

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

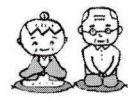
新年のご挨拶 支会長 望月 利男

皆さま 明けましておめでとうございます。
 今年こそコロナから脱却してのびのびと明るい活動
 をしたいものと思うことは皆さまもきっと同じ思いで
 しょう。昨年は、前半は7波の影響で計画通りに活動
 できませんでしたが、中頃は計画通りにできることも
 ありました。第8波の影響で直近では活動を見合わせ
 ているのが実際のところかもしれません。
 コロナに明け暮れた3年でしたね。1月20日に大寒
 を迎えます。1年でもっとも寒さが厳しい頃とされてい
 ます。節分2月3日、立春2月4日もうすぐです。これ
 からも健康に注意を重ねて過ごしてまいりましょう。

敬老の日…… お茶とお菓子

6街区 梶谷キヨ子

敬老の日の行事は9月18日に実施しまし
 た。台風14号の影響もあり、お天気が心配
 でしたが、予定通り開催することができま
 した。コロナ感染が今も増え続けている中
 で、今年もお茶とお菓子をお渡しする形となりましたが、
 6街区の集会所に引換券を持ってきてくださったお元氣
 な皆様とお会いでき、お話もできて楽しい一時でした。
 参加者55名、参加できなかった25名の方には福祉
 委員がお届けしました。来年はおそばを用意して皆様と
 ご一緒に会食できるといいですね！



》 **健康教室講習会**

6街区 吉田 輝雄

講習会に参加して

11月19日「失敗しないための介護・老人ホームの探し方その2」
 について5街区集会所にて開催されました。
 講師は介護施設相談センターの理学療法士石橋敦先生です。今
 回は介護施設の第二弾です。
 これまで健康教室では様々なテーマが紹介されています。今回は
 介護施設が取り込まれました。前回のパート2です。介護施設のよ
 り適切な知識を得ることが将来の備えとして大切なことです。介護施設と云っても多様々です。介護設備の
 入居検討が大切ですので冷静に自分を理解して検討してみることです。その1、身体状況、医療状況、介護度
 など。その2、資金計画、予算見積りなど。その3、立地条件。その4、希望条件・優先順位付けなどです。
 最後に介護関係の方と相談できる心がけが大切と感じました。



初めてのグラウンドゴルフ

5街区 片岡 美

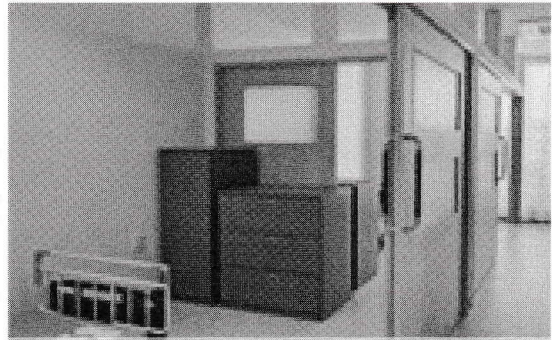
私は今年87歳です。昭和47年に高津団地に越してきて3人の子供を育て、7年前には主人が亡くなり、今は一人暮らし
 5階に住んでいますが、子どもたちには1階に越すようによくいわれます。しかし、私にとって階段の昇り降りが良
 くなっていると思っています。あとラジオ体操は7年になりますがこれも毎朝楽しみの一つになっています。最近グラ
 ウンドゴルフのお誘いがあり、できるかどうか迷いました。なんといっても階段の昇り降
 りとラジオ体操しかやることがない私ですから。でも外に出て皆さんと会話を
 楽しめ知り合いが増えることに興味があり参加することにしました。この年で新
 しいことに挑戦することは勇気のいることですが楽しむことが一番だと思い参加
 することにしました。参加してみると皆さん親切にアドバイスをしてくださり前
 向きに取り組むことが出来て楽しくやらせて頂いております。そこで思い切って
 クラブを買いました。孫も「おばあちゃん、これからグラウンドゴルフを始める
 の偉いね。」と言ってくれました。この年になってこんなことができるなんて思い
 もしませんでした。これからも楽しみながら続けていきたいと思っています。



》 緑が丘美香苑の内覧会に参加して

5 街区 白坂ちえ子

2月7日(火) 緑が丘西地区に新設された特別養護老人ホームに見学に行きました。高津5・6街区支会で6街区から7人、5街区から8人計15人で参加しました。令和5年3月オープン予定です。内覧会も大勢の方々が来ていて大盛況でした。私たちがいつお世話になるかもしれないので、猫の目のようにあちこち見て歩きました。びっくりしたのは普通4人部屋等はカーテンで仕切られますが、ここは各ベッドがドアで仕切られている為個室のようになります。とにかく、新しく、広々とゆったりとしていてとても気持ちの良い施設でした。ちなみに入所は介護度3からになります。



》 ハンドベルで迎える X'mas

5 街区 多田 久子



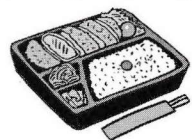
12月24日ハンドベルサークル(クリスタル・ファイブ)のX'mas発表会を開かせていただきました。「X'mas 曲メドレー・お茶タイム・歌いましょう」のプログラムです。コロナ禍での発表会なので口コミで招待させていただきましたが大勢の方が来てくださり、拙い演奏にも拍手をいただきとても楽しいひと時でした。「演奏している人の顔が見えない、もっと楽しそうに」というご指摘もあり、とても難しいことですが暗譜ができるように練習に励んでいきたいと思います。これからも応援よろしくお願いいたします。



》 皆さんに手造りのお弁当を

6 街区 田中 恵子

毎月楽しみにしていた「ひまわりサロン」がコロナの影響で長い間お休みとなっております。中々皆さんと会う機会も無く何とか会える方法はと考えると手造りのお弁当をテイクアウトでお渡し出来たらと思いました。市の保健センターに相談し許可を頂き理事会にも御理解を頂き11月3日の祝日に手造りのお弁当を造ることに致しました。事前にお知らせを配布、79名の申込みを頂きました。当日はお天気にもめぐまれて皆さんの元気な笑顔に会え大変嬉しい1日でした。早くコロナが終息し「ひまわりサロン」が開催できます様願っております。



智子

しです。
運動に
テニス



「ホールイン・ワン」 やったー!

6 街区 小倉 静江



6街区の皆さんと一緒にミニグラウンドゴルフを始めました。私は経験がありますが、初めての方は、クラブの握り方、ボールの打ち方も分からなくて戸惑っていましたが、段々慣れて、「二打でバーディー、三打でパー」「ホールインワン」の「やったー!」の気持ちが味わえるようになっていきます。

気分転換にクラブを握ってみませんか。場所は5街区のテニスコート向かいの小さい空き地です。時間は毎週木曜日10時からです。見に来てください。お待ちしております。