

千城台東南 金親地区 社協だより

有償の家庭ごみ排出代行事業について

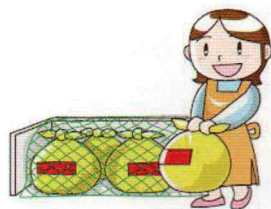
ごみ排出代行会

社協ではボランティアによる無償の家庭ごみ出し支援を行っていますがボランティアの高齢化により、新たな追加要望に対応することが困難になっています。

そのため社協だよりの前号（107号特別版）で紹介した有償の家庭ごみ排出代行事業を 8 月から開始しました。

1. 事業の特徴

- (1) 対象となる家庭ごみの種類は可燃ごみ袋の他、資源ごみ（瓶、缶、ペットボトル）、不燃ごみ、有害ごみ、古紙（新聞、雑誌、段ボール、紙パック）です。
- (2) 排出代行作業は、現在のごみ出し指定曜日（月曜と木曜）に関係なく、予め取り決めた平日（月曜～金曜）の11時から16時の間に週に1回か2回行います。
- (3) 不燃ごみや有害ごみ、古紙も現在の月毎のごみ出し指定日に関係なく、可燃ごみや資源ごみと一緒に毎回回収します。



2. 組織と運営

- (1) 事務、契約・集金・会計業務等の管理業務は社協の委員が担当し、「mazekoze」^(*)がごみの排出代行作業と古紙の一時保管倉庫の設置場所の提供及び古紙回収所までの持ち込み作業を担当しています。

^(*) mazekoze：㈱ベストサポートの生活介護事業所（重度の障がい者の働く場所運営）

千葉市若葉区下田町1319-1

管理者は 住谷 翔太氏

- (2) 今後ごみの排出代行作業の依頼が増えて mazekoze だけでは対応できなくなった場合は地域の皆さんや学生の支援協力者を募集する予定です。

3. 作業風景

ごみ排出作業は利用者と施設の職員のペアで行っています。



ボッチャを楽しみました

高齢者福祉委員会

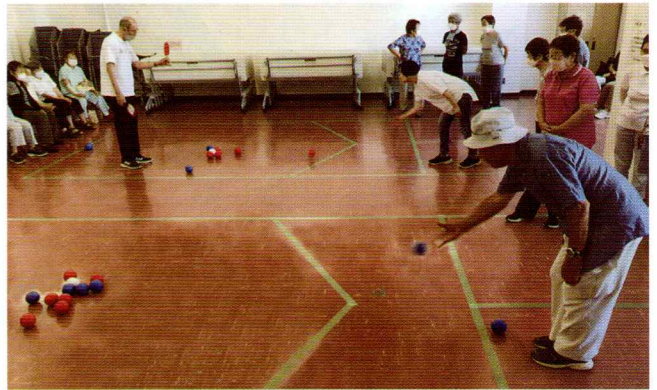
8月31日(木)千城台公民館ホールで高齢者を対象に競技会を開催しました。

「ボッチャ」は年齢、性別、障害に関わりなく楽しめるスポーツです。

参加者19名、講師の大西先生の指導で、初めてボールにさわる方から経験者まで元気に楽しくプレーしました。

新型コロナで外出の制限が続き、体力がな

くなり、コミュニケーション不足になりがちでしたが、これからは無理なく、社協の活動に参加していただきたいと願っています。



「ひまわりの会」を開催

障害者福祉委員会

10月8日(土)「ひまわりの会」の集まりがありました。当日は千城台あんしんケアセンターの方から口の運動の実技指導と映像を使った説明がありました。有意義な話でした。

その後、久しぶりの集まりだったので、会員も委員も近況を話し合いました。高齢化が進み出席の返事の方が当日急に欠席されたり

しました。この事はこれからの課題です。新しい会員を引き続き募集しています。



地域のおまつり



福祉活動推進員



10月31日(日)「東町ふれあい祭」にコロナ禍後久しぶりに、東南・金親地区社協「コーヒー&シフォンケーキの店」を出店させていただきました。

当日は演芸会・ゲーム・フリーマーケット・模擬店等があり、家族連れ、友達同士等大勢の方々が楽しんでおられました。

私達が久しぶりに焼いたシフォンケーキも「楽しみにしていた」「おいしい!」という声が聞かれてホッと一安心!おかげさまで12時には完売となりました。うれしいことに「来年も楽しみにしています」という声もありました。ご協力ありがとうございました。この売り上げ金は当地区社協の活動費に使わせていただきます。

「認知症」についての学び開催

ボランティア委員会

10月14日(土)千城台公民館にて「認知症サポーター養成講座」を開催いたしました。

講師は千城台あんしんケアセンターにお願いしてわかりやすい講演をしていただきました。39名の方が参加し、熱心に講座を受講されていました。

今後増え続ける認知症について正しい理解と接し方などを深く学ぶことができました。

今回の講座が、自分のため、家族のため、地域のために役立つことができますことを願います。



ふれあいサロン **サロン憩** ボランティア委員会



10月3日(火)千城台東町自治会館にて「ふれあいサロン憩」が開催され、13名集まりました。

初めは千城台あんしんケアセンターの保健師さんの健康チェック、若葉保健福祉センター健康課からフレイル予防の栄養指導がありました。

次はグループ・ハモルカさんの伴奏で曲目は「里の秋」「小さい秋みつけた」を合唱。また当日は10月3日登山の日ということで、山にちなんだ「箱根八里」「会津磐梯山」も歌いました。お国イントロクイズでは、千葉が「お富さん」北海道は「函館の女」など。最後は恒例の手話による「故郷」を歌い、曲目は20数曲を越えていました。

「ふれあいサロン憩」は、毎月第1火曜日、午後1時30分から千城台東町自治会館にて開催しています。お誘い合わせの上、ぜひお出かけください。

なお、「ふれあいサロン南」は、毎月第3水曜日、午後1時30分から子ども食堂「縁」にて開催しています。

10食品群+ チェックシート

食品群	例	10月1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
肉類	牛肉、鶏肉、豚肉、ひき肉、ソーセージなど	○	○	○	○	○	○	○
卵	鶏卵、うす子卵	○	○	○	○	○	○	○
牛乳	牛乳、ヨーグルト、チーズ	○	○	○	○	○	○	○
油	サラダ油、ごま油、バターなど	○	○	○	○	○	○	○
魚	魚、いわし、たけのこ、鯖、小魚、練り製品など	○	○	○	○	○	○	○
大豆	大豆、豆腐、納豆、味噌、きな粉、豆乳など	○	○	○	○	○	○	○
野菜	にんじん、トマト、ほうれん草、かぼちゃ、ブロッコリーなど	○	○	○	○	○	○	○
果物	じゃがいも、芋、さつまいも、梨、りんごなど	○	○	○	○	○	○	○
米	みかん、バナナ、リンゴ、柿、桃など	○	○	○	○	○	○	○
海藻	わかめ、のり、昆布、ひじき、ちくすなど	○	○	○	○	○	○	○
1日の合計		7						

シニアのみなさん、フレイル対策には**毎食たんぱく質**をとることが大切です。大切な筋肉を守って、はつらっライフ!

【食事の目標】
たんぱく質をしっかりとることも大切です!

フレイルって? フレイルを予防するために大事な4本柱
フレイル予防 食事 健康的な食生活4つのポイント
 毎食たんぱく質をとろう!
 ひと目でわかる! たんぱく質一覧表
フレイル予防 身体活動・認知ケア・社会参加
 フレイル予防で、はつらっライフ!



買い物支援サービスの試験運行を開始



今回、移動が困難ゆえに食料品や生活用品等の購入に支障をきたしている地域住民の方たちに対し、その移動手段を提供し買い物を支援するサービスが9月20日よりスタートしました。まずは、千城台東町から試験的にスタートし、将来はその地域を徐々に拡大していく計画です。

買い物支援の概要は下記の通りです。

*買い物支援のボランティアが同乗しサポートいたします。

対象者

千城台東に居住（戸建て）する方で、次の何れかに該当する方

①80歳以上の方で、家族等の協力を得られず日常の買い物に不便が生じている方

②80歳未満で、疾病、その他の理由により、日常の買い物に不便が生じている方

※一人で車の乗降ができる方が対象です。

※介護認定を受けている方のうち、要介護1～5の方は対象外です。

※障害福祉サービスを利用できる方は対象外です。

事業概要

(1) 送迎等の流れ

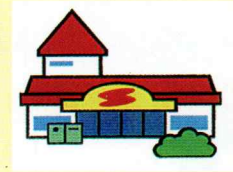
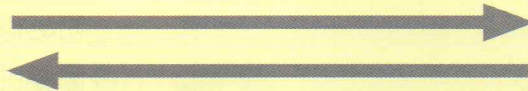
①車両（定員：約5人）が各利用者のお宅に迎えに行き、店舗（カスミ千城台店）へお送りします。

②利用者の皆様が店舗で買い物をします。（約30分）

③買い物終了後、車両にて各利用者のお宅へお送りします。

①デイサービス等のクルマが、ご自宅へお迎えに行き、近所の方々と乗り合い、スーパー（カスミ千城台店）へお送りします。

②スーパー（カスミ千城台店）でお買い物（約30分）



③お買い物後、各ご自宅へお送りします。

(2) 運行日

毎週水曜日、10時～12時（週1便）、13時～15時（週1便）

水曜日が祝日、年末年始にあたる場合は休み

問い合わせ先：千葉市社会福祉協議会若葉事務所 電話 043-233-8181

早いもので、今年も残すところわずかですね。この一年、我が家では、二月に次男の接触事故（車対車）、三月に長男が通勤中に人身事故（自転車対車）、長女の体調不良、夫の車故障、まあ、何が起きるの？と、思ったら、なんと、何が起きるの？と、思ったら、なんと、子どもたち四人が厄年だとはびっくり。長男の退院を待ち、休みを合わせて、厄払いと久しぶりに家族揃って墓参りに行きました。いつも誰か抜けてたのでね。今、長男は自宅療養中、早く仕事復帰できたらなあと思っています。自転車ルールが四月からヘルメット着用努力義務です。車のシートベルトは運転席、助手席、後部座席まで義務化になっています。自転車は果たして、いつ義務化されるのでしょうか。皆さん、ちゃんとヘルメットを被っていますか。

(M記)



車椅子の無料貸出し
ご利用下さい

長島昌夫

東3-27-7 ☎237-1092



HPについて

次のURLを入力するか
QRコードを撮影してア
クセスしてみてください。



QRコード

URL: <https://chiba-chishirokaneoya.jp/>