

ふるさと富勢

令和5年3月(第322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



大堀川リバーサイドパークへ行こう!

3月25日 富勢ウォーク

大堀川リバーサイドパークは大堀川沿いに整備された遊歩道で、春には里親により植えられた桜並木が楽しめます。3月25日の開花・鑑賞に期待しましょう。

令和5年3月25日(土) 雨天荒天時中止
集合時間; 9:30 集合場所; 高野台公園

【コース】

- ① 高野台公園(スタート) 準備体操後10:00発
参加費は無料で、申し込みは不要です。当日集合場所にお越しください。はきなれた靴、動きやすい服装で、ウォーキング中の飲み物を持参して下さい。
- ② 松ヶ崎城跡
北柏YPメンバーが桜にちなんだ音楽を演奏してくれます。琴のみやびやかな演奏で疲れを癒しましょう。
- ③ 大堀川リバーサイドパーク
トイレ利用できます。



- ④ 根戸近隣センター体育館横公園(ゴール) 昼頃着
ゴールで、フレイル予防ポイントを付与します。ポイントカードをお持ちの方はご持参ください。
完歩賞を順次受け取っていただき、解散となります。

問合せ先 涌井正幸 090-1038-0024

副会長(体育部長兼務) 【体育部】



かしわフレイル予防ポイントとは(柏市HPより)

柏市が指定する健康づくりやボランティアへ参加することで、本制度専用の電子マネー WAONカードに「かしわフレイル予防ポイント(以下、「ポイント」という。)」が貯まります。貯まったポイントはWAON(電子マネー)にチャージ(1年度につき5,000円まで)でき、WAON加盟店でご利用することが可能です。

本制度で使用する「かしわフレイル予防ポイントカード」は、「電子マネーWAONカード」を採用しています。このカードは、現金をチャージすることで買い物に利用できます。また、買い物をして WAONポイントを貯めることができます。

布施遊戯室イベントの案内

★電話申込 布施遊戯室へ 04-7135-3960
開室時間 13:00~17:00

☆0才のじかん 13:30~15:00

3月1日(水)、8日(水)

4月12日(水)、19日(水)、26日(水)

※3月15日(水)、22日(水)、29日(水)、4月5日(水)は、春休み期間中のためお休みです。

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 10:00~11:45

3月14日(火)、28日(火)、4月11日(火)

※4月25日(火)は、なかよし広場スペシャルです。

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。

★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25日(火) 10:00~11:45

対象:乳幼児と保護者 先着6組

内容:簡単なこいのぼりの工作やペープサートを楽しみます。

申込:4月2日(日) 13:30~ 遊戯室に電話で

☆ミニわいわい in 布施近隣センター 10:00~12:00

3月2日(木)、4月18日(火)

対象:乳幼児と保護者 直接どうぞ

内容:親子で自由に遊べます。手遊びや工作などの時間もあります。

★ふせフェスタ

3月27日(月) 10:15~11:00

対象:乳幼児~小学生(未就学児は保護者同伴)
(先着35人)

場所:布施近隣センター1階会議室A、B

内容:ピクニックごっこや魚釣り、工作などを楽しみます。

申込:3月16日(木) 13:30~ 遊戯室に電話で

【布施遊戯室】

おはなし会のご案内

ボランティアグループによる、絵本等のおはなし会を開催しています。当日、会場にお越し下さい。

おかあさんのおはなし会

布施近隣センター 和室1 15:30~16:00

3月18日(土)

ねどちゃん

根戸近隣センター 会議室D 10:30~11:00

3月3日(金) 4月7日(金)

【こども図書館 04-7108-1111】

第10回富勢地区懇談会 開催 ＝認知症と地域との関わりについて＝

1月28日 13:00 布施近隣センターにおいて懇談会が開かれました。49名が参加されました。

講師に北柏地域包括支援センター 大島庸子氏と岡田英明氏をお招きしました。

大島氏より、富勢地区の実情と、認知症についての説明がありました。

富勢地区の全世帯の46%が65歳以上の高齢者世帯、高齢者のみ世帯。75歳以上の世帯は26%。高齢者がいる世帯の約7～8割が高齢者のみ、もしくは独居高齢者世帯で、まさに高齢化真ただ中中です。そこで心配されるのが認知症です。

岡田氏より、包括支援センターが対応する「認知症」の事例紹介がありました。



講義のあと、町会単位で6グループに分かれ、討議が行われました。

自分の近所に認知症の方がいたと想定し

- ① どういうところで気づきますか？
- ② あなたならどう見守りますか？
- ③ 地域ではどう見守りますか？

について、意見交換を行った後、グループごとに発表を行いました。

参加者それぞれが、認知症は、高齢化が進む中で身近な病気になっていくこと、そして、他人事ではなく近所で、地域で見守っていかなければならないことなどを認識しました。

【福祉事業部】

富勢西小で世代間交流「ザ・わくわく」

親睦の意を込めた地域の方との交流会が行われました。

12/14	昔遊び(お正月)	1年生
1/31	ボッチャ	6年生
2/ 2	須賀神社の言われ	3年生
2/14	おもちゃ作り	2年生

西小において各学年が参加、体験しました。

子供たちも、とても楽しんでおり、満足気でした。

【福祉事業部】



2/14 おもちゃ作り (糸でんわ)

あなたにもできる富勢の支えあい

人と会っておしゃべりしましょう

～認知症の予防にも～

コロナ禍から徐々に日常が戻りつつあります。この間、人と交流を持つ事が難しかったと思います。しかし「人と会っておしゃべりする。」ことでご自身の心身の健康にとても良い効果があります。

おしゃべりすることで

1. 自分の伝えたいことを言葉にして表現する。
2. 聞いたことを理解する。
3. 話すために口や舌を動かす。
4. 相手の話を理解する。
5. 相手の表情をみて自分の話したことの理解度を確認する。

以上のようなことをご自身でされており、脳がフル回転しています。

また話をする事で考えを整理するので、頭の中が整理されスッキリしストレス解消にもなります。もちろん認知症予防効果もあります。

暖かくなる季節になるので、お友達やご近所の方と、おしゃべりしながらお出かけしてみると、脳と体を動かすので一石二鳥ですよ。

【寄稿 北柏地域包括支援センター】

※地区懇談会講師の大島庸子センター長から寄稿して頂きました

「とにかく施錠」防犯のカギ 在宅中も 犯罪者を近づけない工夫を！

在宅を狙った強盗事件が相次ぎ、自宅の防犯に関心が集まっています。一般的に高齢者は標的にされやすく、在宅中に玄関の鍵をかけなかったり、換気で窓を開けたりと隙があります。専門家は「家にいても鍵をかけて」と呼びかけています。

住宅の防犯力を高める新聞記事を4点紹介します。

- ① 家は周囲からの見通しをよくする。ブロック塀などを設けると良いとされているが、乗り越えられてしまうと、犯行現場の目隠しとなる。
- ② 家の安全性を高める。鍵や窓ガラスを、防犯性をうたったものにする。また「外出中だとばれるから」窓のシャッターを閉めない人がいるが、閉めたほうが良い。
- ③ 門やガレージは閉め、犯罪者を近づけない、犯罪者が嫌う「光」と「音」の活用が有効です。侵入リスクの高い場所に、人の動きを感知して光るセンサーライトの設置、砂利を敷き詰めじゅりゅと音が鳴るようにすれば、不審者の侵入に気づきやすくなる。
- ④ 近所づきあい、ごみの清掃、掲示板や防犯パトロールの「のぼり」などの管理を進め、安全な地域をアピールする。

この他にも、宅配便や設備点検などをかたった来訪があった場合「あわてて玄関を開けず、インターホン越しに、用件に心当たりがあるか」まずは確認します。過剰に恐れったり、疑ったりする必要はないですが、なるべく玄関を開けずに対応するように心がけたほうが良いでしょう。

【寄稿 消費生活コーディネーター富勢地区担当】



1/31 ボッチャ

一両面ご覧下さい