



# よつばだより

印西市社会福祉協議会 NT 中央北支部  
活動場所：フレンドリープラザ（木刈 4 丁目）

北地区の皆さんお元気にお過ごしでしょうか。コロナ禍による不便な日常生活は既に 3 年になろうとしています。マスクなしのごく普通の日々が過ごせる日が、一日も早く来て欲しいと誰もが願っています。そして以前の様に、友人とお茶を飲み或いは食事会を気兼ねなくやりたいものです。

このコロナ禍の状況の下でも、社協北支部としては理事一同が知恵を出し、皆さんとのつながりを保つべく工夫・努力をしていますので、お互い辛抱しながら協力して参りましょう。

理事一同



## 1. 令和 4 年度の理事名簿

次の 14 名で本年度は各事業を進めて参りますので、何か要望事項がありましたらご連絡ください。よろしくお願いいたします。

大和 雅子	小倉台 4	46-5353	本田 薫	木刈 4	46-2165
松崎比呂美	木刈 6	46-7116	木村 弘	木刈 4	46-2067
関村 芳美	木刈 4	47-2023	矢治 正男	戸神台 2	47-6588
金久 悦規	小倉台 3	47-3928	塩谷 忠嗣	小倉台 3	47-1469
中辻 明子	小倉台 3	080-1303-5683	渡邊 松夫	大塚 3	45-9483
白岩 三郎	木刈 4	46-1543	岡村 伸治	大塚 3	46-7030
川上 育史	木刈 1	46-3877	瀬川 裕介	小倉台 3	090-5495-9876

## 2. 令和3年度の事業実績

- (1) 定例理事会 毎月第一(水)に実施。
- (2) よつば茶房 フレンドリープラザ使用不可のため、代案として感染対策を行い折り紙をしながら秋のひと時を楽しんだ。10/8実施。
- (3) よつば昼食会 誕生月の該当者にバースデーカードを送付した、暑中見舞い・Xmasカードをお届けした。「お花見ウオーキング」を春・秋に実施。
- (4) ふれあい麻雀教室 コロナ禍のため中止していたが、R3. 12とR4. 1の2カ月実施。参加者 24名
- (5) よつばだより 計画通り、R3. 9、R4. 1発行 各7,800部。
- (6) 理事・ボランティア研修会(2回 9/24、3/8) 参加者 35名
- (7) 交通安全・防犯教室(12/3) 参加者 14名
- (8) 高齢者が安心して過ごすための研修会(10/29、3/11) 参加者 40名
- (9) 健康講座 健康のために、ニュースポーツ「モルック」を新規事業として開始。  
(2/25) 参加者 16名
- (10) 木刈中・木刈小・小倉台小のふれあいの集いはコロナ禍のため中止。

(よつば茶房)



(モルック競技)



## 3. 参加のお誘い “よつば茶房再開します！”

コロナ禍のため休止していた「よつば茶房」を、6月より新たな形式で開始します。  
お散歩がてら、ひと休みにお立ち寄りください。

日 時：6月20日(月) 13:30～15:30

毎月第3月曜日(8月、12月はお休み)

場 所：フレンドリープラザ 集会室1

定 員：15人 北地区在住の60歳以上の方ならどなたでも。

参加費：100円

○飲み物はペットボトル飲料、お持ち帰り用菓子は個別包装の市販品を用意しています。

○感染予防にパーテーションを使用し、テーブル、イスなどを消毒します。

○満席の場合は、別室でお待ちいただきます。

また、混雑状況により、入室順に順次ご退席をお願いすることをご了承ください。

○フレンドリープラザ入館の際には、マスクの着用、検温、手指消毒液の利用、利用者名簿の記入をお願いします。

♪皆さんのお越しをお待ちしております♪





#### 4. 募集 “高齢者が安心して過ごすための研修会”

日時：6月24日（金）10：00～11：30

場所：フレンドリープラザ 多目的ホール

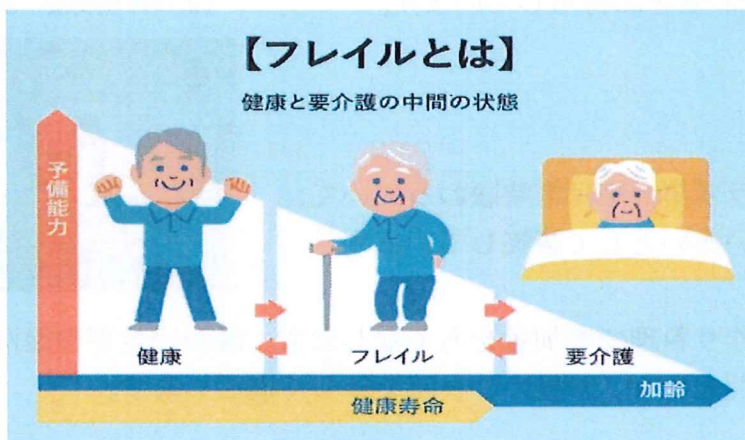
内容：フレイル予防って何？ 健康状態のチェック、運動と栄養

講師：印西市健康増進課 保健師 管理栄養士

申込：5月25日（水）から 松崎(46-7116)、岡村(46-7030)、大和(46-5353)

定員25人に達し次第締め切ります

フレイルとは健康と要介護の中間の状態をいいます。フレイルを予防するには適度な「運動」と「栄養バランス」のとれた食生活、そして「社会活動への参加」が重要になります。元気でいられるコツが盛りだくさんのお話しを、一緒に聴いて取り入れてみましょう。



#### 5. 講座参加の募集

“ちょいとボランティア” ～地域福祉活動を知って、みんなとつながろう～

「何か」「少し」「きっかけ」があればしてみたいけれど…とボランティアに関心のある方に、まずは、身近な地域福祉の取り組みをご紹介しますと企画を立てました。その第1弾に、社協（社会福祉協議会）の活動について知ってもらう講座を開催します。ぜひご自身の今後に活かし、つながる機会にしてみませんか。ご参加をお待ちしています。

日時：7月1日（金）10：00～11：30

場所：フレンドリープラザ 多目的ホール

内容：社協ってなあに？

講師：印西市社会福祉協議会 沼崎 達氏

定員：25人（定員に達し次第締め切ります）

申し込み：5月25日（水）から 川上(46-3877) 大和(46-5353)



\*本事業は、千葉ニュータウン中央北地区夏祭り清算委員会から  
当支部に委託された指定寄付金を活用する一事業になります。

\*今後の講座予定

認知症サポーター養成講座～中学生編～（夏休み中を計画）

## 6. 中央北地区の女性の皆さんへ

### “女性理事応援のお願い”



コロナ禍の大変な状況が依然として続いており、かつての平穏な日々早く戻って欲しいと誰もが願っています。

現在のコロナ禍でも、私たちは地域の皆さんとの繋がりを保つよう努めているところです。しかし、よつば茶房やよつば昼食会などの事業はマンパワー不足のため、女性理事に過度の負担がかかっている実態となっています。少しでも皆さん方のご協力をお願いしたいと願っています。

現在は、コロナ禍のためよつば昼食会は休止しておりますが、再開の際には以前通りの賑やかな内容で行えるよう準備しております。

社協北支部の事業内容につきまして下記の通りご説明しますので、女性理事のお手伝いをしてみたいと思われる方は、電話で問い合わせをお待ちしています。

(よつば昼食会 調理中)

主な事業の概略をご説明します。

- よつば茶房

月一度の開催でフレンドリープラザ集会室は常時賑わっていて、コーヒー等を飲みながら和気あいあいとして談笑しています。

- よつば昼食会

女性理事がメニューを考え、手作り料理で参加者をもてなします。温かい食事の後は、ピアノに合わせて懐かしい昭和歌謡の時間となり、お昼のひと時を楽しく過ごします。

- ふれあい麻雀教室

人気のある事業で、脳トレとしても役立つ初心者健康マージャンです。

- 地域の学校との交流会

木刈中・木刈小・小倉台小の生徒・児童と高齢者とのふれあいの集いです。高齢者はコマ回しなどの昔の遊びを教え、一方生徒・児童は合唱やダンスを披露してくれ、参加者全員がやさしい気持ちになります。

- 日帰りバス旅行

年一度大型バスで時節に応じた場所を訪ね、非日常の時間を楽しんでいます。

- その他に印西市、印西警察、地域包括支援センターなどから講師をお招きして、交通安全・防犯教室、地域住民のための研修会を行っています。また健康講座としてフィンランド発祥の「モルック」というニュースポーツで体力づくりを行っています。



待ってま～す

大和 46-5353

松崎 46-7116