

こ

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

◆生活困窮者自立支援事業所について

平成 27 年 4 月に施行された「生活困窮者自立支援法」に基づき、経済的に困窮し最低限度の生活を維持できなくなるおそれのある方たちに対し八千代市社会福祉協議会と八千代市役所の社会福祉総合相談室で生活困窮者自立支援事業所（以下「支援事業所」）を開設しました。

この支援事業所は、生活に困っている人が誰でも相談できる福祉の窓口です。

例えば「仕事が続かない」という就労の相談から「家賃が払えなくなってしまった」という家計に関する相談、また近隣の方で孤立してしまっているような方、住んでいる家がゴミだらけになってしまっている人がいる等の相談もお受けしています。

一人で悩まずにご相談下さい。私共社会福祉協議会は皆さんの悩みや問題の解決を一緒に考えていきます。また「心配（気になる方だけど声が掛けられない）」など、当事者以外のご相談も受け付けております。

フードバンクについて

フードバンクとは、包装の破損や印字ミス賞味期限が近づいた等の理由から品質には問題が無いにも関わらず廃棄されてしまう食品食材を企業や個人等から引き取り、必要としている福祉施設や生活困窮世帯へ無償で提供する活動です。

「フードバンクちば」という団体により実施されており、八千代市では八千代市福祉センターと八千代市ふれあいプラザに回収場所を設置し定期的に活動を行っております。

ご寄付いただきたい食品としてお米（新米古米）や保存食品、常温で保存可能で賞味期限が 1 か月以上ある物とさせていただきます。

ご家庭に眠っている食品がございましたらぜひご協力をお願いいたします！

回収実施期間等の詳細につきましては八千代市社会福祉協議会（483-3021）までご連絡下さい。

寄席ツアー、みんなで大笑い

5 街区 石塚 勝治・順子

春を越して初夏のような良い天気恵まれ、国立演芸場の寄席ツアーが始まりました。道中バスの中もみなさんお和気あいあい。

時間通りに到着。お弁当をいただき後は開演を待つばかり。客席も満席のようです。落語も、マジックも芝居も面白く、みんな大笑いです。

最近 10 年ぶりにまた 5 街区に越してきました。来年も色々なことをよろしく願います。役員のみなさまご苦労様でした。そして「ありがとう」。



皆さん、お元気で～す！

痛感！健康第一！！ 5 街区 一色 弘安

前から高血圧症・前立腺肥大などの持病がある。しかし去年の 9 月に八千代医療センターで「立派な肺がんです。」と医師から宣告された時は「えっ、本当に？」何となく、元気に過ごしてきたのに…

例えば 3 月頃から、疲れやすくなって来たり、朝のラジオ体操が辛くなってはいたが、肺がんとはショック。それもかなり進行していると。でも、救われたのは、転移していない！手術できると。11 月 4 日手術、9 日には退院。右肺の 3 分の 2 を取る。



有難いことに、今のところは寝込むことはないし、食欲もまあまあだ。外に出て少しでも歩く様にしている。再発の無いよ気をつけて生きて行こう！！

健康教室＜睡眠について＞に参加して 6 街区 吉田 輝雄

2 月 27 日に睡眠と健康の関係について保健センター佐藤先生からお話がありました。5 街区集会所が溢れんばかりの 47 名の参加がありました。

お話しの一部を紹介します。

まず初めに『良質な睡眠で健やかな毎日をおくるための 12 ケ条』の紹介でした。良い睡眠でからだもこころも健康などが挙げられています。

次に、『あなたのこころが元気ですか』でした。健康寿命を延ばすことの心がけが大切です。それには

- ①美味しく食べる
- ②こまめに体を動かす
- ③生きがいをもつ
- ④心の健康を保つ

でした。

最後はストレッチ体操（元気体操）を全員で行いました。

参加して感じたことは日頃の笑いの心が大切なのかと感じました。



福祉体験でわかったこと

西高津小 4 年生 伊藤 郡琉

ぼくは、福祉体験をやりました。福祉体験では、足の不自由な人、目の不自由な人の体験をしました。

足の不自由な人の体験では、車いすに乗ったり、おしたりしました。のってみて、だんさのところこわかったです。自分でタイヤの所を押してまわすのが大変でした。

ぼくのおばあちゃんも車いすにのっているの、押す機会があったら、役立たいです。

次に、目の不自由な人の体験をしました。アイマスクをつけて、白杖という白い杖でまわりを軽くたたきながら歩きました。かいだんがこわかったです。

目、足などが不自由な人は、すごく大変なんだなと思いました。

