

ふるさと富勢

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



令和3年1月(第296号) 1980年創刊

毎月1日 各戸配布 8,000部発行

令和3年 新しい年のごあいさつを申し上げます



富勢ふるさと(づくり)協議会ができて40年を迎える年に、初めての異常事態を迎えております。この一年、ほとんどすべての行事を開催することができませんでした。台風や大地震による被害は受けても、すぐに立ち直ってきましたが、得体の知れない新型コロナウイルスという感染症には、とても太刀打ちできません。世界においても、大きな衝撃の中で、対応策のワクチンの開発が、ようやく進んできているという現状です。

私たちとすれば、早くコロナ禍を抜け出して、通常の活動ができることを祈るだけでございます。皆様におかれましても、コロナウイルスを寄せつけないよう、健康に充分にご注意下さい。本年もどうぞよろしくお願い致します。 **富勢地域ふるさと協議会会長 後藤 敏**

新しい年！元気な1年に！！

今年、柏市社会福祉協議会では『地域元気情報』を発行する予定です。「趣味を楽しみたい」「仲間を見つきたい」「体を動かしたい」そんなときに必要な情報が一目でわかる情報冊子です。富勢地域から柏市内全域まで、地元で元気になれる情報が盛りだくさんです。

昨年は新型コロナウイルスの影響で思うように人と会ったり、外出したりすることができない1年でした。まだ収束は見えず、通常の活動ができていないグループもありますが、『地域元気情報』で少しずつ出かける機会を作って、元気な1年にしましょう。1月末に富勢ちいきのいきいきセンターの窓口で配布予定です。ぜひお立ち寄りください。

この情報は、柏市社会福祉協議会のホームページからのダウンロードできます

八期相換

いきいきセンターは、今年も地区担当の小野(写真)をメインに2人体制で元気に開所します。

お困りごとの相談も通常通り受け付けておりますので、お気軽にお話しください。

本年もどうぞよろしくお願い致します。

開設日：毎週火・水・金 10時～16時

電話：04-7128-9871

場所：布施近隣センター2階ロビー内

【富勢ちいきのいきいきセンター】

布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

1月13日(水)、27日(水) 13:30～15:00

対象：0歳児と保護者

内容：0歳児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

申込：直接どうぞ

☆なかよし広場

1月12日(火) 10:00～11:20

対象：乳幼児と保護者

内容：乳幼児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

申込：直接どうぞ

★なかよし広場スペシャル「みんなでおにたいじ」

1月26日(火) 10:00～11:20

対象：乳幼児と保護者

場所：布施遊戯室

内容：簡単な工作や季節の歌、読み聞かせなどで楽しい時間を過ごします。

申込：1月16日(土)13:30～電話で(先着16人)

参加費：無料

【布施遊戯室】

「あわんとり」本年は中止です

例年1月中旬に行われている、あわんとりは新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年は残念ながら中止することにしました。

「あわんとり」とは、正月飾りなどを燃やす「どんと焼き」で、無病息災を祈ります。

【布施6町会 消防団(第6・7分団)】

布施弁天豆まきも中止です

毎年2月の第一日曜日に、布施弁天境内で行われる、恒例の「弁天様の福豆まき」は、本年は中止になりました。

【総務部取材】

富勢地域 5 名 防犯功労者表彰

柏市防犯協会において、令和 2 年の防犯活動に貢献のあった方々の表彰を行いました。

本年は、コロナ禍による 3 密を避けるために、ふるさと協議会単位で表彰式が行われました。

当地域では、10 月 22 日(木)布施近隣センター会議室で、表彰式を行いました。「一般防犯部 防犯功労者」として、柏市で 43 名のうち富勢地域から 5 名が表彰されました。

小林 祥子さん 佐藤 兼信さん 清水きみ子さん
大學 敏子さん 野中 芳美さん
後藤会長から、一人ずつ表彰状と記念品を贈呈しました。また、佐藤兼信さんが優良防犯指導員として、千葉県防犯協会より表彰されました。



【防災防犯部】

私たちの「思い」に変わりはありません！ 市立柏病院現地建替え対策委員会

柏市 12 月議会は、12 月 18 日に幕を閉じました。市立柏病院の建替え問題に関しては 5 人の議員が、一般質問の場でこれを取り上げ市長に迫りましたが、市長から、従来と異なる新たな考えや提案などはありませんでした。

私たちがこの問題に取り組むようになって既に 6 年の歳月が流れ、今や「早期建替え」と言う表現は取りづらい状況になりました。市長がこれを行政課題として、議会に提起した時の第一の理由は、病院建物の「老朽化」です。そして今の時点では、建築構造が「感染症」対応にも耐え、その上で市民や周辺地域住民の**命と健康が十分にまもられ増進される建替え**として、求められているのです。

かつて市長が提起した「建替え」は、14ヶ所の候補地から「移転先候補地」と現在地の 2ヶ所が最終の建替え地に絞られ、議会宛上程されていました。その後移転先県有地の購入が不可となったのですから(17年 2月頃)、建替えはこの時点で、議会上程時の「現在地」が進められて良かったはずです。

行政課題を行政側が進めていく進め方の問題として、本件の事例は明らかに「行政側」が間違っていたと思います。私たちの「思い」に変わりはありません！

【総務部取材】

We Love Kashiwa

元気な 柏 発信プロジェクト

あなたにもできる富勢の支えあい

コロナ疲れ ストレスを解消しよう

コロナ禍も一年になり、自粛生活に不安や緊張を感じている状態が続き、日常生活のささいなことにもストレスを感じてしまうようになってきました。そんな日常生活の中で、コロナウイルスに打ち勝つための方法のいくつかを紹介します。

- ・一人の時でも”疲れたー”などと、言葉に出す。
- ・ホットアイマスクなど、いやしグッズを使う。
- ・ペットの写真や動画を撮っては眺め、気分をいやす。
- ・好きな映画やドラマ、アニメを見まくる。
- ・漫画やエッセイなど、ゆったり読書を楽しむ。
- ・家具の裏側や照明など、没頭できる掃除をする。
- ・気分転換に、料理をする。

簡単なカブの鶏そぼろ煮(2人前)

材料：

- カブ 3 個
- 鶏ひき肉 80 g
- ショウガ(みじん切り) 1 かけ分
- 料理酒 大さじ 1
- つゆの素 2 倍 (大さじ 5) + 水 (1/2 カップ)
- 片栗粉 (小さじ 2)
- ユズの皮 適量



作り方：

- ① カブは茎を 2 cm ほど残し、皮をむき、縦に半分切る。
- ② 鍋に鶏ひき肉とショウガ、料理酒を入れて箸で混ぜてから中火で熱し、よく混ぜながらそぼろ状にします。つゆの素と水を入れ落としぶたをする。
- ③ 煮立ったら、弱めの中火にし、竹串がすっと通るまで 12~3 分ほど煮ます。カブが柔らかくなったら同量の水で溶いた片栗粉を回し入れ、とろみをつけます。器に盛り、千切りにしたユズを散らします。

【福祉事業部】

排水管高圧洗浄のトラブルが増えています

「高圧洗浄で排水管をきれいにします」「詰まるとたいへんなことになります」「1箇所3,000 円」というチラシを見て、注文をしました。

実際に工事をするると、4 箇所を洗浄して、12,000 円の請求でした。これは、1回の洗浄で 3,000 円と誤解してしまった結果でした。

事実、1箇所という表記は下の方に小さく書いてあり、誤解を招くようになっていたのです。『排水管高圧洗浄キャンペーン』『近所もやっていたのでお宅でも...』などといった誘いの言葉・チラシには十分気をつけてください。

困った時には、消費生活センターまで!!

相談専用電話番号 04-7164-4100

全国の共通「消費者ホットライン」局番なし 188

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

一両面ご覧下さい

ふるさと富勢

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



令和3年2月(第297号) 1980年創刊

毎月1日 各戸配布 8,000部発行

3月下旬 恒例の富勢ウオーク中止

例年、桜を見ながら「ウオーキングとおしるこ」を楽しみましたが、今年はコロナ感染拡大防止のため、自粛中止と致します。

いろいろ、三密を避けての企画をしてみました、国よりコロナ感染自粛要請が出たため中止し、来年度あらためて企画ご案内申し上げます。【体育部】

布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

2月3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)
13:30~15:00

対象:0歳児と保護者

内容:0歳児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

申込:直接どうぞ

☆なかよし広場

2月9日(火)、23日(火) 10:00~11:20

対象:乳幼児と保護者

内容:乳幼児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

申込:直接どうぞ

★ひなまつり

3月1日(月) 10:30~11:30

対象:乳幼児と保護者(先着12人)

内容:簡単な工作、季節の歌、読み聞かせなどでひなまつりを楽しみます。

申込:2月2日(火) 13:30~電話で

★ふせミニフェスタ

3月29日(月) 10:00~11:00

対象:乳幼児から小学生(未就学児は保護者同伴)

内容:お店屋さんごっこ、魚釣り、工作コーナーなど、スタンプラリー形式で各コーナーを回ります。規模を縮小して行います。

場所:布施近隣センター会議室

申込:3月2日(火) 13:30~電話で(先着25人)

【布施遊戯室】



布施遊戯室 みんなでオニ退治(1/26)

コロナ禍でも 今なお「80%」なのですか!? 市立柏病院現地建替え対策委員会

市立柏病院の現在地における「建替え」に際して、市長が市民に示した「条件」の一つに、病床利用率の「80%以上」があるのは皆さんご承知の通りです。病院の建替えが、行政課題として市議会宛に提起された(2014年3月)そもその事由が、病棟その他建物の「老朽化」に起因していたことからすると、建設には多額な建設費を要するがゆえに、病院収支の改善に向けて病床の利用率を上げていかねばならない。しかしながら「多額建設費」と言っても、市議会宛提起の時点で、移転にしろ、現在地にしろ、向こう10年間ほどの収支予測では(対策委が何回も指摘してきた通り)、いずれも採算は充分に取れて、収益が上げられる「計画」になっていたのです。

その後、取ってつけたように、柏市健康福祉審議会の中にわざわざ「分科会」まで設置した。その分科会をして敢えて病床利用率80%以上を唱えさせる、これ即ち「迂回手法的遅延策」(=結論の遅延で「諦め感」を醸成)、と言って良いのかもしれませんが。そして、収まるどころかより一層拡大していくやに見えるコロナ禍の中でこの「条件」が、そのまま継続されるのですから、これは何か時代錯誤的「対応策」で、乗り切ろうとでもいうのでしょうか。【総務部取材】

「きたかしYP」と「富勢地域に住んで」 アンケート調査にご協力を

北柏町会ふるさと会館を中心に活動している、「北柏楽しいことやっちゃおうプロジェクト(きたかしYP)」では、住んで楽しい地域をつくる活動を行っています。このたびはその活動の基礎情報とするための、アンケートを行いますのでご協力をお願い申し上げます。

「富勢地域に住んでいて、地域をどのように思っておられるかを教えてください。」1月下旬から2月にかけて、アンケート用紙を配布しますのでご協力をよろしくお願いいたします。なおアンケートは3月中旬までに回答をお願いさせて頂き、回収箱を布施・根戸の近隣センターに設置します。一部の町会・自治会では会長経由でもご回答いただけます。またオンラインフォームによる回答も可能です。

北柏楽しいことやっちゃおうプロジェクト(略称きたかしYP):「北柏」で繋がる富勢地域のエリアマネジメントを行うことを目的に2019年6月に設立した任意団体です。代表:小齋隆宣(北柏町会 副会長)

【寄稿 北柏町会】

富勢地域には、柏市消防団の中で3分団が活動しています。 3か月にわたり、それぞれの分団の紹介をしていきます。【総務部】

柏市消防団第一方面第六分団です

富勢地区の布施連合町会管轄で布施新田町会、古谷町会、荒屋敷町会を担当しています、第一方面第六分団（布施）です。ウイングホール柏斎場の通りに消防小屋があります。

新入団員を募集しておりますので、興味がある方は各町会の役員へ問い合わせをお願い致します。

・消防団とは

消防組織法に基づいて各市町村に設置される、一般市民で団員が構成される消防機関です。災害から郷土をまもろうとする「郷土愛護」の精神に基づき住民有志によって組織されており、地域に最も身近な防災機関として火災を始めとする災害に対応して活動する機関です。そのために必要な規則、規律を有し、かつ、必要な教育訓練を行っている団体です。

・主な消防団活動

災害…分団器具置き場を拠点に消防団車両を使用して、火災の消火、風水害や地震による大規模災害時の救助・救出警戒監視、避難誘導、災害防御活動等

訓練…春季訓練、消防操法訓練、柏市・我孫子市共催水防訓練、秋季訓練、火災予防運動訓練、他
催事…柏市消防操法大会、消防出初式、他

研修…救急救命サポート隊研修、消防関係の講師を招き各種研修会、消防車の安全運転技能講習、他
火災予防・救急啓発活動…消防局主催の普通救命講習、また町会等においてAED、応急手当などの指導、他
警戒・警備…火災期の夜間特別警戒、柏まつり、手賀沼花火大会の警備、町会等の祭りの警備



・消防団員について

消防団長は、消防団員の推薦に基づき、市長が任命しています。消防団員は、市長の承認を得て、消防団長が任命しています。柏市消防団条例により定数を631名と規定されています。（実員同数）消防団本部員は29名、1分団あたり14名としています。階級は、7段階（団長、副団長、分団長、副分団長、部長、班長、団員）あります。入団資格：志操堅固（地域防災に熱意があること）で身体健強、市内に居住または従業する18歳以上の者です。入団希望が有りましたら下記

までお問い合わせ下さい。

柏市消防局消防団課

所在地 柏市松葉町7丁目16番7（柏市消防局3階）

電話番号 04-7133-8791

【寄稿 柏市消防団第一方面第六分団】

We Love Kashiwa

元気な柏発信プロジェクト

『振り込め詐欺』を防ぐ 環境づくりをしましょう！

振り込め詐欺は、年々手口が複雑化、高度化しています。被害にあわないためには、本人が気をつけることはもちろん、家族や周囲の協力も欠かせません。

振り込め詐欺を防止する環境づくりを行いましょう。
防止策

- ① 定期的に家族や親せきと連絡をとりましょう。
- ② 家族や身近な親戚しか知らない内容を『合言葉』にしましょう。
- ③ 固定電話を工夫して、家にいる時も留守番電話

に設定し、いったん『留守番電話』で受け、考える余裕を持ちましょう。

- ④ 地域の見守りで詐欺を防ぎましょう。家族や周囲の方々が、日頃から手口や被害などについて話題にし、変化に気づき注意するよう呼びかけ、相談機関につなぐ『地域の見守り活動が』大切です。

困った時には、消費生活センターまで!!

相談専用電話番号 04-7164-4100

全国の共通「消費者ホットライン」局番なし188

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

ふるさと富勢

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



令和3年3月(第298号) 1980年創刊

毎月1日 各戸配布 8,000部発行

富学協(ふがっくきょう)をお見知りおきください!

こんにちは。柏市立富勢中学校区学校運営協議会、略して「富学協(ふがっくきょう)」です。

この協議会は学校の運営に必要な支援に関して協議する機関として、保護者や地域住民の協力を得て児童生徒の健全育成に取り組む組織です。柏市では令和元年から始まり、令和5年をめどに全校配置を目指しています。富勢地区では令和2年度から活動を開始しました。

「富学協」と略称をつけた、その心は「富岳(富士山)が見える富勢地域を、より強調し、富士山のごとく広い裾野を持ち、その地域を潤すような活動を目指す。」です。



子どもの幸せが親の幸せ。親の幸せは地域に広がり、子どもたちの未来の幸せに繋がると信じ活動し、また座布団のように子ども

を下から支え、風呂敷のように優しく包み込む存在になりたいと思っています。

私たちの活動は富勢地区の皆様のご協力無しでは成り立ちません。皆様どうぞ富学協の活動にお力添えをお願いいたします。



【寄稿 富学協会長 涌井正幸】

【以下は総務部で聞き取った内容です】

文部科学省が提唱している、コミュニティ・スクール(学校運営協議会制度)です。富勢地域3小学校、1中学校それぞれで組織することができますが、富勢として、4小中学校で一つの協議会にして、委員数も、4校併せて29名にしているとのこと。

前年はコロナ禍により、具体的な活動ができなかったようですが、いずれは、交通・防犯防災などや家庭科授業・部活動などに、住民の皆さんの多様なノウハウの提供をお願いすることも出てくると思います。その際は、是非とも皆様のご参画をお願いいたします。【総務部】

「分科会」設置は、何だったのか!

市立柏病院現地建替え対策委員会

7年前の3月、市長は、市立柏病院建物の「老朽化」に伴い、これを建替えたいとして、①現地と、②柏の葉地区への移転という2案を、議会宛に提示しました。そこでは、病院建設債の発行(①75億円、②95億円)とそれぞれ30年かけての償還(法律上の決定事項)を含めて、いずれも十分に採算の取れる計画が示されていたのです。ところが、ここでの「移転」が不可となるや、市長は全く意味のない町会毎の「意見交換会」を実施したり、挙句の果ては柏市健康福祉審議会の中に、「病院事業検討専門分科会」なるものを設置。当該分科会が、病床利用率80%を超え

布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

3月3日(水)、10日(水) 13:30~15:00

対象:0歳児と保護者 直接どうぞ

内容:0歳児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

☆なかよし広場

3月9日(火)、23日(火) 10:00~11:20

対象:乳幼児と保護者 直接どうぞ

内容:乳幼児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

手遊びや体操なども行います。

★ふせミニフェスタ

3月29日(月) 10:00~11:00

対象:乳幼児から小学生(未就学児は保護者同伴)

内容:お店やさんごっこ、魚釣り、輪投げ、工作など各コーナーをスタンプラリー形式で回ります。

場所:布施近隣センター会議室

申込:3月2日(火)13:30~ 電話で(先着25人)

★なかよし広場スペシャル

「みんなで作ろう!こいのぼり」

4月27日(火) 10:00~11:20

対象:乳幼児と保護者

内容:親子で交流しながら簡単な製作や季節の歌などを楽しみます。

参加費:無料

場所:布施遊戯室

申込:4月16日(金)13:30~

電話で(先着14人)

【布施遊戯室】

ることなどを、建替え判断の数値基準とさせたのです。(2017年8月)

議会宛提示案2件の内の1件が、止むを得ぬ事情により不可となった場合、普通の常識からすれば、残された1件(ここでは、①)で実施していくのが当然なのです。ところが市長は、既述のように新たなハードルを設けることで、結論引き延ばしへの免罪を得ようとしてきたものと思われま

す。私たちは、この進め方はおかしいと考えています。当初、議会宛に提示した2案は何だったのか。これらの「案」の作成に際しては、相応の時間・労力・費用が掛けられていました。にもかかわらず、あえて「分科会」まで設置したのは、何故なのか、私たちには理解できません。【総務部取材】

富勢地域では、柏市消防団3分団が活動しています。
 今月は第六・第七・第八分団の中で、第七分団の紹介です。【総務部】

こんにちは 柏市消防団第一方面第七分団です



今月は第一方面第七分団（土谷津）が担当します。本分団は第六分団と同じく、富勢地区の布施連合町会管轄で、土谷津町会、新屋敷町会、寺山町会のメンバーで構成されています。

器具置き場は、円性寺の隣にあります。

消防団では新入団員を募集しています。興味がある方や地域に貢献してみようと思う方はぜひ一緒に活動してください。入団希望がありましたら、柏市消防局消防団課（04-7133-8791）や、柏市消防局富勢分署（04-7131-6751）へお問い合わせください。



令和3年度の活動予定

先月は消防団の組織構成や概要についてお伝えしました。今月は令和3年度にどのような活動が予定されているのか紹介いたします。

4月	・健康診断 ・春期訓練	11月	・秋季訓練
5月	・柏市消防操法大会	12月	・夜間特別警戒
6月	・我孫子市・柏市共催 水防演習訓練	1月	・柏市消防出初式 ・夜間特別警戒
7月	・柏まつり警備(令和3年度は中止) ・地域のお祭り警備	2月	・夜間特別警戒
10月	・消防団運動会	3月	・春季火災予防訓練
その他 火災出場 器具点検（毎月1回） 普通救命教習会講師（応急手当普及員資格所有者）			



現在活動している団員も全員、普段は各自の仕事に就いています。その中で各団員ができる範囲内で活動しています。ですので、勤務の都合で参加できないことがあっても構いません。

2月13日に、東日本大震災の大きな余震が発生しました。消防団は災害から自分たちの暮らしを守ることを目的に組織されています。富勢地区の皆様におかれましては、引き続き消防団活動へのご協力をよろしくお願いいたします。【寄稿 柏市消防団第一方面第七分団】

水が出ない！ 止まらない！ 流れない！

あわてて、修理を頼んだことからの“トラブル”が増えてきています。

- ・広告には「修理代金〇〇円から」とあっても、実際にその料金で修理できるとは限りません。『必ず見積もりを書面で出してもらいましょう』
- ・水もれは、止水栓を閉めれば、いったん止まります。あわてないで！
- ・日頃から、安心して頼める業者を探しておきましょう。

- ・市役所に相談して、指定の業者を紹介してもらうこともできます。

困った時には、消費生活センターまで!!

相談専用電話番号 04-7164-4100

全国の共通「消費者ホットライン」局番なし 188

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

We Love Kashiwa

元気な柏発信プロジェクト



一両面ご覧下さい

ふるさと富勢

令和3年4月(第299号) 1980年創刊
毎月1日 各戸配布 8,000部発行

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



定期総会を6月上旬に開催予定

令和3年度が始まりましたが、新型コロナウイルスの感染状況は、まだまだ落ち着く気配が見えて来ていません。そんな中ですが、当協議会活動は順次、開催する方向で準備することになりました。

さしあたり、3年度の定期総会は6月上旬に開催を予定しています。改めて町会・自治会、関係者の皆様に連絡致します。

他の行事においても、開催する時は、事前に案内を、していきます。どうぞ、関係者の皆さまのご理解ご協力をよろしくお願い致します。【総務部】

空から自転車が降って来た！

あわや 交通事故に……！



布施入口の改修後の歩道橋。写真手前にバス通りその道路向かいがドミノピザ店
3月9日にラバーポールが設置されました

富学協(ふがつっきょう)にメールが来ました。

『布施入口交差点歩道橋の下りスロープで加速した自転車がドミノピザに向かって一気に横断歩道を走り抜ける事態があったそうです。信号が点滅していたので、あせったのでしょうか！歩道橋の壁が邪魔をして、左折車からは自転車は見えません。左折車も信号が点滅しているので、スピードを出しています。左折車にしてみれば、空から自転車が降って来た感覚だと思います。いつか必ず事故が起こります！』

2月24日千葉県柏土木事務所に状況を伝え、3月9日ラバーポールを設置。のちに鋼管ポールの本設置となります。じゃまと感じるかと思いますが、通学路安全最優先のご理解をお願いします。

富勢小学校児童の通学時は、交通量の多い布施入口交差点は利用せず歩道橋を利用するよう指導しています。

この交差点に、茨城県方面からの左折車線ができあがると、さらに交通量増加と速度超過も予想されます。

歩道橋のスロープは、自転車を押しての利用がルールであり、横断歩道を利用する際は、より一層のご注意をお願いいたします。

【寄稿 富勢中学校区学校運営協議会長 涌井正幸】

布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

4月14日(水)、21日(水)、28日(水)

13:30~15:00

対象:0歳児と保護者 直接どうぞ

内容:0歳児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

☆なかよし広場

4月13日(火) 10:00~11:20

対象:乳幼児と保護者 直接どうぞ

内容:乳幼児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

★なかよし広場スペシャル

「みんなで作ろう!こいのぼり」

4月27日(火) 10:00~11:20

対象:乳幼児と保護者 先着14人

内容:こいのぼりの簡単工作をして、季節の歌などを楽しみます。

申込:4月16日(金)13:30~ 電話で

【布施遊戯室】

姿・中身を変えてこそ

病床利用率は上がって行くのです!

市立柏病院現地建替え対策委員会

3月議会が、3月22日をもって終了しました。病院建替え問題に関しては、全く進展が見られませんでした。市の医療行政としては、新型コロナ感染症への対応を最優先課題と位置づけ、最大限の諸施策を講じていくといったことです。それはそれとして、今の「コロナ問題」が一定の期間を経て収束に向かったとしても、同様のことがいつか又、我が国を含めた世界の何処かから必ず起こってくる、と言われていています。

そうした場合に、当該「コロナ」における教訓を踏まえた上で市立柏病院は、中規模の公立病院として、柏市を始めとした現在の医療圏域の中で、どのような役割を担っていくべきか、というところを早急に議論し、考えをまとめておかねばならないはずですが。そのためには、病棟のみならず治療その他管理棟に関しても、可能な限り早期に建替えを果たし、新たな「時代」への受け入れ体制を整えておかねばなりません。

建替えに当たって市長は、多額の費用が見込まれるので病床利用率を上げ、経営指標を安定させてから、その判断をしたいとのことですが、病床利用率を上げていくには、今や「姿も中身も」時代の要請に即した病院に生まれ変わってこそ成し遂げられること必定です。その意味で私たちは、市長が考えを「逆転」すべきと、思っています。【総務部取材】

富勢地域では、柏市消防団3分団が活動しています。
今月は第六・第七・第八分団の中で、第八分団の紹介・最終回です。【総務部】

柏市消防団第一方面第8分団です。



4月号は1-8根戸分団が担当します。
根戸分団は根戸地区の13町会から成り立っています。
消防小屋(器具置き場)は、マミーマート裏にある白い建物が目印になります。住所 柏市根戸 470-49



火災発生時に
おける行動

- ・火災発生時においては、原則として“ちば北西部指令センター”からの携帯メールへ指令(災害メール)が入り、火災発生場所を管轄する分団が出動します。その後、所属している器具置き場に行き消防車に乗り替え火災現場に向かいます。
- ・火災現場では主に消防局のアシストや自ら消火栓を探して車両に結合し消火活動を行います。また現場付近の交通整理なども消防団の仕事になります。火災現場で迅速な対応ができるよう日頃から訓練を行い消防活動に積極的に取り組んでいます。

1-8根戸分団では現在14名中、在籍人数12名で活動しています。

消防団に興味のある方、災害時に家族を守るすべを身に着けたい方、AED等々免許を取得したい方大歓迎です。

是非一緒に活動しましょう。

興味がある方は柏市消防局消防団課(04-7133-8791)又は柏市消防局富勢分署(04-7131-6751)へお問い合わせください。

【寄稿 柏市消防団第一方面第八分団】

3か月にわたり、消防団の記事を提供して頂きました皆様、ご協力ありがとうございました。

【総務部】

卒業生にカーネーションをプレゼント

青少年健全育成推進協議会

2020年は新型コロナウイルス流行の影響で地域のすべてのイベントが中止となりました。例年であれば、サマースクール、八朔相撲、三世代体育祭、体験教室と、子どもたちに、地域とのつながりや楽しい場を提供してきた私たちの活動も行うことができず、残念な一年となりました。

この様な状況で、子供たちに何か喜んでもらえることはないかと考え、異例ではありますが今年は、卒業祝いに富中と3小学校の卒業生にカーネーションの花をプレゼントすることにしました。【寄稿】



詳細は、ホームページ(裏の右上のQRコード)にアップしています。どうぞご覧下さい。【総務部】

不審なメール届いていませんか？

『有料動画の閲覧履歴が発生しております。本日ご連絡なき場合、法的手続きに移行します。』

○×サポートセンター TEL0000-0000』

→表示された番号に電話すると高額な請求を受けます。絶対に電話してはいけません。

『○×急便からの不在通知メールも入ります。お届け先不明のため確認願います。下記のURLをクリックして配達先の確認をお願いします。』

http://xxxxxxx』

→悪いフィッシング詐欺用サイトかもしれません。URLをクリックしてはいけません！

いずれも、心当たりがない時は、無視して下さい。

困った時には、消費生活センターまで!!

相談専用電話番号 04-7164-4100

全国の共通「消費者ホットライン」局番なし 188

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

We Love Kashiwa

元気な柏発信プロジェクト

ふるさと富勢

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



令和3年5月(第300号) 1980年創刊

毎月1日 各戸配布 8,000部発行

令和3年度定期総会 6月6日に開催!!

前年度は、コロナ禍により書面総会にしましたが、今年度は、3密をさけて換気・消毒に十分に注意して、開催することに致しました。

開催日時 6月6日(日) 13:30～
会場 布施近隣センター会議室

議事次第

- 第1号議案 令和2年度 事業報告
- 第2号議案 令和2年度 決算報告
- 第3号議案 令和2年度 会計監査報告
- 第4号議案 令和3年度 事業計画案
- 第5号議案 令和3年度 収支予算案
- 第6号議案 令和3年度 役員の選出

関係者の皆さまには、それぞれ通知申し上げます。
ご出席をよろしくお願い致します。 【総務部】

令和3年度 ゴミゼロ運動中止

柏市長より、中止の通知がありました。
『毎年多くの皆様に御参加いただいておりますゴミゼロ運動について、本年度も新型コロナウイルスの感染拡大防止及び参加される皆様の健康・安全面を第一に考慮した結果、やむなく中止させていただくことになりました。』 【環境部】

グラウンド・ゴルフ大会 今秋開催を模索!

例年6月に開催しているグラウンド・ゴルフ大会ですが、新型コロナ変異ウィルスの流行、コロナワクチン接種の遅れなどで、6月開催は見送りました。

11月には開催できることを願い、準備は進めていきます。コロナウィルス感染拡大も収まりを見て、無事開催できることを祈っております。

開催できるときは、改めて町会・自治会長にご連絡致します。 【体育部】

高齢者向けに鳥取県が発祥の地とされているグラウンド・ゴルフ大会ですが、「グラウンド」が「土・運動場(ground)」を表し、「グランド」は「壮大・雄大(grand)」の意味です。 【総務部注】

富勢人事往来(敬称略) 令和3年4月1日

富勢小学校校長 鈴木 成幸 ⇒ 中谷 光男
富勢東小学校校長 伊藤 雅朗 ⇒ 宮本 健寿

We Love Kashiwa

元気な柏 発信プロジェクト



布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

5月12日,19日,26日各水曜日 13:30～15:00

対象:0歳児と保護者 直接どうぞ

内容:0歳児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

☆なかよし広場

5月11日(火)、25日(火) 10:00～11:20

対象:乳幼児と保護者 直接どうぞ

内容:乳幼児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

★ファミリーデー

「みんなで遊ぼうプラレール」

6月6日(日) 10:30～11:30

対象:幼児～小学生と保護者 (先着20人)

内容:広い和室で、沢山のレールをつなげて電車を走らせて遊びます。ご家族での参加をお待ちしています。

申込:5月16日(日) 13:30～電話で

【布施遊戯室】

春は出会いと別れの季節

新担当にバトンタッチ!

4月から、富勢ちいきいきいきセンターのメイン担当が交代しました。

新担当の漆原(うるしはら)です。入社したてで初めてづくし…慣れるまで何かとご迷惑をおかけしてしまうと思いますが、いち早く富勢地域に馴染めるよう皆さまのお役に立てるようがんばります!火・水・金曜日 10時～16時、布施近隣センターにおりますので、お気軽にお声かけください。



開設から4年間担当してきました小野です。

4月から新富ちいきいきいきセンターを担当することになりました。富勢での経験を活かしてこれからもがんばります!地域の行事にたくさん参加させていただき、いつも快く受け入れて下さってありがとうございました。

今後は時折の水曜日に、従事することもあります。

【富勢ちいきいきいきセンター 7128-9871】

一両面ご覧下さい

令和3年度協議会役員(案) (敬称略)

6月6日の定期総会で承認される見込みです。

会長 後藤 敏
副会長 柳 義勝・手塚 建二・涌井 正幸・後藤 昭
坂巻 満夫
事務局 秋山 宏夫・井出 治之
会計 宮崎 昭政
会計監査 伊藤 毅・南 忠司
総務部長 秋山 宏夫
福祉事業部長 山口 正美
事務局長 村上 邦子
防災防犯部長 村山 桂三
文化部長 増野 晴康
体育部長 涌井 正幸(兼務)
環境部長 後藤 昭(兼務)



A～G地区ブロック長 および 行政関連団体代表
4団体代表者の一部が、4月25日現在未定です。
定期総会議案書に掲載します。 【総務部】

病床利用率を「上げてから」ではなく 「上げていくための建替え」です！

市立柏病院現地建替え対策委員会

病院建替え問題における3月議会での進展は(ご承知の通り)、全くありませんでした。私たちは、新型コロナウイルス感染症の発端、その後の経過からしても、今こそ、老朽化した市立柏病院が、地域医療の拠点として生まれ変わるチャンスだと考えます。建替えには当然のことながら、少なくとも4～5年の期間が必要でしょう。従って、今となっては取り敢えず、その建替えに向けての方向性を明確にしていくことが第一歩となりますが、1日でも早くその決断をすべき時がきているものと思っています。

これまでも何回となく言ってきましたが、現在の感染症が仮にいつかの時点で収束したとしても、必ずや次なる「感染症」が、我が国を含めた世界の何処かからやってくるのです。加えて、少子高齢化はより一層進展していくのですから、入院などを含めた一般の医療需要は、「増加」していくのが当然であり、「減少」は先ずあり得ない状況です。

かかる客観的背景が確認できるのであれば、前号でも触れたように、病床利用率を上げてからではなく、時代の要請に見合った建替えこそが、利用率を上げていく最善の「道」であり、実施すべきものと考えます。

【総務部取材】

新型コロナワクチン接種が始まります なりすましにご注意を！！

「ワクチン接種ができる。後日返金するので、お金を振り込むように」などと、公的機関等をかたった、なりすまし詐欺が発生しています。

- ・市役所や保健所の職員が、お金を要求することは一切ありません。
- ・電話やメールで個人情報を求めることはありません。不審に思った時、困った時には一人で悩まず、柏市役所、柏警察署・柏市消費者生活センターに、相談しましょう。

柏市消費生活センター 7164-4100

消費者ホットライン 局番なし 188

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

坂巻 勝氏(享年75歳)を悼む

平成19年から体育部長を在任してきた坂巻 勝氏。令和2年11月12日の朝、自宅で倒れて救急搬送され、その後治療に専念していましたが、12月2日に帰らぬ人となりました。

坂巻氏は、体育部長を14年歴任しており、グラウンドゴルフ大会、富勢ウォーク、健康柏おどりなどの行事を精力的に行ってきました。

八朔相撲大会においては審判部長も務め、さらに昼休みのイベント「ちびっこ相撲」に大相撲の力士招致にも尽力し、大会を盛り上げました。

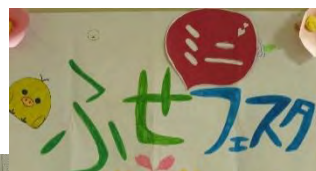
また、市立柏病院現地建替え対策委員会の幹事としての活躍や、青少協の会長の引き受けや、通学時朝の学童見守りに柏高校入口交差点に立つなど、多方面に欠かせない人で、本当に惜しい人をなくしました。

この2月18日に、柏市教育委員会から「教育功労者表彰」を受けました。さらに6月6日の定期総会の席上で、ご遺族に「表彰状」を授与し、その功績をたたえ、ご冥福をお祈り申し上げます。 【総務部】

本誌「ふるさと富勢」300号を迎えました

平成8年(1996年)1月に創刊してから、数回の休刊月がありましたが、今月で300号を迎えました。

また、表紙タイトルに「1980年創刊」と記載していますが、これは、昭和55年(1980年)10月に、広報「あけぼの」を創刊したことによるものです。昭和55年5月に布施近隣センターが開設し、「布施近隣センター運営委員会」において、あけぼのを創刊し、翌56年5月に発足した当協議会が引継ぎました。「ふるさと富勢」発行後の「あけぼの」は季刊誌として継続し、現在は年1回、当協議会役員・委員の住所一覧として限定発行しています。【総務部】



ミニふせフェスタ

3月29日
布施遊戯室



300号記念特別号

6月にカラー判で発行予定! お楽しみに!

ふるさと富勢

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

令和3年6月(第301号) 1980年創刊
毎月1日 各戸配布 8,000部発行

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



「声かけ訪問」は 中止に !!

民生委員児童委員協議会

毎年5月から6月末まで、75歳以上の方への「声かけ訪問」を柏市と合同で実施してきましたが、新型コロナウイルス感染の収束が見えないことから、昨年に引き続き、声かけ訪問事業を断念することになりました。訪問できないことは大変残念なことです、ご理解のほどよろしくお願ひします。

なお、お困りごとなどがありましたら、下記までご連絡ください。

北柏地域包括支援センター 7130-7800

富勢ちいきいきいきセンター 7128-9871

(火、水、金)

【福祉事業部】

青少協 令和3年度定期総会を開催

5月8日(土) 富勢東小体育館において、定期総会が開催されました。

昨年は新型コロナウイルスの影響で行うことができませんでした、今年は感染対策を十分にとり、短時間・少人数でフィジカルディスタンスを確保しての開催となりました。



コロナ禍の中でも富勢地区の子供たちに、「どんなことを」「どうやって」届けられるか、一昨年までの青少協の活動にこだわらず、考えていきたいと思ひますので、これからもよろしくお願ひいたします。

令和3年度の役員は次のとおり決定しました。

会長：涌井正幸

副会長：南 忠司・小林真千子・岩石千津

総務：留守由美

会計：櫻井佳代子

会計監査：井坂憲一・田中康数

【寄稿 富勢地区青少年健全育成推進協議会】



布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

6月2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)

30日(水) 7月7日(水)、14日(水)

13:30~15:00

対象：0歳児と保護者

内容：0歳児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

申込：直接どうぞ

☆なかよし広場

6月8日(火)、22日(火)

7月13日(火)、27日(火) 10:00~11:20

対象：乳幼児と保護者

内容：乳幼児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

申込：直接どうぞ

★ファミリーデー

「みんなで遊ぼうプラレール」

6月6日(日) 10:30~11:30

対象：幼児~小学生と保護者 (先着20人)

内容：広い和室で、沢山のレールをつなげて電車を走らせて遊びます。ご家族での参加をお待ちしています。

申込：定員に達したので、〆切りました。

【布施遊戯室】

消費生活コーディネーターってなに？

消費生活コーディネーターとは、地域の消費者のリーダーとして、各ふるさと協議会から推薦され、柏市より委嘱を受けています。

日常生活の中で、消費者トラブルは誰にでも起こりうるものです。トラブルを未然に防ぐために、消費生活コーディネーターは、消費生活センターから寄せられた情報を市民に伝え、また皆様からの情報をセンターに届けるなど、**安心安全**を守るため、地域の方々と連携しながら活動しています。

だまされたり、強引に押し付けられたとわかったときは、柏市の相談先として消費生活センターがあります。その橋渡しとして、消費生活コーディネーターがいます。

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

We Love Kashiwa

元気な柏 発信プロジェクト

富学協 企画会議・班長会議開催

5月15日(土) 富勢西小学校コンピュータ室で、富学協の第2回企画会議・第1回班長会議を開催しました。

富学協は4種類の会議体を設けています。

- ①「企画会議」～4校の校長と会長、副会長、筆頭班長の7名で全体の検討事項などを協議します。
- ②「班長会議」～各担当班長と企画会議メンバーにより、課題を仕分けし方向性を話し合います。
ITデジタル班長および筆頭班長：小笠原宏之
イベント班長：前川八彦
学校支援班長：茂木 晃
広報班長：小林真千子
総務班長：留守由美
- ③「全体会議」～委員全員参加による会議です。今年度は7月10日、10月9日、令和4年1月29日、3月12日の4回の会議を予定しています。
- ④「班会議」～各班でさまざまな課題に対して検討し解決策を模索します。



富学協の委員はいずれかの班に所属しますが、今後は地域の皆様にも、ぜひご参加いただいて、地域とともにある学校運営をめざしていきます。

【寄稿 富勢中学校区学校運営協議会】

コロナに負けない身体づくり

免疫力を高め、コロナウイルスに活!!

免疫力とは、細菌やウイルスから身体を守ること。免疫力を高めるには、**適度な運動・十分な睡眠・バランスの良い食事・笑顔**。(免疫細胞の活性化)

免疫力を高める食材

◇発酵食品(ヨーグルト、納豆、キムチ、味噌、チーズ、ぬか漬け、塩麴)



◇緑黄色野菜(ブロッコリー、人参、かぼちゃ、トマト、ピーマン、小松菜など)



◇根菜類(ごぼう、じゃがいも、生姜、にんにく)



◇きのこ類 ◇果物 ◇海藻

コロナに負けないように、上記の食品をバランス良く考慮しながら、お食事のメニューを考えてみて下さい。

次回は、発酵食品をテーマにご紹介します。

【福祉事業部】



おうちで簡単！筋肉量チェック

新型コロナウイルスの感染が拡大する中、外出も自粛、屋外での運動・ボランティア等の活動も自粛、持病の定期通院も通院間隔が長くなり、身体の些細な不調を伝えづらくなって…と心身機能が低下しがちです。そこで、今のご自身の筋肉量を道具も何も使わずできる、指輪っかテストでチェックしてみませんか？

●指輪っかテストでサルコペニアの危険度チェック サルコペニアとは？

年をとるにつれて、筋肉が衰える現象です

- ①両手の親指と人差し指で輪を作ります。
- ②利き足ではない方のふくらはぎの一番太い部分を、力を入れずに軽く囲んでみましょう。
⇒下図の右側、指とふくらはぎの間に隙間ができた方は、転倒・骨折など様々なリスクが高まっている可能性があります。



サルコペニアを予防するためには、適度な運動が効果的です。

「ちょっと運動したいな?」「家でできる簡単な体操はないかな?」「でも、どこに聞けばいいんだろう?」と思われたあなた。お気軽に富勢ちいき♡いきいきセンターにご相談ください。

【富勢ちいき♡いきいきセンター】

ネット通販無料を語り 実は定期購入契約

『お試し』被害急増 !!

格安や無料の試供品を提供し、利用者が気に入れば、定期購入するという形式ですが、実際は触れ込みと違う契約でした、というトラブルが多発しています。

『お試し 送料込み百円…』

高価なサプリメントをお得に試せるという広告を見たAさん。早速申し込むと、商品が届きましたが、良く見ると定期購入契約でした。解約することにしたものの、手続きは「電話のみ」で、業者に何十回も電話しても、つながらず困った、という相談がありました。

契約する前に、良く考え、良く調べてからにすることが肝要です。不審に思った時、困った時には一人で悩まず、柏市消費生活センターに、相談しましょう。

柏市消費生活センター 7164-4100

消費者ホットライン 局番なし 188

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

一両面ご覧下さい

ふるさと富勢

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

令和3年7月(第302号) 1980年創刊
毎月1日 各戸配布 8,000部発行

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



2年ぶりに定期総会を開催

6月6日(日) 布施近隣センター会議室において、令和3年度の定期総会を開催しました。



コロナ禍の中、出席者を40名と少なくしての開催となりました。(総数142名 委任状61通)

2年度の事業は、残念ながらほとんど中止せざるを得なく、さみしい報告になりました。また、3年度の事業計画は、まだまだ収束が見えない中で、状況により開催する時には、改めて町会・自治会に連絡することで承認を得ました。

また、2年度決算は、繰越額が多くなったことから、3年度予算において、町会・自治会負担金額を例年230円/戸を100円/戸に減額することで、承認を得ました。

3年度役員は、提案通り承認されました。A～Gブロック長および行政関連団体の代表は次のとおりです。[敬称略]

ふるさと協議会の役員は、5月号に掲載済みです。

地区 ブロック長 町会・自治会

A	上村 徳昭	荒屋敷町会
B	萩原 敏行	布施新町町会
C	五十嵐百合恵	利根町会
D	土井 一雄	高野台町会
E	水沼 等	ウエルフェアグリーン柏自治会
F	香取 雷治	根戸グリーンタウン自治会
G	大川 善光	北柏町会

「感染症対応」を含めた建替えを!!

市立柏病院現地建替え対策委員会

ワクチン接種が進み始めて、早くもその効果がそれとなく感じられてきているやに思われます。むろんまだまだ予断が許されない状況ではありますが、室内換気の徹底、ソーシャルディスタンスの確保、マスクの着用といった対応に加え、ウィルスそのものを遮断するワクチン接種が、広く国民各層或いは各地域住民に浸透していくことにより、これまでのコロナ禍はいずれ収束に向かっていくはずです。

今回の6月議会においても、市立柏病院の建替えに関して市長は、従来からの考えを変えようとはして

布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

7月7日(水)、14日(水) 13:30～15:00
(夏休み期間中はお休みです。)

対象: 0歳児と保護者 直接どうぞ

内容: 0歳児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

☆なかよし広場

7月13日(火)、27日(火) 10:00～11:20

8月10日(火)、24日(火) 10:00～11:20

対象: 乳幼児と保護者 直接どうぞ

内容: 乳幼児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

★夏☆フェスタ・ミニ 2年ぶりの開催です

8月2日(月) 10:00～11:00

場所: 布施近隣センター会議室

対象: 乳幼児～18歳(未就学児は保護者同伴)

申込: 7月2日(金)13:30～電話で 先着25人

今回は、子ども実行委員・地域ボランティアの協力を得ず、規模を縮小して感染症対策をしながら、行います。例年の『おばけやしき』の代わりに、初の試みで『迷路』遊びのほか、夏祭りのお店や工作で遊びます。
【布施遊戯室】

行政関連団体

富勢地区民生委員児童委員協議会	山口 正美
富勢地区青少年健全育成推進協議会	涌井 正幸
柏市民健康づくり推進員	岡崎 正枝
柏市シニアクラブ連合会富勢支部	杉本 定夫

【総務部】

いません。私たちは、コロナ感染症があろうとなかろうと、柏市北東部の当該地域に長年にわたって存在してきたこの病院が、市民ないしは周辺域の住民にとってなくてはならない医療機関だと考えて来ました。そして今回のコロナ禍を経て、公立・中規模病院としての市立柏病院が、正に建替えの時を迎えて(通り越して)いるのですから、その内容(設計等)の中に当然のことながら、感染症対応が含まれるものでなければなりません。

これまでの経緯はともかくとして、市長が「考え」を改めるべく、皆さんと共にこの運動を続けていく所存です。
【総務部取材】

コロナに負けない身体づくり

(免疫力を高め、コロナウイルスに活!!)

美肌や免疫力UPなど、今注目されている『腸活』『菌活』。コロナの感染拡大の影響で、納豆やヨーグルトに代表される発酵食品がスーパーで一時的に売り切れたようです。

そこで、今回は**発酵食品**について調べてみました。**発酵食品**とは、大豆、米、麦、魚、肉などの原料に含まれるタンパク質やデンプン質などの栄養素を細菌、麹カビ、酵母菌などの微生物によって分解(発酵)することによってできた食品のことです。

発酵食品の効果は

- ①免疫力UP
- ②アンチエイジング
- ③デトックス
- ④生活習慣病を予防



数々のパワーを持つ、安価で

入手しやすい発酵食品は毎日摂取したいですね。

どこのお宅にもある『味噌』・・・



麹菌、酵母菌、乳酸菌の3つの菌でできた発酵食品。お味噌汁なら毎日一杯を飲み続けることがポイント。血圧が気になる方は、減塩味噌やカリウム(塩分を排出する)を多く含む緑黄色野菜・芋・海藻類を具材に選ぶことをお勧めします。

ワンポイントアドバイス

朝の忙しい時間に、お味噌汁を作るのは大変という方に必見、**味噌玉**を作ってみませんか？

(味噌玉とは、手作りインスタント味噌汁のこと)作り方はとても簡単！かつお節や顆粒だしと味噌、具材を合わせ、1食分ずつ丸めてラップで包むだけで完成です。食べる時は、お湯をかけるだけでOK。ラップに包んだ味噌玉の日持ちは、冷蔵なら1週間ほどですが、冷凍なら1ヶ月ほど保存可能に。

冷凍した場合も、お湯をかけるだけですぐに食べられますし、お鍋を洗う手間も省け簡単で便利です。発酵食品を上手に取り入れて、免疫力UPに心がけましょう。

次回は、緑黄色野菜をテーマにご紹介します。

【福祉事業部】

小学校推薦の6氏に感謝状授与

6月6日(日) 当協議会定期総会開会前に、学童の安全通学に尽力された、富勢・富勢東・富勢西小学校、それぞれから推薦を受けた6氏に、感謝状と記念品を授与しました。

富勢小学校 ~網野耕造さん 岡崎史子さん

富勢東小学校~長堀慎治さん 秋山三雄さん

塚本 亮さん

富勢西小学校~坂巻 勝さん(故人)

坂巻勝さんには、富勢ふるさと協議会功労者表彰も行ないました。

【総務部】



ここにあります！

富勢ちいき♡いきいきセンター

もう既にご存知の方も多いと思いますが、改めてご紹介いたします。

いきいきセンターは柏市内に8か所あり、柏市社協職員が、皆さまからの福祉に関する様々なご相談に、対応させていただいています。

富勢地区は平成29年5月に開設され、5年目を迎えました。この4月から、漆原(うるしはら)がメイン担当させていただいています。「ふるさと富勢」5月号に掲載されております。

富勢ちいき♡いきいきセンターを、もっと知って、もっと利用していただきたいと思い、今号で、改めて開設場所をご紹介します。図書館分館や近隣センターへお越しの際には、相談ごとがあるなしにかかわらず、どうぞお気軽に立ち寄り、お声おかけ下さい。

開所日：毎週火・水・金曜日

開所時間：午前10時から午後4時まで

連絡先：7128-9871

布施近隣センター2階見取り図



【富勢ちいき♡いきいきセンター】

優先的にワクチンが打てますよ!!

という甘い誘いは詐欺です !!

行政機関の職員を騙(かた)り、新型コロナウイルスワクチンに便乗した詐欺電話の相談が、全国で増えています。

一日も早くワクチンを打ちたい、という気持ちを逆手にとったワクチン詐欺です。

国や自治体が、ワクチン接種のために、金銭や個人情報、電話やメールで求めることはありません。「ワクチン詐欺かも?」と思ったら、一度電話を切って、周りの人に相談しましょう。

柏市消費生活センター 7164-4100

新型コロナウイルス ワクチン 詐欺ホットライン

0120-797-188

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

We Love Kashiwa

元気な柏 発信プロジェクト

一両面ご覧下さい

ふるさと富勢

令和3年8月(第303号) 1980年創刊
毎月1日 各戸配布 8,000部発行

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



2年続けての中止に追い込まれる

6月26日に役員会を開催し、当面、次の行事を中止することに決定しました。

10月 八朔相撲大会

10月 三代ふれあい体育祭

10月～11月 文化祭(文化展 囲碁将棋大会
音楽発表会 芸能大会)

11月 富勢中学校生徒ボランティアによる花鉢配布
(例年、ビオラの鉢を「83歳以上の高齢者」と
「70歳以上のお一人暮らしの方」に届けています)

今後はワクチン接種効果に期待を込めつつも、当面は、コロナウイルス感染の推移を見ながら活動の可否を考えて行くことにしております。開催を決めた場合は、町会・自治会に事前にお知らせします。

【総務部】

病床利用率 80%の達成は 建替えてこそ!!

市立柏病院現地建替え対策委員会

市立柏病院現地建替え問題に関して、市長は、6月議会においても、新たな意思や決意の表明には到りませんでした。柏市広報紙「かしわ」の7月1日号によると、柏市健康福祉審議会から示されていた①「病床利用率(平成30年度80パーセント)の達成」と②「小児科の入院体制のめどがたつこと」の2つのうち「平成30年には小児科の入院体制を整えることができた」。そして、その後「新型コロナウイルス感染症の流行により、令和2年度における病院建て替えに関する取り組みの評価は行わない」とし「病院の建て替えについては引き続き感染症に対応しつつ、経営改善を図った上で判断します」とのことになっています。

私たちは、新型コロナウイルス感染症禍の現状にあつて、柏市立柏病院を始めとした市内の各医療機関は、この感染症への対応を、県や国とも連携を強化しつつ、1日も早く収束させていくべく、最大限の努力をすべきものと思っています。しかしながら足下の状況は、4度目の「緊急事態宣言発出」下にあるわけですから、かかる「現実」を見るにつけても、上記審議会の言う病床利用率については、今後の「目標値」として重要継続課題と位置づけながら、新たな感染症対策を十分に盛り込んだ「実施設計」作業開始を目指し、まずは早急なる建て替えスケジュールを具体化すべきだと考えています。審議会も、建て替え地は「現在地」と明言しています。前月号でも触れましたように、病床利用率は、今や建て替えを行うことによってこそ、実現されていくものなのです。【総務部取材】

令和3年度の富学協本格スタート

7月10日(土) 富勢西小学校において、令和3年度最初の柏市富勢中学校区学校運営協議会(富学協)が開催されました。新たな学校運営協議会(コミュニティスクール)が始まって、通算4回目の会議となります。西小のコンピューター室に集まった委員と、家庭から参加の委員をつなぎ、ズームによるオンライン会議で、19名の委員の他、柏市教育委員会学校教育課・生涯教育課・土中学校・土小学校からオブザーバーとして、6名が参加しました。

新メンバーの紹介の後、各小・中学校の校長から学校教育目標「生きる力のある児童・生徒の育成」に対する今年度の具体的な取り組みについて、また通学路などの安全面での課題について報告がありました。委員からは、登下校時の安全、防災(避難所)訓練、夏休み中の学習などについて質問・意見などが出されました。

次の協議会は10月9日(土) 富勢西小学校において、教育ミニ集会と同時開催の予定です。

富学協では活動を地域の皆様にご覧いただくために、HPを開きました。これから順次、更新・充実していきます。

URLは <http://tomise.com> ぜひご覧ください。



【寄稿 富勢中学校区学校運営協議会(富学協)】

松戸の60代男性 4,300万円詐欺被害

3～5月にかけて携帯電話会社の社員や神奈川県警の警察官をかたる男から、被害者の男性の携帯に「サイト利用に関し未払いがある」「あなたは詐欺事件に関わっている可能性がある」「お金を振り込めば解決できる」などと電話がありました。

その男性は指示に従い、複数回にわたり現金を指定口座に振り込んだり、郵送したが、その後、連絡が取れなくなり、松戸警察署に相談。特殊詐欺事件として捜査をしています。(6月24日に産経新聞に掲載)

自分には、身に覚えがなかったり不安を感じたら、最寄りの警察署か消費生活センターに、早めに相談しましょう。 柏市消費生活センター 7164-4100

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

コロナに負けない身体づくり



今回は、**緑黄色野菜!** 緑黄色野菜って???
色が濃い野菜のこと??? 基準は色の濃さではなく、**β-カロテン**の含有量で決められています。
(β-カロテン=植物がもっているオレンジ色の色素成分で、抗酸化作用があり、体内では必要に応じて**ビタミンA**に変換され、プロビタミンAとも呼ばれています) ビタミンAは、人体の皮膚や粘膜、**免疫機能**を正常な状態に保ったり、**視力**を維持する役割をし、変換されなかったβ-カロテンは、抗酸化物質として**老化予防**や**生活習慣病予防**に効果があるといわれています。

【緑黄色野菜の目標摂取量】

1日に必要な野菜は、350gといわれています。
・緑黄色野菜(ピーマン、人参、小松菜など)
: 120g(両手一杯分)
・淡色野菜(キャベツ、玉ねぎ、白菜など)
: 230g(両手二杯分)
必要な栄養素がバランスよく摂取できます。

ワンポイントアドバイス



無限ピーマン(無限人参・無限ニラもやし)ご存じですか?お箸が止まらなくなりますので是非お試しください。

(無限ピーマンの作り方・2人前)

材料: ピーマン3個、ツナ缶1缶、鶏がらスープの素小さじ1、ごま油小さじ1、塩コショウ、白いりごま適量

- ① ピーマンは、種を取り薄切りにする
- ② 耐熱容器に、ピーマン、ツナ缶、鶏がらスープの素、塩コショウ、ごま油を入れ混ぜる
- ③ ②にふんわりとラップをして、600Wのレンジで2分加熱し、白いりごまをふる

ワクチン接種は始まりましたが、まだまだ先の見えない不安な毎日。今まで以上に、**マスク・手洗い・消毒・バランスの良い食事・適度な運動・十分な睡眠と笑顔**(笑うことで免疫力UP)で乗り切りましょう。

【福祉事業部】

夏休みにはボランティアを!

柏市社会福祉協議会では、小学生から大学・専門学生のボランティア活動体験を応援するため、夏休み期間にあわせて「柏の夏ボラのススメ」パンフレットを作成配布しています。そのパンフには、柏市内外の受入れ施設や団体が紹介されています。その中から、自分で活動したい場所を探し、自分で連絡・調整し、活動を体験する仕組みです。

今年も2021年度版を作成して、いきいきセンター窓口横のラックに置いています。興味を持たれた方は、ぜひ一度、手に取りご覧ください。

不明な点については、パンフ掲載の問い合わせ先、または、いきいきセンター(7128-9871)で受けつけています。
【富勢ちいき♡いきいきセンター】



布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

※8月の水曜日と9月1日(水)はお休みです。

☆なかよし広場

8月10日(火)、24日(火) 10:00~11:20
対象: 乳幼児と保護者 直接どうぞ
内容: 乳幼児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

★夏期青少年ボランティア体験者 募集

【下記の「柏の夏ボラのススメ」4ページに掲載】

柏市子育て支援課 布施遊戯室

子どもたちとたくさん遊び、いろいろな体験をしましょう!

【13:30~16:30のうち2~3時間(第3月曜日休室)】

※事業のお手伝い、乳幼児とのふれあい、小学生の遊び相手、環境整備

場所 柏市布施1196-5 布施近隣センター内

連絡 04-7135-3960

担当 児生厚生員

中高大専

中学生~大学・専門学生を対象に、7/21(水)~8/31(火)の期間【8/13~16は除く】13:30~16:30の時間内で体験活動できる方を、募集しています。初めてでも大歓迎。申込は布施遊戯室において13:00~17:00の時間に電話で受けつけています。(7135-3960)

《遊戯室スタッフから》

毎年、男女合わせて、10名前後の学生がボランティア体験に参加してくれます。「子どもと遊ぶのが好き」とか「将来、子どもに関わる仕事を夢見て…」という思いでの参加者が見受けられます。

今年の「夏フェスタ」は、コロナ禍により規模を縮小して行うため、イベントでの活動の場が少ないですが、日々のさまざまな場面での対応に活躍できます。

利用者の幼児や小学生の中には、一緒に遊んでくれるお兄さんやお姉さんに会えることを楽しみに、遊戯室に遊びに来ている姿が多く見られます。そして。会ったのが初めてでも、あっという間に仲良しになり、楽しいひと時を過ごしています。【布施遊戯室】

街に出て、見て、触れて、体験しよう!

2021

柏の夏ボラのススメ

夏ボラってナニ?

今しかできないボランティア体験 出会いと発見がたくさん! 夏休みに体験・経験できるボランティア情報!

We Love Kashiwa

元気な 柏 発信プロジェクト

一両面ご覧下さい

ふるさと富勢

令和3年9月(第304号) 1980年創刊
毎月1日 各戸配布 8,000部発行

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



8月1日 スタートしました 「いこい宿連寺」たすけあいサービス

昨年11月に民生委員、いこい役員の方がたすけあい準備委員会を立ち上げ、何度も話し合いを行ってきました。7月31日のたすけあい説明会には、50名以上の会員の方が参加し、熱心に説明を聞いていました。そして8月1日に、たすけあいサービスがスタートしました。地域は宿連寺町会で、「いこい宿連寺」が運営します。

利用者は27名 協力者60名で始まり、たすけあいの作業内容も当面、ごみ出し、草取り、庭木の伐採としています。利用代金は利用者の負担になります。

問い合わせ 佐藤さん 090- - 2201 へどうぞ
「町会の皆さんが 町会に住んで良かった。また宿連寺町会に住みたいと思える地域にしたい」ということを目標にしているとのことでした。

富勢地域では、他に2つのたすけあい活動があります。

1. 布施新町支えあいネット 平成27年6月開始
内容 ゴミ出し・草取り・その他
皆さんからとても喜んでいただいている。協力者が高齢化のため協力会員が少なくなっていますので、協力出来る方、よろしく願い致します。

連絡先 山口さん 7132-

2. 利根支えあいネット 平成29年4月
内容 ゴミ出し・草取り・その他
町会の皆さんから大変信頼され、安心感と期待感を持たれています。

連絡先 高森さん 090- - 5422

支えあい推進委員は、町会・自治会単位での「たすけあいの組織づくり」のお手伝いをし、さらに支えあいの輪が広がるように活動していきます。

【福祉事業部 富勢支えあい推進委員】

青少年相談員メンバー募集!

柏の中学生にとって夏の風物詩である「オーバーナイトハイク」の主催団体です!

ほかに、ボウリング大会やいちご狩りなど富勢・富勢東・富勢西小学校の子どもたちの交流と地域とのつながりを大切にした活動を企画しており、子どもたちのたくさんの笑顔に出会うことができます。

☆やりがいだけじゃない。実は相談員にはこんなメリットがあります!

- ・PTA 役員は全免除
- ・運動会などのイベントの際には来賓扱い

応募条件: 年齢 2022年4月1日現在で
20歳~55歳未満の方

任期は2022年4月~2025年3月までの3年
問い合わせ: 梅崎

umezakiwataru@gmail.com

または右記のQRコードの
お問い合わせフォームから

【寄稿 柏市青少年相談員】



布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

9月8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)
10月6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)
13:30~15:00

対象: 0歳児と保護者 直接どうぞ
内容: 0歳児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

☆なかよし広場

9月14日(火)、28日(火)
10月12日(火)、26日(火)
10:00~11:20

対象: 乳幼児と保護者 直接どうぞ
内容: 乳幼児と保護者を対象にした親と子の交流や情報交換の場です。

★ハッピーハロウィーン!!

10月25日(月) 10:00~11:00

対象: 乳幼児と保護者
内容: 工作や歌、手遊びや絵本の読み聞かせを通して、季節の行事を楽しみます。
申込: 10月2日(土) 13:30~電話で(先着6組)

感染症にも耐えうる 新しい病院を!!

市立柏病院現地建替え対策委員会

新型コロナウイルス感染症が、引き続き猛威をふるっています。国や各地方自治体も、「緊急事態宣言」や「まん延防止等重点措置」の発出をもって、それなりの対応をかさねてきましたが、事態は収まるどころか、首都圏ではむしろ拡大する一方といったところです。

これは、我が国への新型コロナウイルス上陸時の「初動」体制の遅れ、またその後における「ゴーツートラベル」の実施や「オリンピック」の開催が、大きく影響してきているものと言えるでしょう。感染症というものは、それへの対応を一つ間違う(あるいは、遅れたりする)と、多くの人々の健康と命を損ねてしまう厄介な病気なのです。

私たちは新型コロナウイルス感染症の現状に留意し、市立柏病院の建替え問題に関しては、取りあえず病床利用率の数値を横に置き、こうした「感染症」にも充分耐えうる新しい病棟の病院建替えに向かうべきものと考えます。このことによってこそ病床利用率は、必ず上昇していくこととなります。

【総務部取材】

右写真

打ち上げ花火(8/21)
北柏ふるさと公園
ヒミツフェスティバル
裏面記事参照



コロナに負けない身体づくり



「秋バテ」は、夏の間のエアコンや、冷たいものの取りすぎによる身体の冷えで、自立神経が乱れているのに加えて、秋の朝晩の寒暖差や、長雨等の低気圧の影響が加わることで、起きると言われています。

自立神経の乱れと身体の冷えからくる「秋バテ」、まずは生活リズムを整えましょう。

「予防と対策」

- ① 身体を冷やす食事から温める食事に切り替え、タンパク質・ビタミン・ミネラルをバランスよく摂るよう心掛ける。
- ② 夜はゆっくりと入浴してリラックスし、一日の疲れを癒す。
- ③ ぐっすり眠れるように、散歩など適度な運動を取り入れる。

これからの「食欲の秋」「スポーツの秋」「読書の秋」を楽しむためにも、しっかり対策をして頑張りましょう！！

「秋バテ」におすすめの食材は？

旬の食材：山いも、さつまいも、かぶ、ニンジン、しいたけ、ナスなどです。

今回は、無限ナスを作ってみましょう(2人前)

材料 : ナス～2本 ツナ缶～1缶
調味料 : ごま油～小さじ1
鶏がらスープ～小さじ1
ポン酢～小さじ1
塩(お好みで) 1つまみ
カツオ節 適量 白いりごま 適量
※大葉の千切り(お好みで) 少々



- 作り方: ①ナスはへたを切り落とし、細切りにします。
② 耐熱容器に①とツナ缶と調味料を合わせます。
③ ラップをかけ、600Wの電子レンジで4分30秒加熱し、混ぜ合わせます。
④ お皿に盛り付け、カツオ節と白いりごまをふりかけて完成です。



ワンポイントアドバイス

「内臓冷え」を起こしている事が多い時期です。免疫力も低下して風邪もひきやすくなります。常温や温かいもの、身体を温める食材(ネギ、ニラ、生姜、ニンニク)などを取り入れて身体を冷やさないようにしましょう。【福祉事業部】

ヒミツフェスティバル

8月21日 北柏ふるさと公園にて開催

「富勢ふるさと太鼓」の皆さんも出演予定だった音楽イベント(Forest Music Cruising)の延期や、ワークショップ、手持ち花火会等も中止となり、大幅な内容変更を伴うこととなりましたが、北柏町会の自主防災チーム「マジ防災」や「街の通りに名前をつけるプロジェクト」の展示、ふるさと交流都市つがる市の紹介や絵入りメロンの展示を行い、19時からは打ち上げ花火を実施致しました。

秘密と避密をモットーにしたイベントで、特に打ち上げ花火は、観客のコントロールに人員を配置して、安全管理を熟慮した上で、たくさんの方楽しんでいただきました。また開催にあたり、多くの方にご協力をいただきましたこと、誠にありがとうございました。なお、当日の写真や動画等はQRコードからご覧いただけます。【寄稿 北柏町会】

あなたにもできる富勢の支えあい

ご協力ください

『ふるさと富勢通学路事情調査』

通学路の安全について地域の皆さん及び子ども目線からの危険地点をお聞かせください。

文部科学省などは9月末をめどに通学路を対象に合同点検を実施する予定ですが、生活道路周辺には様々な危険が内在していると思います。

自動車、バイク、自転車などの車両はもちろん、道路環境(ガードレール・白線・電柱・路面の荒れ etc.)、子どもより背の高い塀や老朽化の壁面、樹木、側溝、増水時の水没の可能性、利根川の沿岸、国道6号線沿い、JRの線路沿い、地震時の家屋や壁面の倒壊など多くの危険が想定されます。

皆様のお気付きを集めさせて頂き、それを地域で共有することで、子ども達がより安全に暮らせる地域になればと思います。

質問項目は5項目です。

- ①学校名
- ②主な地点(住所や目印になる場所)
- ③どのように危険を感じるか
- ④どのような時間帯
- ⑤どう改善すれば良いか

情報・ご意見をお寄せください。下記の3通りのうちご都合のよい方法で、10月末までに、お願い致します。

1. スマートフォンの方は、右記のQRコードからご回答ください。
2. パソコンの方は、富学協のホームページ <https://tomise.com/F202108/> からご回答ください。
3. 適宜の用紙(チラシの裏でも可)に各項目(①～⑤)を記入し、布施近隣センター内 富勢ふるさと協議会副会長 涌井正幸宛にお持ちください。

【柏市富勢中学校区学校運営協議会(富学協) 会長 涌井正幸(当協議会副会長兼務)】



現金や預金残高を探ってくる

「アポ電」が多発しています

主な手口として

1. 仕事の契約金が不足している。いくらか立替で欲しい。今、現金はいくらお持ちですか？
2. 口座から現金が不正に下ろされています。預金残高は幾らぐらいありますか？確認のため、口座番号と暗証番号を教えてください。
3. 突然パソコンに「ウイルス感染と連絡先の電話番号」が表示された。その番号に電話すると「こちらでウイルスを遠隔操作で解除します。料金はキャッシュカード支払いのため、カード番号を教えてください。」

おかしいと思ったら、無視するか警察署か消費生活センターに、相談しましょう。

柏市消費生活センター 7164-4100

柏市内での「電話 de 詐欺」認知状況は、今年1～6月で発生45件、被害額7,787万円となっています。

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】



We Love Kashiwa

元氣な柏 発信プロジェクト

一両面ご覧下さい

ふるさと富勢

令和3年10月(第305号) 1980年創刊
毎月1日 各戸配布 8,000部発行

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



コロナウイルスの感染動向先行き不透明 ふるさと運動事業の開催可否を模索中

この10月より緊急事態宣言が解除されたものの、今後の変異株出現も予測され、さらには解除することにより、新たに第6波を予測する関係者もいて、予断を許さない状況が続くと思われます。

当協議会行事の開催については、直前まで判断を見送ることにしました。

○グラウンドゴルフ大会

当初6月開催予定を、11月開催に望みを託したものの、今回も開催を見送りました。

○富勢地区防災訓練

10月上旬の消防署との打合せで、決定されます。

○利根川クリーン作戦

場所を富勢地域「ごみゼロ」に切替えを含め、今後の動向を見極めて開催可否を検討していきます。

○ゆうゆう会(一人暮らし高齢者の昼食会)

動向を見極め、11月末の開催に向けて準備します。

それぞれ開催する時は、各町会長・自治会長および関係者へ事前に連絡します。 【総務部】

建設費の規模は

当初から分かっていたはず！！

市立柏病院現地建替え対策委員会

9月議会では、市長から市立柏病院の建替え問題に関して、これと言った発言はなかった。ただ、議員による一般質問の中で、建替えには多額の建設費を要することから、経営基盤をより強固なものにしていかねばならない。病床利用率80%の確保は、そのための重要な指標でもある、といった主旨の発言がなされた。

そもそも市長が2014(平成26)年の3月議会に向けて、老朽化した市立柏病院の建替えを行政課題として提起した時、建設費が相当の規模となるのは、自明のことでもあった。即ち、現在地であれば111億円強、移転の場合は約130億円強。それぞれ、病院建設債75億円、並びに95億円を発行、いずれも法律で定められた30年間の償還を見込んでいた。これを前提に、向こう10年程度の病院事業における収支予測を提示。それによるとどちらにしても、5~10年の内に、年間1億円前後あるいは、それ以上の「収益」を揚げる計画が示されていた。

病院の建物は2014年時点で一部が、既に築38年を経過しており、その後7年が加わるのだから、今や限界の域に達していると言える。市立柏病院は、我々富勢地域のみならず市内他地域、流山・野田方面あるいは我孫子市の西部、更には川を越えた守谷地区を含む圏域住民の、命と健康を護り増進させていくための重要な医療機関として、実績を重ねてきた。私たちは、今回の新型コロナウイルス感染症では、公立病院の果たす役割が大きく且つ重要であることを学んだ。病院の建替えに当たっては、当然のことながらこの「感染症」への対応が様々な角度から充分になされた上で、1日も早く基本設計、実施設計へと進んでいかねばならないものとする。 【総務部取材】

布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

10月6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)
11月10日(水)、17日(水)、24日(水)

13:30~15:00

※11月3日(水)は祝日のためお休みです。

対象:0歳児と保護者 直接どうぞ

内容:0歳児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

☆なかよし広場

10月12日、26日 11月9日、23日 各火曜日

10:00~11:20

対象:乳幼児と保護者 直接どうぞ

内容:乳幼児と保護者を対象にした、親と子の交流や情報交換の場です。

★ハッピーハロウィーン！！

10月25日(月) 10:00~11:00

対象:乳幼児と保護者

内容:簡単な工作やハロウィーンの歌などを楽しみます。

申込:10月2日(土) 13:30~電話で(先着6組)



★2人のマジックショー

11月20日(土) 13:00~14:30

場所:布施近隣センター1階和室

対象:乳幼児~18歳(未就学児は保護者同伴)

内容:2人のマジシャンによるドキドキわくわくのマジックショーです。

マジック体験もできます。

申込:11月2日(火)13:30~電話で(先着17人)

【布施遊戯室】

電話de詐欺の予兆電話に注意を！

1.9月3日17時ごろ、布施・大室・松葉町において、電話de詐欺の予兆電話が複数発生しています。内容は、郵便局員をかたり「あなたの貯金口座が使われている」というものや、孫をかたり「荷物を間違えて送ってしまった。郵便局から連絡があるから電話に出て」というものです。電話でキャッシュカード、口座番号等お金の話をされたら、それは詐欺です。すぐに電話を切り、家族や警察に相談しましょう。

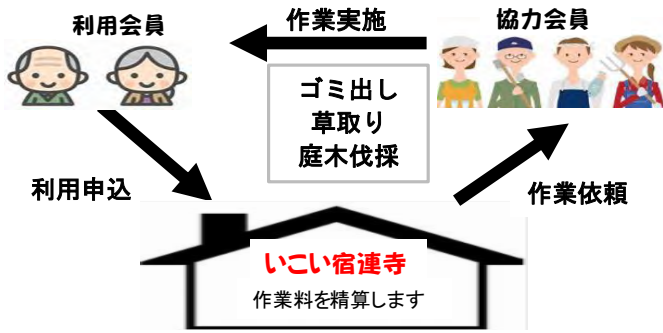
2.土日に柏市役所をかたり「保険料の還付金があり、平日に電話したが、連絡取れなかったので今日再度連絡した。今日中なら手続きが可能です」という趣旨の電話がかかっています。詐欺です、注意しましょう。警察署か消費生活センターに相談しましょう。

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

オレンジの帽子が目印

いこい宿連寺たすけあい活動

宿連寺町会の『たすけあい活動』が8月より協力会員51名 利用会員6名でスタートしました。



活動が始まって1ヶ月半ですが、口コミで評判が広がり、利用者5名、協力者1名が増えています。

8月活動実績はゴミ出し～2件 草取り～4件 庭木伐採～1件で合計7件のご依頼をお受けしましたが、ご満足いただけた様子にホッとしております。

2件の協力会員の声です。

①8月、早朝よりオレンジの帽子をかぶり草取り開始、とても暑い日でした。綺麗になった庭を見て「うれしい」との声を聴きホッとしました。お役に立てたことを実感出来た一瞬でした。利用者さんから利用者さんへと徐々に広がり、たくさんの方々の町会の皆さんに利用される日を楽しみに活動を続けて行きたいと思っております。

②草取りを利用された方は、「いつもは自分でやっていましたが腰が痛くてできなくなりました。以前お願いした業者は、値段が高い割にはあまり綺麗にならなかったのですが、たすけあいの方々は値段も安く本当に庭が綺麗になって、とても嬉しいです。」と仰ってください、このお宅の仕上がりを近所の方からも依頼が入り、お役に立てた事を実感でき嬉しく思いました。今後も、こんな風にたすけあいの輪が広がることを期待しています。



左上～作業前
左下～作業中
右～作業後

【寄稿 いこい宿連寺たすけあい代表 (佐藤)】

順調な滑り出しの宿連寺町会です

富勢地区に3つ目のたすけあい活動が立ち上がりました。たすけあい活動にご興味を持たれましたら、お気軽にご相談ください。支えあい推進員が、活動立ち上げのお手伝いをいたします。

【富勢地区支えあい推進員
光城京子 3434-4001】



コロナに負けない身体づくり

過ごしやすい時期になったのに、最近なんだか身体がだるい、やる気が起きないという経験はありませんか？寒暖差や天気の変化が原因でおこる身体の不調のことを「気象病」といいます。頭痛やめまい、疲労感、関節痛、気持ちの落ち込み、吐き気や喘息など。様々な症状が出るのが特徴です。気圧の変化による自立神経の乱れが原因と考えられるそうです。

「気象病」の予防と対策

- ◎自律神経のバランスを整える
規則正しい生活、朝食をしっかり食べる、適度な運動、十分な睡眠、ゆっくりぬるめの湯船につかる (38℃～40℃)
 - ◎耳回りの血流を良くする。
 - ①親指と人差し指で耳の上部をつまみ、斜め上に3秒ほど引っ張ります。(3回繰り返す)
 - ②耳の中央をつまみ、横に3秒ほど引っ張ります。(3回繰り返す)
 - ③耳たぶをつまみ、下に3秒ほど引っ張ります。
 - ④最後に、耳たぶ全体を優しくもみほぐします。
- ※自律神経を整える食材は、トマト、バナナ、ブロッコリー、ほうれん草やキャベツなどです。



秋は冬に向けての身体の準備をする期間です。コロナに対する予防と共に、体調を良くし冬に備える準備をしましょう。

今回は、無限キャベツを作ってみましょう！

材料(2人分)：

- キャベツ 1/4個
- ベーコン 2枚
- 鶏ガラスープの素 小さじ1
- バター 大さじ1
- 醤油 小さじ1
- 塩 少々
- コショウ 少々



- 作り方：① ベーコンは幅1cmに切る。キャベツはざく切りにする。
- ② 耐熱容器(耐熱皿)にキャベツ、ベーコンを入れ、鶏ガラスープの素、塩、コショウを全体にふる。
- ③ ②にラップをして、電子レンジ(500W)で6～7分加熱する。最後にバターと醤油を加えてお皿に盛り付け、完成です。
- *好みでキノコ類を加えてみては？

【ワンポイントアドバイス】

「深呼吸」していますか？
疲れたな？と思ったら、肩と胸を大きく広げて深呼吸をしてみましょう。
血液やリンパの流れが良くなり、気持ちをリラックスさせる効果があります。



【福祉事業部】

We Love Kashiwa

元気な 柏 発信プロジェクト

ふるさと富勢

令和3年11月(第306号) 1980年創刊
毎月1日 各戸配布 8,000部発行

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



地域の交流「ゆうゆう会」開催

65歳以上のおひとり暮らしの方々をお招きした昼食会です。例年、春の開催ですが、コロナ禍のため延期していました。このたびは状況を踏まえ、コロナ対策を充分に行い、開催することにしました。

開催日：11月30日(火)

会場：布施近隣センター・布施新町ふるさとセンター・高野台会館・北柏町会ふるさと会館・前原会館

関係者の皆様に別途ご案内します。【福祉事業部】

花鉢配布～今年度は、「ビオラ」ではなく、富中生徒さんからのお手紙の配布とします。【福祉事業部】

富勢地区防災訓練～消防署(富勢分署)と協議の上、中止することにしました。【自主防災防犯部】

利根川クリーン作戦～前年は、富勢地区クリーン作戦を実施しましたが、本年は、いずれも中止としました。【環境部】

新市長宛に「要望書」を提出！！

市立柏病院現地建替え対策委員会

10月末に、柏市の新しい市長が決まりました。当対策委員会では、市立柏病院の建替え問題について、これまでの取組み(運動)の主旨とその経緯をまとめ、早期建替えに向けた「要望書」を新市長へ提出していくこととしました。

早急に提出し、新市長には、私たちの切実なる思いを充分にご理解頂き、一日でも早く、建替え準備作業に入るべく、強く要望していくことにしました。

【総務部取材】

布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

11月10日(水)、17日(水)、24日(水)

12月1日(水)、8日(水)、15日(水)

※12月22日(水)はお休みです。

13:30～15:00

対象：0歳児と保護者 直接どうぞ

内容：0歳児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

☆なかよし広場

11月9日(火)、23日(火)

12月14日(火)、28日(火)

10:00～11:20

対象：乳幼児と保護者 直接どうぞ

内容：乳幼児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

★2人のマジックショー

11月20日(土) 13:00～14:30

場所：布施近隣センター1階和室

対象：乳幼児～18歳(未就学児は保護者同伴)

内容：2人のマジックによるドキドキわくわくのマジックショーです。マジック体験もできます。

申込：11月2日(火)13:30～電話で(先着17人)

★ハッピークリスマス！

12月13日(月) 10:00～11:00

場所：布施遊戯室

対象：乳幼児と保護者

内容：簡単な工作や季節の歌、ブラックシアターなどを楽しみます。

申込：11月16日(火) 13:30～電話で

(先着6組)

【布施遊戯室】

「きたかしわ ぶんかさい」この秋 開催

11月27日(土)に、北柏ふるさと公園にて、北柏地区では初めての文化祭企画を催すこととなりました。8月21日開催の「ヒミツフェスティバル」で延期となった音楽ステージ「Forest Music Cruising」のリベンジ開催や、「本と花の広場@北柏」、歌舞伎や書道パフォーマンス、手作り科学館 Excedra や箏(こと)に触れる体験、竹を使ったモノづくりワークショップ、奥手賀で活動しているヌマベクラブとのコラボレーションとして、ごみで作ったアート展示や、ヌマベキャラバンの体験、北柏地域で活動する団体や個人の作品展示等を、広い公園全体を使って行います。「島」にも展示を行い、11月から北柏ふるさと公園でイルミネーションが点灯されていることと、竹づくりでの灯籠のコラボレーションも予定しており、今までにない北柏ふるさと公園の光景が生まれます。密を避けた空間で、新しいスタイルの「ぶんかさい」を体験してみませんか。【寄稿 北柏町会】

We Love Kashiwa

元気な 柏 発信プロジェクト

2021.11.27(土) 10時～15時
@北柏ふるさと公園

【ま】 北柏、キッズ 企業	【か】 歌舞伎、科学 絵画、月つえ、学校
【た】 多世代、竹 DIYパーティ	【い】 書道、島
【わ】 紐、ワークショップ	【さ】 箏
【ぶ】 Book、部	【し】 お祭り
【ぶ】 Book、部	【い】 お祭り
【ぶ】 Book、部	【い】 お祭り

【ぶ】
Book、部

【い】
お祭り

買い物にお困りの方は 移動スーパーの活用も検討されてみては？

買物が不便な地域への支援と見守り活動を推進するため、柏市と株式会社カスミが協定を締結し、柏市北部で10月4日から移動スーパーが始まりました。曜日ごとに運行場所が異なり、富勢地区は毎週金曜日に運行されています。野菜・お肉・お魚などの生鮮食品、菓子などの加工食品、おにぎりやお弁当、日用品などが販売されているようです。

【富勢地区内 運行スケジュール】※時間は目安です。天候や交通事情により変更になる場合があります。

10:20～ 県立柏高校正門近く
10:40～ 前原会館
11:00～ デイサービス さくら宿連寺
11:30～ 花の井保育園
13:45～ 土谷津ふるさと会館
14:05～ あげぼの山公園さくら山
14:25～ 新屋敷ふるさと会館
14:45～ 寺山ふるさと会館
15:10～ 西部消防署富勢分署
15:30～ 八坂神社（布施）

問合せ：フードマーケット カスミ 柏たなか駅前店

TEL:04-7137-1533（受付時間10時～17時）

運行場所が近く、買い物にお困りの方など、一度利用されてみてはいかがでしょうか？

地域支えあい推進員は、町会単位の支えあい活動の立ち上げや運営支援等のほか、地区内の様々な情報発信もしています。

【寄稿 富勢地区支えあい推進員 光城京子】

富学協全体会議と 「県内1000か所ミニ集会」同時開催

10月9日、富勢西小学校において、第5回柏市富勢中学校区学校運営協議会（富学協）全体会議が開催されました。参加者は富学協20名（リモート参加も含む）の委員と、柏市教育委員会学校教育課・生涯学習課、土中学校、土小学校、増尾西小学校からのオブザーバー6名です。

全体会議に先だつて行なわれた「学校を核とした県内1000か所ミニ集会」（県教育委員会主催）では、柏市教育委員会児童生徒課の小林唯浩氏より「地域と共に取り組む交通安全活動について」をテーマに講話があり、「小学2年生から事故（とくに自転車事故）が増加する」など市内小中学生の交通事故の実態と、地域での安全指導のポイントなどをお話いただきました。

「児童・生徒が横断歩道を渡る時は、右左そしてまた右を確認するだけではなく、運転手と目が合ってから渡るようにする」「学校・保護者・地域が安全意識を共有し、子どもに対して誰もが同じ内容の指導をすべき」などの指摘は、肝に銘ずるべき重要なポイントだと思います。

富学協では10月末を期限として『ふるさと富勢通学路事情調査』を実施したところです。全体会議ではその集計方法などについても検討しておりますが、今後も地域の子どもの安全のためにさまざまな方策を講じていきたいと考えておりますので、みなさまのご協力をお願いします。

なお、富学協では活動内容を地域の皆様に知っていただくため、HPを開設しております。ぜひご覧下さい。URL <https://tomise.com>

【寄稿 富勢中学校区学校運営協議会（富学協）】

あなたにもできる富勢の支えあい

コロナに負けない身体づくり

11月は寒暖差も落ち着き、比較的過ごしやすい日が続きます。この時期は冬に備えて体力作りをする絶好の機会です。

コロナに加え12月以降、風邪やインフルエンザ、ノロウイルスなども流行してきます。これらの感染症に負けない体をつくりましょう。

食事と運動で病気を予防をしましょう！

食生活で免疫力をアップさせ感染症にかかりにくい体づくりを心掛けましょう。



【ワンポイントアドバイス】

- ・多品目の食品を、1日3回の食事でバランスよく食べましょう。
- ・ヨーグルト、オリゴ糖など、腸内の善玉乳酸菌を増やす食品を積極的にとり、腸内環境を整えましょう。
- ・抗菌作用のある、におい成分の強い野菜、ハーブ、薬味などを上手に利用しましょう。
- ・玉ねぎ、梅干しなどの殺菌、解毒作用のある食品をとりましょう。

免疫力アップの豚もやし蒸し(二人分)

材料：豚ももスライス 100g
もやし 半袋
鶏がらスープの素 小さじ1
ポン酢 適量



※ニンジンやブロッコリー、キノコ類もお好みで…

作り方：耐熱皿に洗ったもやしと豚肉をのせ、鶏がらスープの素を全体にふりかけて、ラップがけして、電子レンジで600W 5分程度加熱しポン酢をかけて召しあがれ。

【福祉事業部】

コロナ禍の葬儀 思わぬ高額になることも！

- 1.父が亡くなり葬儀を行なったが、親族7人しか参列しなかったのに、「コロナ対策」なのでと40万円請求された。
 - 2.夫の葬儀を行ったが、通常の葬儀費用に加え、「コロナ対策」として衛生管理費を請求された。あまりにも高額なので困ってしまった。
- ・葬儀費用に関するトラブルが、多く見られますが、コロナ禍の感染対策などで、通常では発生しない費用がさらに追加されるケースがあります。
 - ・葬儀社との打合せは、喪主だけではなく、親族など複数人で行ない、申し込む前に見積書で、納得できる内容や金額であるかを、よく確認しましょう。
 - ・困った時は消費生活センターに相談しましょう。

消費者ホットライン 188

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】



10月9日
富勢西小学校
富学協全体会議

一両面ご覧下さい

ふるさと富勢

令和3年12月(第307号) 1980年創刊
毎月1日 各戸配布 8,000部発行

編集発行 柏市富勢地域ふるさと協議会総務部
問合せ TEL 7132-3100 柏市布施 1196-5
(柏市布施近隣センター内)

ホームページ

<https://furusatotomise.com>

ふるさと富勢又はQRコードで検索



7年越しの念願 市立柏病院現地建替え 太田新市長に「要望書」を提出！！ 市立柏病院現地建替え対策委員会

10月31日(日)に選出されました柏市太田和美新市長が、11月22日(月) 柏市役所に初登庁しました。市役所職員と一緒に、当対策委員会・町会・自治会代表者も参列して出迎えました。

出迎えのあと、新市長に面会ができて「市立柏病院の建替えについて」の要望書を直接手渡すことができました。

現地建て替えは7年越しの念願です。早期に市長の手腕を発揮して頂くことを望むものでございます。



【総務部取材】

地区懇談会

『訪問医療・訪問看護』知っていますか？

12月4日(土) 13:00~16:00 布施近隣センターで開催します。各町会・自治会長ほか関係者には、11月上旬に、お知らせ済です。【福祉事業部】

年末年始休業のお知らせ

12月29日(水)~R4年1月3日(月)
・布施近隣センター ・布施遊戯室
・富勢ちいきいきセンター
(火・水・金曜日開設)
・根戸近隣センター ・同体育館

12月27日(月)~R4年1月4日(火)
・図書館布施分館 ・図書館根戸分館

蔵書点検による休館のお知らせ

R4年1月17日(月)~1月24日(月)
・図書館布施分館
R4年1月31日(月)~2月7日(月)
・図書館根戸分館

【総務部取材】



布施遊戯室イベントの案内 電話7135-3960

☆0才のじかん

12月1日(水)、8日(水)、15日(水)

※12月22日(水)はお休みです。

1月12日(水)、19日(水)、26日(水)

※1月5日(水)はお休みです。

13:30~15:00

対象: 0歳児と保護者 直接どうぞ

内容: 0歳児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

☆なかよし広場

12月14日(火)、28日(火) 1月11日(火)

※1月25日は、なかよし広場スペシャルです。

10:00~11:20

対象: 乳幼児と保護者 直接どうぞ

内容: 乳幼児と保護者を対象にした、親子の交流や情報交換の場です。

★ハッピークリスマス！

12月13日(月) 10:00~11:00

場所: 布施遊戯室

対象: 乳幼児と保護者 (先着6組)

内容: 簡単な工作や季節の歌、ブラックシアターなどを楽しみます。

定員に達したので、申込みをメ切りました。

★なかよし広場スペシャル「みんなでおいにたいじ」

1月25日(火) 10:00~11:20

場所: 布施遊戯室

対象: 乳幼児と保護者 (先着6組)

内容: 節分にちなんだ紙芝居や簡単な工作、季節の歌などを楽しみます。

申込: 1月16日(日) 13:30~電話で

【布施遊戯室】

PC・スマホに”にせ警告！”

サポート詐欺 “被害拡大”

パソコンやスマホに「コンピューターウイルスに感染しています」などと警告を表示して、不安をあおり、ニセのサポート窓口で電話をさせるなどして、金銭を要求する「サポート詐欺」の被害が拡大しています。国民生活センターによると、今年4~9月に約1,700件の相談があり、そのうち被害は、約600件になっています。その中には、約6,000万円をだまし取られたケースもあったということです。

警視庁など各地の警察署では「絶対に表示された番号には電話しないで」と呼びかけています。

サポート詐欺とは

広告機能を悪用し「ウイルス感染」や「システムエラー」などのニセ警告を表示して、金銭をだまし取る詐欺です。サポート窓口で電話すると、ニセの調査をして信用させ、高額な費用を請求する手口です。

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】

避難所体験を兼ねた「合同学校宿泊体験」

10月22日(金)23日(土)に、5年生と6年生の『合同宿泊体験学習』を実施しました。これは、5年生林間学校、6年生修学旅行の宿泊練習の一環として企画しましたが、もう一つの目的として「避難所体験」も取り入れました。

児童の就寝場所は各教室で、業者から譲り受けた段ボールでベッドを組み立てて、持参した毛布等で寝ました。寝心地は決して良くなかったようですが、友だちとの会話が楽しめたようです。

朝食は、市役所防災安全課から分けていただいた非常食(おかゆとパン)と各自持参した缶詰1個です。量は多くはありませんが、湯煎して温かいものが食べられました。

夜19時再登校、翌朝9時の解散という短時間ではありましたが、こどもたちは、慣れた学校での宿泊を十分楽しめ、また貴重な体験ができたことと思います。

また、避難所生活の疑似体験ができたことで、実際避難するような事態でも、冷静な対応ができるのではないかと期待しています。【寄稿 富勢東小学校】



多くの参加者が初体験でした 宿連寺町会 いも掘り会を開催

10月23日(土) 町会主催の「いも掘り会」を実施しました。コロナ禍の中ではありましたが、29組75人の参加をいただきました。

晴天にも恵まれ、子どもから高齢者まで「いも掘り」を楽しんでいただきました。

また、多くの方々が初めての体験のことから、収穫の喜びを感じ取っていたようです。特に、子ども達は「大きいも」を掘り出すごとに、大きな声で楽しさを表現していました。

皆さん、袋いっぱいを持ち帰ることができました。

【寄稿 宿連寺町会】



We Love Kashiwa

元気な 柏 発信プロジェクト

あなたにもできる富勢の支えあい

『ふるさと富勢通学路事情調査』

ただいま集計中！

富勢地区のみなさんにご協力いただき、9月から実施しておりました『通学路事情調査』は、おかげさまで10月末の期限までに100件近い回答が寄せられました。お力添えありがとうございます。

内容はただいま集計・分析中ですが、歩道などの未整備に関するものが約40件、自動車や自転車の危険運転に関するものが約40件、そして見通しが悪い道や暗がりがある所なども数件あげられています。指摘箇所は各小学校付近の細い道、富勢中前の富士見坂通り、布施弁天通りと県道7号線が交差するエリアに集中しています。

少数意見でも重要だと思われる指摘もありますので、今後さらに詳細な分析を進めたいうえで、あらためて対策などについてご報告する予定です。

【寄稿 富勢中学校区学校運営協議会(富学協)】

コロナに負けない身体づくり

風邪をひかない身体に！

免疫力を高める生活ポイント！

・乾燥を防ぎましょう！

風邪を予防するために、過ごしている室内の湿度を50~60%に保ちましょう。空気が乾燥していると、のどや鼻の粘膜が乾燥し、身体の防御機能が低下します。

・身体を冷やさないようにしましょう！

体温が1度下がると免疫力が30%低下します。そのため、寒い冬場でも身体を冷やさないような工夫をすることが大切です。血行や、新陳代謝を良くしていきましょう。

・食事をしっかり食べましょう！

食事を摂ることで熱エネルギーが発生して、体温を上げることができます。朝食を抜くと熱エネルギーが発生せず、身体が温まりにくくなってしまいます。3食とも規則正しい時間に、バランス良く食べることが大切です。

・適度な運動をしましょう！

体を動かしているときに消費される熱量は静止時と比べ、3倍以上になります。私達の身体は筋肉から作られており、冷え改善のためには身体を動かして、筋肉をつけることが重要です。身体の筋肉の大部分は下半身にあるため、ウォーキングやスクワットなど、下半身の筋肉を動かすような運動がお勧めです。

ワンポイントアドバイス



- ・冷たい食べ物や飲み物は避ける。
- ・湯船に浸かる。
- ・靴下や手袋、カイロを使う。
- ・適度な運動をする。



レンジで簡単長ネギのくたくたスープ

材料(1人分) 長ネギ 1本(太め)
☆ 水 200cc ☆ 白だし 小さじ 4杯
☆ ごま油 大さじ 1/2杯
一味、七味唐辛子(お好みで)

作り方:① 長ネギを小口切りにして耐熱容器に入れて、☆を加える。

②ラップをして、電子レンジ(600w)で、約7分加熱し、器に盛る。好みで、一味、七味唐辛子を振る。【福祉事業部】