路」です。

中川、綾瀬川流域は地盤が低く、水がたまりやすい地形で、過去何回となく洪水被害を受けてきました。これら中小河川の洪水を地下に取り込み、

江戸川に流すための施設。

5 本の「立坑」から取り込んだ水は、地下 50 メートル、延長 6.3 キロものトンネルを通り、「調圧水槽」で水量を調節し、

1 秒間に 25 メートルプール 1 杯分の水を巨大ポンプで放水するという、世界最大級の地下放水路です。見学したのは「調圧水槽」。116 段の階段を降りると目の前に巨大な柱の群。高さ 18 メートル、重さ 500 トンの柱が 59 本林立している風景は、まるで映画の地下神殿のようで、見る者を圧倒します。

平成 18 年の完成以降は、大雨の際の浸水面積や浸水家屋の数も大幅に減っているそうで、流域の防災に力を発揮しています。

**新春囲碁大会 (1 月 25 日)**

恒例の新春囲碁大会は、今年で 30 回目。会場の近隣センターには、日頃から囲碁を楽しんでいる 14 名が参加し、静かな内にも熱い戦いを繰り広げました。



優勝 伊藤健二さん (富里)
2 位 森 亨 さん (豊東)
3 位 大垣信雄さん (豊西)

お知らせ

柏三小入学式	4 月 9 日 (木)
豊小入学式	4 月 9 日 (木)
協議会総会	5 月 9 日 (土)
ニュースポーツの集い	6 月 13 日 (土)

+++++ 編集後記 +++++

協議会の年度末のイベント、「ふれあいまつり」も無事終了。リサイクルバザーでの買い物、演芸会への出演や見物など、地域の人とのふれあいの一日となりました。会場の近隣センター裏庭の「こども広場」では、中原中の生徒 12 人がボランティアとして児童の遊び相手をしてくれました。お兄さん、お姉さんと一緒にあって、児童たちもいつになく楽しげでした。1 面で紹介した「どんぐりすくすくクラブ」でも、柏三小、豊小の 6 年生が、時々幼児らの遊びのお手伝いをしています。

地域の次の時代の福祉を担うことになるボランティアの若い芽が確実に育っています。

(広報部)