

～湘北地区の世帯数・人口～		
地域	世帯数	人口
鶴が台	2,469 (+16)	4,376 (-64)
香川	4,859 (+60)	11,756 (+25)
松風台	616 (+2)	1,480 (-26)
甘沼	2,172 (+38)	5,427 (+12)
みずき	1,184 (+29)	3,296 (+40)
湘北地区	11,300 (+145)	26,335 (-13)
茅ヶ崎市	102,035 (+1,491)	242,079(+1,128)



発行日 2019年3月1日  
**第52号**  
 発行者 湘北地区社会福祉協議会  
 会長 杉山 茂紀  
 発行部数 9,000部  
 編集 広報委員会 木戸 孝幸  
 広報誌『湘北』は、  
 毎年10月と3月に発行しています。

「湘北地区社会福祉協議会(湘北地区社協)」は、湘北地区住民の福祉を進める社会福祉団体です。

**ホームページ運営委員会**

湘北地区社会福祉協議会のホームページでは分科会の活動やボランティアセンターの活動、地域のサロンの情報等を掲載しています。

インターネット検索  
 「湘北社協」  
 URLのQRコード

★ホームページをご覧ください  
 (『湘北』下部のURLを参照)

**福祉の輪、つながりの輪**  
 湘北地区社会福祉協議会  
 会長 杉山 茂紀

私は小学校の登校時の横断歩道で黄色の旗を持ち安全を願って声を掛け、守って15年以上になりませんが、大きく成長した子供たちが進学や就職・結婚等人生の節目に横断歩道に来て報告してくれるつながりになっていきます。

地域は人が生まれ育ち成長し、やがて年老いていくところです。その地域に知り合いがいて話ができて助け合いの輪があれば、こんなに安心なことはありません。

私たちが湘北地区社協としては、若い世代に地域の福祉活動を知っていただくような「福祉の体験まつり」を続けてきました。長く住み続けたい方々でも、今この地域に住んでいる若い世代の方々が力を発揮して頂くことが地域の福祉の輪を広げるキープポイントだと思っています。

子育ても介護も家族だけが背負っているだけでは、若く生きづらくなってしまいかもしれません。子育てサロンも高齢者のサロンも活発に行われていますが、世代を超えたつながりの輪が広がる必要があります。

支えている世代が年老いて支えられる立場になるのは仕方がないことです。子育て中に支えられていた方々が力をつけて福祉の輪に、つながりの輪の中で力を発揮して頂きたいと願っています。

**【特集】各地区のサロンの活動をご紹介します！**  
 ①開催場所 ②開催曜日・時間 ③代表者・連絡先 ④スタッフの人数 ⑤参加対象・参加者数 ⑥会費 ⑦開設年月日 ●サロンの特徴・アピールポイント

**松風台 歌の街**

①松風台自治会館  
 ②毎月1回(第2日曜日が7回、第3土曜日が4回、ただし8月は休会) 10時～11時20分  
 ③大友元春 ☎  
 ④7名  
 ⑤どなたでも  
 車椅子で参加できます  
 参加者数(スタッフを除く)毎回40人  
 ⑥100円/回。付き添い者は不要  
 ⑦2007年9月

●心身の健康維持を目的に、懐かしい童謡や唱歌、抒情歌、歌謡曲を歌唱指導と電子ピアノ伴奏の下に、大きな声で楽しく合唱する活動。  
 ●ほぼ月1回松風台自治会館で例会を開き、毎回約12曲、現在までに開催総数125回。参加者は延べ4,400人、400曲を延べ1,500回合唱。  
 ●参加者のほとんどが70歳以上、松風台以外からの参加者も最近2割程度に増えている。  
 ●参加者と共々高齢化する歌唱リーダーやピアノ伴奏者の負担が重くなってきたが、後継者が見つからないのが悩み。

**みずき 囲碁・将棋サロン**

①みずきコミュニティハウス  
 ②毎月 第1・第3日曜日 午後1時～5時  
 (2019年は4月のみ第2・第4日曜日)  
 ③今西 央 ☎ ④2名  
 ⑤子どもから大人までどなたでも 平均10名程度  
 ⑥無料  
 ⑦2014年9月

●大人向けサロンとして、囲碁や将棋ならだれでも楽しめるはず。用具は茅ヶ崎市社会福祉協議会からミニデイサロンの新規立ち上げ費用を出して頂けることがわかり、みずきコミュニティハウスを利用して、囲碁・将棋サロンを発足させました。大人だけでなく誰でもが参加できるよう、日曜日の午後で開催することにしました。  
 ●囲碁や将棋は知的ゲームですので、高齢者にとってはボケ防止に、子どもにとってもテレビゲーム等ではできない人と人の触れ合いが出来ます。又、引きこもり防止にも役に立ちます。  
 ●遠くの方でも、多くの人に来ていただきたいと思っています。

**鶴が台 みんなの居場所**

①・鶴が台団地名店街カフェグランマ  
 ・団地集会所洋室3  
 ・(勉強部屋)コミュニティスペース (ふれあいサロン)  
 ②毎月第3金曜日  
 ・カフェグランマ 17時～19時30分  
 ・勉強部屋 16時～19時  
 ③佐川 美智子 ☎  
 ④中学・高校生を含め15名～18名  
 ⑤乳幼児から高齢者まで、どなたでも80名～100名程度  
 ⑥カレーライス(大人300円、中学生200円、小学生100円、幼児無料) コーヒー・ココア100円  
 ⑦2016年10月21日

●毎月第3金曜日17時から鶴が台団地名店街のカフェグランマの周辺は俄に賑やかになります。保育園や学童保育婦りの親子、高齢者達、同じ部活の中学生達が誘いあって美味しいと評判の毎月違う手作りカレーライスを食べに来てくれます。中学生、高校生もボランティアに加わり配膳に活躍しています。バリアフリーの名店街は、食後の子どもたちの遊び場です。  
 ●食事の後は第2会場である集会所の一室が賑やかな談話室です。  
 ●第3会場として小中学生の無料の『勉強部屋』が16時から「ふれあいサロン」で開かれることになりました。

**鶴が台コミュニティスペース ひまわりカフェ**

①鶴が台団地名店街  
 ②毎週月・火・木・金・土の午前11時～午後3時(水・日・祝日休み、他に夏休み、年末年始休み)  
 ③青木 郁子 ☎  
 ④18名のボランティアで運営  
 現在ボランティアを募集しています  
 ⑤赤ちゃんから高齢者まで 1日約25人  
 ⑥コーヒー・紅茶(各80円)、お茶無料  
 ⑦2018年11月

●団地名店街の空き店舗が、URが提供する制度として、地域の交流と見守りに寄与する鶴が台コミュニティスペース「ふれあいサロン」に生まれ変わりました。  
 ●「ひまわりカフェ」は、そのスペース「ふれあいサロン」を利用して、昨年11月、鶴が台の50周年記念秋祭りに合わせ発足させました。15年間、団地集会所で開設してきたシニアサロンを装い新たにスタートさせたものです。  
 ●赤ちゃんから高齢者まで幅広い年齢の方が利用できる交流の場として、また通りがかりに気軽に立ち寄れるカフェとして、地域の人々の憩いの場、見守りの一助になればと思っています。

カレーの香りに誘われて...  
居場所から始まる新たな活動

茅ヶ崎市社会福祉協議会  
横山 康洋

平成30年10月26日に開催された茅ヶ崎市地区社会福祉協議会連絡協議会事例発表会にて、湘北地区社協から鶴が台で行われている「みんなの居場所」とそこでの出会いから始まった「GENKIプロジェクト」の活動について報告しました。



市社協湘北地区担当

横山CSWの進行で報告。地区概要やきっかけについて、湘北地区社協杉山会長、みんなの居場所佐川さん、準備会の経過や地域包括ケアにおける世代間交流とのねらいについて地域包括支援センターあかね横濱さん、GENKIプロジェクト島村さん、神谷さんから子育て世代が地域活動に参加しやすくするポイント等、それぞれ報告を行いました。神谷さんの4か月の娘さんもベビーカーで登壇し会場を和ませました。

やってみようという想いの大切さ、そこに人が集まってくること、主催者も参加者もそれぞれ役割を担って楽しむことと、受け入れて認めてくれることが参加のしやすさにつながっていることなどを報告しました。できないと否定から入る前に、やってみようという情熱、新しい取り組みを受け入れること、それが地域の人を誘い込んでくれるとの感想をいただきました。

●みんなの居場所：毎月第3金曜日



カレーの香りに誘われて... 居場所から始まる新たな活動

17時から19時半 鶴が台名店街のカフェランマにてカレーを提供(詳細はサロン紹介参照)

●GENKIプロジェクト：未就学児を持つママ友の集まり。SNS上で子育ての色々な情報をまとめて発信。子供用品のリユースイベント等を開催。

セカンドライフを楽しむ会

「楽しく歩いて健康に」

認知症が増加するなか何とか予防できないか、そんな思いで今回の「セカンドライフを楽しむ会」を開催しました。10月の晴天に恵まれた2日間、講義と実技からなる体験会で、参加者も喜びの感想を寄せてくださいました。

●社会参加と運動と栄養が大事。中でも社会参加が大事であることを実感できる会で勉強になった。とても新鮮な気持ちです。

●仲間と笑い楽しむことの大切さを教えていただいた。みんなで歩いていい汗をかき、トン汁は最高でした。

●参加して良かった。最後に大きな声で唄えてすごく楽しめた。この様な集まりを又お願いしたい。

●原田先生のお話、いつ聞いても最高です。ワンポイント体操も良かったが時間が短くて残念。



講義の要旨を簡単に紹介しています。

○山口さん(茅ヶ崎市企画部企画経営課)高齢化社会でも自分らしく暮らせることが出来たら幸せなこと。10年前と比べれば高齢者は体力的にも若返っている。自身の体力を知り、健康寿命を延ばすポイントは「社会参加」「運動」「栄養・食事」であるが、家の外に出て人と関わる事が大切。市では「生涯現役援窓口」を設けている。

○阿部さん(あかね福祉相談室)要介

護にならないように少しきついと感じる程度の運動で骨や関節を鍛えましょう。栄養と食事に注意してタンパク質を取るように。日常生活に支障がなくても軽度認知障害(MCI)に注意する。それには社会参加し、運動(ウォーキング等)で1日30分週2回する。

(有元 佳子)

健康・福祉講座

平成30年10月24日(水)、茅ヶ崎市立病院より田中洋先生をお招きして『脳卒中の予防』についてお話しいただきました。



講義の始めに脳卒中は、世界では2秒に1人が発症していること、また日本では、がん、心臓病に次いで死亡者数が多いことなど、とても身近な病気であるとの説明がありました。

○脳卒中の予防の要点として、①生活習慣を整える②勤務先や市の検診を受ける③持病の管理④の3点についてお話があり、特に生活習慣については、喫煙の危険性、適正な飲酒量、塩分を控えた食事など、具体的な数値を交えて説明をいただいたので、参加された皆様もご自身の生活と比較しやすかったと思います。また、脳卒中が疑われたら迷わず直ちに119番すること、様子見は命取りになることなどのアドバイスもいただきました。

今回の講義には63名の方々にご参加いただきました。(中島 正幸)

公民館まつり

『30年未だ満祭』行こう！やろう！これからも』をテーマに第30回香川公民館まつりが10月27日(土)28日(日)の2日間快晴のなか盛大に開催されました。鶴が台中学校吹奏楽部22名によるオーブニングセレモニーで始まり地域の沢山の皆様に参加され大盛況でした。



湘北社協は27日(土)に参加し市社協・ボランティアセンター・地域包括支援センターあかねのパンフレット、湘北福祉マップを配布し、社協のPRをする事ができました。またバザーでは用意した飲料水、駄菓子、当てくじは全て完売。好評の綿菓子も中学生ボランティアの活躍もあって大人気で、ご来場いただきました皆様、バザーにご協力いただきました皆様、有難うございました。(於保 剛)

地域福祉を考える懇談会

地域福祉を考える懇談会では「若い世代にも福祉に関心を持ってもらうには」というテーマ設定で活動し3年目になりました。その活動の目玉でもある「第3回福祉の体験まつり」を12月1日(土)に香川小学校で開催いたしました。



3年目になると、この活動も地域に認知されはじめ、まつり自体の宣伝活動も実を結び、さらに当日はお天気に恵まれたため、子ども大人合わせて200名以上のご参加をいただきました。会場内ではパラリンピック競技でもある、ぼつちや体験が大変人気で、子ども大人も障がいのある方も、一緒に

に楽しく体験できました。また、えんげ食体験カフェもオープンし、ゆつくり腰を下ろして、世代を超えて福祉について語り合うことができ、大変好評でした。今後も地域福祉を考える懇談会では、このようなイベントを通して、地域の方に福祉に関心をもってもらえるような活動を推進してまいります。(深栖 健男)

湘北地区ボランティアセンターは喜らしのお手伝いします

センター長 有元 佳子  
ボランティアセンターは皆様の近くであり、暮らしの中の「ちよつとした困りごと」をお手伝いしています。利用できる方は湘北地区にお住まいで、①高齢者(65歳以上)の一人暮らしの方②高齢者世帯の方(お二人とも病気がちの方)③お身体に障害がありご不自由な方④思わぬ怪我や骨折で日常生活に支援が必要な方⑤まだ小さいお子様がいて支援が必要な方等です。まずは、お気軽にご相談下さい。コーディネーターがお伺いをして具体的に困りのご様子をお聞きながら、支援内容を決めさせていただきます。



ボランティアセンターでは皆様の福祉の拠点として楽しい内容のことも実施しています。コミュニティサロン(毎月第1金曜日午後1時~3時)や自由広場(麻雀等毎月第4木曜日)は皆様に楽しんで頂いています。そして昨年から始めたのが「地域の保健室」です。健康のこと、お身体の悩みなど誰に相談してよいか悩んだりしていることなどお話し下さい。学校の保健室のような温かい雰囲気でご利用できます。

詐欺にだまされなさい!!