

ふきのとう

千葉市社会福祉協議会 稲毛海岸地区部会

発行人 太田 直隆

発行所 稲毛海岸1-3-2

TEL 080-3004-7569

釣りこそ我が人生

稲毛東映マンション 佐藤 捷実さん 81歳

クロダイを求めて釣り場を探す必要がありました。内房を三十キロ程南下した木更津堤防が主な釣り場と

ら、四十数年になります。四丁目の東映マンションや稲岸公園は砂丘海岸だったことは、同じ世代の方々ならお判りになるはずで

です。さて、私は山形県鶴岡市の出身です。ご承知の方もおられると思いますが、鶴岡市は作家の藤沢周平氏の旧里として広く伝わっておりますが、釣り好きには磯釣りが盛んな釣り場があることでも有名な土地柄です。その昔、庄内藩の武士たちは朝から竿を担いで海まで釣りに行っていたそうです。

この地で幼少期を過ごした影響から、学生時代に学友と東京から稲毛の浜に遊びに来た際、幼少期の思い出が脳裏によみがえりました。そんなことから海が近い現在の居住地を選んだわけです。しかし、海が近く釣りができると言っても、稲毛海岸では滅多にクロダイは釣れません。庄内地方ではクロダイが中心でしたから、

なり、しばらくは楽しめました。とは言っても、時の流れと共に木更津堤防も思うに任せず、房総半島の主な漁港や堤防は全てに竿を出しましたが、近年はどこも期待できる釣果はありませんでした。クロダイが少なくなったのか、それとも腕が落ちたのか、そのため、今日日釣りそのものへの熱意が薄らいできております。



木更津港 宮川丸にて

以前は心のこもった手料理を肴にして酒を酌み交わし、カラオケ達者の方の歌声を聴くことが年初の恒例行事でしたので、そうした日常が早く戻って来て欲しいと切に願っております。

稲毛海岸地区の賀詞交歓会はコロナ禍により令和三年・四年と中止しておりましたが、今年は開催することができました。この三年間で稲毛海岸地区は大きく様変わりしました。二丁目と五丁目に新しい住宅街が出来上がり、55年の歴史の中で世代交代も進んでいます。そうした新しい仲間と共に自治会や管理組合、各種関係団体からの出席者が一堂に会して、初参加の方、久しぶりにお会いできた方と地域交流を深めることができました。



祝辞を頂戴した 美浜保健福祉センターの大塚所長

賀詞交歓会



令和4年度定期総会の報告

令和四年六月五日(日)に稲浜公民会にて開催されました。

この総会は長引くコロナ禍の中、感染対策を取りながら3年ぶりに従来の対面形式にて執り行うことが出来ました。役員・代議員総数88名のうち、53名が出席し会は成り立ちました。

まずは報告議案である、令和三年度の活動報告・決算報告・会計監査報告および、役員改選について、議長は挙手による承認を諮り、挙手多数で可決されました。

次に計画議案である、令和四年度の事業計画(案)・予算(案)そして、会則の一部改正(案)について、議長は挙手による承認を諮り、挙手多数で可決されました。

以上、全ての議案が承認可決され、議長は閉会を宣言しました。暫くすると令和五年度の幕開けになります。また一年間、よろしくお願ひ申し上げます。

令和3年度 決算および 令和4年度予算

(収入)

(単位:円)

| 科目 | 令和3年度 予 算 | 令和3年度 決 算 | 令和4年度 予 算 |
|-------------------|--------------|--------------|--------------|
| 1 市社協助成金 | 687,600 | 422,800 | 527,280 |
| 2 その他の 助成金・補助金 | 0 | 0 | 487,500 |
| 3 雑収入 | 99,600 | 164,440 | 110,100 |
| 4 寄付金 | 0 | 16,294 | 0 |
| 5 繰越金 | 876,364 | 876,364 | 1,214,539 |
| 合 計 | 1,663,564 | 1,479,898 | 2,339,419 |

(支出)

(単位:円)

| 科目 | 令和3年度 予 算 | 令和3年度 決 算 | 令和4年度 予 算 |
|-------------------|--------------|--------------|--------------|
| 1 事務費 | 86,000 | 43,105 | 117,000 |
| 2 事業費 | 1,093,800 | 185,579 | 1,344,500 |
| 高齢者福祉費 | 400,000 | 81,000 | 840,000 |
| 児童母子福祉費 | 100,000 | 16,000 | 72,500 |
| 障害者福祉費 | 60,000 | 10,000 | 70,000 |
| ボランティア 活動事業費 | 303,800 | 62,579 | 230,000 |
| 福祉ネットワーク 活動事業費 | 230,000 | 16,000 | 132,000 |
| 3 予備費 | 483,764 | 36,675 | 877,919 |
| 合 計 | 1,663,564 | 265,359 | 2,339,419 |

稲毛海岸地区

グラウンドゴルフ大会

稲浜中学校区青少年育成委員会では、稲毛二小地区と稲浜小地区のスポーツ振興会、地区部会児童母子福祉委員会の共催という形で昨年10月23日(日)に新型コロナウイルスの間隙を縫って稲浜中学校のグラウンドにて「第32回グラウンドゴルフ大会」を開催いたしました。

当日は天気にも恵まれ、競技者、役員併せて59名が参加し、老若男女隔たりなく6組に分かれて競技を楽しみ



はホールインワンは出ませんでした。コロナ禍において、様々な行事が中止になる中、今年も本大会を開催できたこと、ご協力頂いた皆様に感謝申し上げます。

表彰式では、一般男子、一般女子、中学男子、中学女子のそれぞれベスト3が表彰されました。



九十歳 百歳の祝い

卒寿そして百寿になられた皆様おめでとうございます。



例年、開催していた敬老会は、この三年間、コロナウイルスの影響で断念せざるを得ない状況になりました。

これまで九十歳・百歳で参加された方々には記念品をお渡ししており、二年間分廻り民生委員の協力を頂き、対象の方々にお配りいたしました。

令和五年は、是非とも元気なお顔を直接お目見えできることを期待しております。

生活や仕事の相談窓口

生活自立・仕事相談センター美浜

社協美浜区事務所よりお知らせ

生活自立・仕事相談センター美浜は令和四年九月一日に千葉市が新たに設置した相談支援機関です。千葉市社会福祉協議会が千葉市から受託しております。

場所は、美浜区役所の横にある「美浜保健福祉センター」の2階にあります。

こちらのセンターは、生活に困窮した方や家庭・仕事などで悩み事を抱え方に向けた相談窓口です。

「家賃が払えず家を追い出されそう」「働きたいけれどブランクがあつて仕事探しが不安」「仕事が続かない」「滞納や借金の返済が困難」等々、あなたの困りごとをどのように解決していくか、どのような優先順位で取り組んでいくのかを一緒に整理していきます。

問題が多岐にわたる場合は、様々な関係機関と連携しながらサポートいたします。

センターには相談支援員が4名おり、相談・助言だけにとどまらず、相談者の個々の状態に応じた支援プランを作成し、生活の立て直しに向けた支援を行っております。（既に生活保護を受給されている方につきましては、担当のケースワーカーにご相談ください）

窓口や電話・FAXまたは、Eメールにてご相談をお受けしておりますが、外出が困難な方につきましては自宅訪問も可能です。相談は無料になりますので、ひとりで悩まずにご連絡ください。



住所：千葉市美浜区真砂 5-15-2
美浜保健福祉センター 2階
電話：043-270-5811 FAX：043-270-5812
E-mail：soudan-mihama@chiba-syakyo.jp
相談受付時間：8時30分～17時30分
月曜日から金曜日
(土日祝および12月29日～1月3日を除く)

【起床時編】

仰向けの状態で両手を上に、両足のつま先を下に向け、徐々に背伸びをして10秒数えてください。
※ 伸びるときに息は止めない事！
10秒数えたら、フツと力を抜き10秒間休みます。
これを3回繰り返します。



【就寝前編】

正座をしておでこを床につけるように前屈します。
※ 背中丸まっていますOKです！
ゆっくりとお尻を持ち上げて、頭のてっぺんを床の方に向けていきます。（膝は床につけたまま）首の後ろが伸びていることを感じられたら、膝の間を見ながら5回深呼吸をします。
これを2回繰り返します。



どちらもベッドや布団の上で実施してもらってOK！

**1分ストレッチで
そこそこ?!効果**
求め過ぎてはいけません
それなりと妥協してください笑
ちょっととした心配ごとがあり、
眠れないかもしれない。
スッキリ寝れた気がしないけど、
シャッキリしたい。そんな人向けの
超簡単ストレッチです。
効果は個人の感想です。

会員募集

令和三年度の稲毛海岸地区部会における会員のご加入状況は左の表に示したとおりです。皆様のご協力に大変感謝を申し上げます。

まもなく令和四年度は締切となりますので、ご支援をご協力くださる方は年度内にお近くの地区部会関係者にご連絡をお願いします。

また、年度が新しくなる令和五年四月からも引き続き会員を募ります。

稲毛海岸地区の誰もが安心して暮らせる『福祉のまちづくり』に公共性と自主性を持って取り組んで参ります。

| 会員状況 | | 令和4年3月31日 現在 | |
|--------------|-------------|--------------|-----------|
| 自治会・事業体 | 住民会員 (口) | 賛助会員 (口) | 金額 (円) |
| 稲毛団地 | 337 | - | 67,400 |
| 稲毛海岸一丁目東 | 15 | - | 3,000 |
| パークホームズラコリエル | 71 | - | 14,200 |
| パークホームズ花椿 | 39 | - | 7,800 |
| ファインコート | 47 | - | 9,400 |
| 美浜の杜シティ | 0 | - | 0 |
| コスモハイセレサ | 49 | - | 9,800 |
| ライオンズプラザ | 143 | - | 28,600 |
| 稲毛サンハイツ | 78 | - | 15,600 |
| レックス稲毛 | 43 | - | 8,600 |
| 稲毛海岸三丁目団地 | 610 | - | 122,000 |
| 稲毛東映マンション | 185 | - | 37,000 |
| パークホームズII番館 | 0 | - | 0 |
| 稲毛海岸4丁目 | 123 | - | 24,600 |
| 稲毛カトレア | 65 | - | 13,000 |
| ブラウドシティネットの会 | 0 | - | 0 |
| 個人加入 | 0 | - | 0 |
| さいわい・げんき | - | 1 | 10,000 |
| 特養アルマ美浜 | - | 1 | 10,000 |
| (有)ササキ | - | 1 | 3,000 |
| 稲毛診療所 | - | 1 | 3,000 |
| 合計 | 1,805 | 4 | 387,000 |

（仮称）健康フェスタ稲毛海岸6月に開催予定

各自治体や地域コミュニティが主催する身体測定や健康チェックがありますが、打瀬地区部会でも昨年からお開催しており、今年も三月十六日（木）に開催予定となっております。

この健康フェスティバルを稲毛海岸地区部会でも実施したいと昨年から思っており、血管年齢および脳年齢を測定する機器を手にする機会があったことから、ぜひ地域の皆様方に向けて、体験型イベントの開催をしたいと思います。



血管年齢測定



脳年齢測定

れると思われるが、少なくとも血管年齢と脳年齢は測定することができるように進めております。コロナ禍でめっきり外に出なくなつたであろう状況を少しでも打破できれば幸いに感じられます。

五月八日までは準備期間の意味合いがある『5類移行待ち』の今の生活は、特に大きな変わりはない感染対策はこれまでと同様にされていると思われる。疫病は過去の歴史から見ても、完全に防ぐことはできません。

ですが、これまで打ち勝つてきた事実もあります。イベントもやり方を考えればできることもあるはず。敵を知るといふわけではありませんが、半歩でも足を前に進めて行きましょう。

車椅子の貸出



申し込みは
民生委員まで

あとがき

もうひと月もすれば新年度、新しい生活に胸を躍らせる人もたくさんおられることでしょう。

この3年間、様々な行事が中止されて、学校や地域、社会全体において大勢で集まり楽しく過ごす機会がほとんど無くなってしまつたことが本当に残念でなりません。次々と変異を繰り返すコロナウイルスの対応をいつまでしなければならないのか、終わりの見えない状況ですが、色々な知恵を出し合い少しでも地域の行事が復活することを願っております。

人類は太古の昔から数多くの細菌やウイルスと戦い続けてきたとされています。

今後も続くであろうその戦いに個人としては免疫力を高める生活を心掛け、せめてもの抵抗としたと思っています。