

# ごむの木

発行人  
八千代市社会福祉協議会  
高津 5・6 街区支会  
支会長 望月 利男  
Tel 459-1039

## 平成 26 年度の行事予定

月	日	事業内容及び摘要		
4	6日(日)	お花見会(5街区集会所周辺)	9	敬老そばの日(5・6街区集会所)
	12日(土)	総会及び懇親会	10	福祉委員会
5		第1回シニア男性食事会		第3回シニア男性食事会
		高齢者向けパソコン教室(毎週月曜、火曜年間を通じて開講)	11	5街区運動会:世代間交流事業
		熟年者のための健康教室(毎週金曜日、年間を通じて開講)		広報「ごむの木」26-2号発行
5		「やちよ元気体操」開始	12	普通救命講習会
6		バスツアー	27年	高齢者向けパソコン教室懇親会
		福祉委員会	1	寄席に行きましょう
7		福祉施設見学		福祉委員会
		広報「ごむの木」26-1号発行		第4回シニア男性食事会
		健康教室(より元気な毎日)	2	健康教室(より元気な毎日)
8		第2回シニア男性食事会	3	広報「ごむの木」26-3号発行
				福祉委員会・役員会

## バスツアー 香取神宮佐原あやめ祭り

願い事は内緒で2つ

5街区 佐藤 保



前日に梅雨入りしたばかりの6月6日、「香取神宮参拝と水生植物園のあやめ祭り」に、バス2台、65人の参加で出発しました。

最初に香取神宮の参拝、参道の中央は神様の通る道と言う事で左側を歩いて参拝しました。願い事は内緒で2つお願いしました。

次は佐原水生植物園です。丁度雨が強くなり、道も悪く歩きにくかったですが、あやめの花が満開で心癒されました。

昼食はバイキング、品数多く美味しかったです。駐車場の横で、わかさぎといなごの佃煮を買い、家に帰って一杯飲みました。より一層美味しかったです。幹事さん、ボランティアの皆さんありがとうございました。

## 雨、雨、雨、もいいものですね 6街区 島田 勇

旅の前日に関東地方の梅雨入りの発表があり、6月6日の朝は今にも雨が降りそうな天気、定時に団地を2台のバスで出発。千葉北インター手前で雨が降り出し、高速道路に入ると雨足が強くなる一方で旅先が心配。最初の目的地の香取神宮に到着。雨の参道は静けさの中、自分たちの足音だけが本殿迄の砂利道で響いていました。本殿の荘厳さ、真っ直ぐ伸びた御神木の美しさに感動しました。雨の中の参詣は老人の足にはきつかった。

次に佐原水生植物園での花見、雨風強く植物園の一部しか廻れず残念。あやめ、しょうぶ等花たちだけが元気でした。遅い昼食は、「ロテスリー吉庭」での、和・洋・中のバイキング、料理の種類の多さにびっくり、料理はみなおいしく頂きました。帰りの車窓から見た雨の佐原の古い町並みがきれいでした。今回妻千枝子との初参加バスツアーは楽しかったです。支会幹事さん、ボランティアの皆さんありがとうございました。雨、雨、雨もいいものですね。



## 皆さん、お元気で～す！ 老々介護にむけての体力強化

6街区 今橋 要人



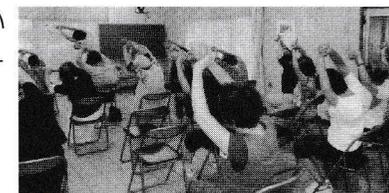
共白髪迄の誓いを交わしてから早50有余年、正に\*烏兎兎。曾ての美男美女も、その面影は微かに残しつつも腰・脚の一部に不自由さをみせる老爺・老婆に成り果てたが、反面良くぞここ迄生き延びて来られたものだと思っております。取りも直さず此れ何一つ自然災害も受けない恵まれた環境と、天女の様な美しく優しい5・6街区の皆さまのお陰があったればこそと日々感謝しております。従って私共は此処が最終の寝所と心に決め、1)出来るだけご迷惑をかけない事、2)無理せず背伸びせず、3)凡々と日々を送る事を目指し乍ら天命を待とうと話し合っております。そこで私としては、これからの老々介護に向けての体力強化の為に、4月中旬から1日当りの歩行距離7km、歩数1万歩、歩行時間80分のノルマで実行しておりますが、完歩延べ距離数は420kmで、東海道507km迄には達していません。五十三次の宿場名を思い出し乍ら頑張りますので何卒宜しく願いいたします。\*烏兎兎(うとそうそう)月日の立つことの早いさま

## やちよ元気体操開始

6月9日月曜日は5街区集会所で、10日火曜日は6街区集会所で、やちよ元気体操が開設されました。最初のこの日、うれしい悲鳴とい

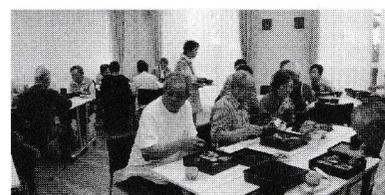
いますか、なんと40名ほどの方々が来てくださいました。集会所がいっぱいになるほどで、体操には少々狭く皆さんにはご迷惑をかけた。1か月ほどは様子を見させて頂き、いろいろ工夫をしていきたいと思ひます。この体操教室は八千代市内各地に創設されています。目的はメタボリック、ロコモ、介護の予防などを目的としています。また、ダイエットをされた方などもあるようです。実際にやってみるとそんなに難しくなく、無理なくできる体操となっています。終わった後は、さわやかになり、笑顔も出て、楽しくなります。これから毎週月曜日、火曜日に長く続けていきたいと思ひます。老若男女問わずおいでください。それから、この体操サークルの名前を付けてください。白坂450-0093まで

5街区 毎週月曜日 午後1時30分から  
6街区 毎週火曜日 午前10時から



## 6街区敬老お楽しみ会の開催

6月14日に6街区自治会主催で行われました。今



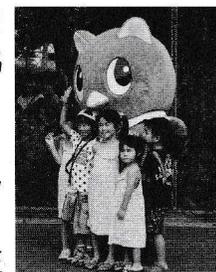
回で17回目になり35名の参加者がありました。

ボランティアの皆様で料理して頂いたお料理に大満足でした。シルバー川柳、コント、オカリナの演奏、キーボード及び録音による伴奏で懐メロを全員で合唱し大いに盛り上がりました。ボランティアの皆様お疲れ様でした。

## ガーデンパーティ報告『やっち・チーバくん』登場!!

5月31日・6月1日実施された5街区ガーデンパーティは天候に恵まれ、大変暑い日でしたが大盛況のうちに終わりました。40回目の記念として模擬店を新しくし、福引もやり、また『やっち』と『チーバくん』に来てもらい子供達の人気を集めることができました。今年は高津中合唱部・吹奏楽部、西高津小の先生方の参加などで行事と共に、模擬店も賑わいました。40回も続けることができた事は、外部参加の皆様や多くの方々のご協力と、来場していただいた地域の人達のおかげです。ありがとうございました。

まだまだ工夫、改善すべき点はあると思ひますが、来年は今年よりも増して楽しんでいただけるガーデンパーティを企画し実行したいと思ひます。来年皆さんにまた会えることを楽しみにしています。



5街区理事 実行委員長 坂出 正

「みんなでお花見」報告 事務局 寒かったり、暖かかったりで桜の花がどのくらい残ってくれるか、かなり気をもんだお花見でした。寒い日だったので、主に室内でお寿司とお汁粉を召し上がっていただきました。お届けを含めて130食以上出て、嬉しい悲鳴をあげました。来年の桜もみんなでお楽しみましょう!