



発行  
志津地区社会福祉協議会  
発行人 横山幹雄  
編集 広報事業部  
事務所 佐倉市中志津2-32-4  
西部地域福祉センター内  
TEL 460-1781 FAX 463-4169



バザー



本部



手作り品



ポップコーン

第28回  
ふれあい福祉まつり  
令和4年11月20日

ひさしぶりの開催です。  
駐車場では食べ物の他、  
農産物、福祉委員及び中  
小学生の手作り品を販売。  
残念ながら城内での飲食  
はできません。  
建物内ではバザー、演  
芸、ゲームコーナーがに  
ぎわいました。



赤飯



焼きいも



焼きそば



炊き込みご飯



飲み物



農産物



中学生の手作り品



ゲームコーナー



演芸コーナー



# 志津車座・2

1月15日、志津公民館4階にて8自治会の代表者が参加して、志津車座が開催された。

話し合われた問題点及び解決方法

### ①向こう三軒両隣問題点

- ・マンションの為、住民の顔を知らない。平日は顔を合わせる事が少ない。
- ・生活環境などの違いであいさつする程度の付き合いしかしない。
- ・集まる機会が少ない。

⇨挨拶をした後、会話を繋げて、世間話をしながら関係を構築していく。

### ②自治会問題

- ・高齢者の活動の場として、環境美化活動の有償化。
- ・各団体(消防後援会・まち協他)への会費、補助金等の減額。
- ・自治会を脱会したい人が多い。
- ・家族構成の確認や公表ができないため、災害時に困る。

⇨自治会の役員になって、自分に合ったメリットを得る。役員同士の懇親をはかりコミュニケーションをよくする。各種イベントの再開で楽しみを増やす。

### ③防犯防災

・昔の長屋感覚の「向こう三軒両隣」は難しく、災害が発生した時は自治会の防災会での協力で対応していく必要がある。

- ・近所の高齢化が進む中、中高年者の自治会参加を促進していかないと、災害時に対応できないのではと心配している。
- ・防犯防災の協力体制ができていない。
- ・他の自治会との交流が少ない。

⇨防犯訓練の内容や災害時の水の確保(井戸の有無など)情報を知りたい。

⇨社協の防災・防犯部会ではさまざまな活動を行っており、それら



車座討論風景

への参画協力を得る。  
・市役所、地域包括支援センターとの連携  
・社協ふれ愛サービスの活用

# 昔遊びを楽しむ会

12月9日、上志津小学校にて「昔遊びを楽しむ会」が行われた。参加者は1年生全員と福祉委員15名です。  
あやとり・お手玉・おはじき・メンコ・コマ廻し・あやとり・折り紙・けん玉・竹とんぼ等を福祉委員と1年生と一緒に楽しみました。最初1年生は上手にできませんでしたが、楽しんでいくうちに、何とかコツをつかんだようです。



おはじき



けん玉



全員整列



めんこ



おりがみ



### 認知症サポーター養成講座・開催

志津公民館(市民プラザ)に於いて、令和五年二月十二日(日)午後二時〜三時半、劇団南座による公演「まいごの高齢者を見つけたら」に続き、志津北部及び南部地域包括支援センターより講師をお迎えし、認知症サポーター養成講座が開催されました。(総勢52名の参加者のうち、他地区≪ユーカーリが丘地区、西志津地区、南志津地区≫社協より19名の方に、また一般の方9名にもご参加いただきました。)

南座による寸劇では、徘徊されている認知症とみられる高齢者と出会った際、どのように声掛けすべきか、悪い例と良い例をそれぞれ演じていただきました。

続いて、地域包括支援センターの講師による「認知症サポーター養成講座」は、受付で配布された標準教材を用いて『認知症を理解する』ことから講義を受けました。

① 認知症とは  
 ② 認知症の症状  
 ③ 認知症の診断・治療  
 ④ 予防についての考え方  
 ⑤ 認知症の人への支援とは  
 ⑥ 認知症サポーターとは

⑦ 認知症介護をしている家族の気持ちを理解する

人間の活動をコントロールしている司令塔である【脳】。認知症とは色々な原因で脳の細胞が死んでしまったりして、脳の司令塔の働きに不都合が生じ、さまざまな障害が起こり、生活する上で支障がおよそ6カ月以上継続している状態を指す。

限られた時間の中で盛りだくさんの内容でしたが、誰もが認知症について正しい知識を持ち、認知症の人や家族を支える手だてを知ることの重要性を理解することが出来ました。

2025年には高齢者の5人に1人が認知症になると推計されているそうです。

認知症やその疑いのある行方不明者は一昨年、佐倉警察署管内で30名いらしたとのこと。(全国では17500人以上)

身近な方から不明者が出る可能性もあることから沢山のサポーターを養成し、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の方やそのご家族に対してできる範囲で手助けができればと思えた大変貴重な、また大勢の方にご参加いただき大盛況な講習会でした。

### ミニ門松作り

12月18日、志津公民館4階でミニ門松作りを行いました。参加者52名。

全員揃いました



さあ始めましょう



慎重に



どれどれ



完成です

### 歳末助けあい街頭募金

12月2日、志津駅前にて街頭募金を行いました。

募金総額¥14,725-

これは佐倉市にお住いの方々が温かい正月を迎えられるようにするための支え合い活動の一環です。



# 「心を豊かにするお片付け術」

令和四年十二月十一日(日)午後一時半〜二時 西部地域福祉センターにて秋山賀代子講師を迎え、「暮らしに役立つ整理収納講座」が開催されました。

世の中はお片付け「整理収納」流行りですが、大切なのは不用品と必要なものを区別して各家庭に見合った適正量を考えること。

雑多な物に溢れた場所は心のありようを映しているとも考えられ、人は一年のうち五か月を探し物に費やしているとのイギリスの報告もあるそうです。

整理収納を学ぶと幸せになる！(家族そろって食事をしたり、家族でゆつくり家で過ごすようになる。)とのことで、レジメに従いそのコツを教えてくださいました。

先ず整理収納は順番が大切！

整理↓収納↓整頓↓掃除で完了し、中でも八割の時間は整理と収納に費やすそうです。

①整理⇨不要・必要の区別、適正量を考える。

②収納⇨使う物ごとにグループ収納、安全第一で使う頻度ごとに取り出しやすさを考え、使い易く収める。

③整頓⇨収納グッズを買いすぎない、家族みんながわかるように見た目を整える。

④掃除⇨最後はきれいにほこりを取り除く、ゴミを始末する。

物には全て所番地があり、使用後はあるべき場所へ戻すことが習慣化されるよう考えて収納することが大切とのことでした。

コツを踏まえ、さあお片付け！  
ステップ1

全部出す↓片づけたい場所の全ての物を出してみ、自分がどれだけの物を所有しているか把握する。  
ステップ2

仕分け↓収納スペースには「使うもの」を入れることが整理収納の基本。  
ステップ3

カテゴリー分け↓例えば洋服の場合「長袖」「ズボン」「スカート」といったカテゴリーに分け、その際適正量の見直し(収納できるだけ)を行う。

ステップ4

優先順位をつける↓同じ長袖でもデイリー用、仕事用、冠婚葬祭用があるように、使用頻度に応じたランク付けが肝心。

ステップ5

収納↓取り出しやすく元



講座風景

に戻しやすい収納スペースの特等席には使用頻度が高いものを入れ、年一回しか出番のないシーズン物はアクセスの悪い場所でもOK。動線を意識して適材適所の収納をする。

以上のポイントを押さえたなら、物の「使用頻度」と「使いやすさ」を考え、上のほうには大きくて軽いもの、下のほうには大きくて重いもの、よく使う物や壊れやすいものは楽に取り出せる場所へそれぞれ【七割前後の量】収納するのがポイント。

ぎゅうぎゅうはリバウンドを起こすので要注意とのことでした。

また、家族の理解と協力を得るために大切な【一時置き場】を作っておくことは必須だそうです。

整理収納が目指すものは「きれいな部屋」ではなく「心地よい部屋」。本日の研修会を「心地良い生活を手に入れる手段」として下さいとの講師のお話に、強く背中を推して頂けた気がしました。

最後は質疑応答の時間もあり、

出席者からの質問に的確なアドバイスをいただいた、大変有意義な研修会でした。

# おじいちゃんおばあちゃんありがとう

お祝いの品に井野小、上志津小、志津中からの手紙を添えて対象のみな様にお届けしました。

その時のお礼のお言葉をいくつかご紹介します。

「いろいろとお気遣いありがとうございます。」

「何かとお世話になります。が今後ともよろしくお願ひいたします。」

「小さな子さんのころあたたまるメッセージありがとうございました。」

「子どもは近くに住んでいますので時々電話をくれたりたまに顔を見せてくれますし、週に一度はヘルパーさんが来てくださいますので今のところ困るところはありません。病気しないよう、ケガをしないようにと心がけています。」



# 合同施設訪問

令和4年12月13日に、志津4地区社協で合同施設訪問を行いました。

訪問先は「エクセレントケア志津」、「ユーカリワークス」、「ゆたか苑」、「愛の家佐倉西志津」、「さくら福寿苑」、「あゆたの森」、「癒しのデイスーパービス志津」、「榊陽だまり」、「佐倉西ケアセンターそよ風」です。

志津地区は「さくら福寿苑」、「あゆたの森」、「癒しのデイスーパービス志津」を訪問しました。