

～皆さんの声に少しでも応えたい!～

2021年6月発行

第113号

す
ば
し

社協だより

ハーティちゃん



千葉市社会福祉協議会(略して社協)は、社会福祉法に基づき、お互いに支えあいながら誰もが住みやすい地域の実現に向けて、住民の、住民による、住民のための地域づくりのお手伝いをするための民間の福祉団体です。

 この広報紙は赤い羽根共同募金の配分金により発行しています。

Q: 健康の秘訣は?

特集

コロナに負けない!

～幕張ファミリーハイツささえあい会～

- ◆千葉市療育センターってこんなところ!
- ◆ハーティちゃんレポート「ラージボール卓球に挑戦!!」
- ◆情報ぷらっとほ～む～ボランティア講座&施設イベント～
- ◆社協の相談窓口
- ◆賛助会員・寄附者の紹介
- ◆職員大募集
- ◆おうちで簡単、運動不足を解消! Part2

今日はラージボール
卓球に挑戦♡
ラリーも続けし、
メツチャ楽ティ!!!

A: 答えは3ページに

2020年4月の合併により、
社協に加わった施設をご紹介します！

千葉市療育

当センターは、障害児・者の療育およびリハビリテーションの総合拠点施設として建設され、日常生活への適応と社会参加を図るため、早期発見・早期療育を中心課題としています。そのため、各専門スタッフがチームを組み、相談・検査・評価から指導・訓練に至るまでライフサイクルに応じたリハビリテーションをめざしています。

所在地 千葉市美浜区高浜4-8-3

電話番号 043-279-1141(代表) FAX 043-277-0220



名称(問合せ先)	事業内容
すぎのこルーム (TEL: 043-216-2409)	<p><医療型児童発達支援センター> 上肢、下肢、または体幹に機能障害のある就学前の児童に対し、心身の健やかな発達と集団生活に適應できる基礎作りを目的とした支援を行っています。</p> <p><児童発達支援事業> 就学前の心身の発達に遅れのある児童に対し、生活習慣を身につけたり、集団生活に適應するための支援を行っています。</p>
やまびこルーム (TEL: 043-306-5106)	<p><福祉型児童発達支援センター> 就学前の難聴の乳幼児が保護者とともに通園する施設です。専門スタッフが聴覚・言語の指導を行い、コミュニケーション能力を育てる支援を行っています。</p>
いずみの家 (TEL: 043-216-2465)	<p>障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律に基づき、就労を希望する65歳未満で、主に知的障害のある方に、一般就労へ向けた支援を行っています。また、生産活動やその他の活動の機会を促進し、就労に必要な訓練や支援を行います。</p>
相談支援事業所 ぱれっと (TEL: 043-279-4311)	<p>千葉市にお住いの児童を中心に、障害福祉サービス受給者証申請をされる方と契約の上、障害福祉サービス利用についての相談及び計画策定を行い、地域の中で安心して暮らせるようお手伝いをしています。</p>
療育相談所 (TEL: 043-216-2401)	<p>心身の発達に遅れや心配のあるお子さんに対して診察に基づき、必要な支援を行う医療機関です。市内の保健福祉センター、児童相談所、幼稚園、保育所等と連携をとりながら、発達に関する様々な相談に応じるとともに、総合的な支援を行っています。</p>
発達障害者支援センター (TEL: 043-303-6088)	<p>千葉市にお住いの発達障害があるご本人・ご家族が安心して地域で暮らせるようお手伝いをしています。ご本人、ご家族、支援者及び関係機関からのご相談をお受けいたします。(検査、診断や療育訓練、職業紹介は行っていません。)</p>
ふれあいの家(分館) ※ (TEL: 043-216-5130)	<p>地域の身体障害者に対して各種の相談に応じるとともに創作、スポーツ・レクリエーションおよび日常生活訓練等の事業を行い、身体障害者の方が豊かで充実した生活を送れるよう支援しています。</p>

※ふれあいの家(分館)所在地: 千葉市美浜区高浜3-3-1

いずみの家をピックアップ!

いずみの家では一般企業や官公庁へ就職を目指す「就労移行」と、企業から受託した内職作業で収入を得る「就労継続支援B型」の2つをサービスとして提供しています。



箱折りや保冷剤の袋入れ、ハンガーの組み立て等、利用者の方に合った作業を提供し、作業で得た売り上げは工賃としてお支払いしています。

ボランティア募集!

いずみの家では、一緒に作業していただける方を募集しています。お気軽にお問合せください。

問合せ先 TEL: 043-216-2465 平日: 9:00~17:00

ポリ袋の製造販売やポロシャツなどへのプリントも
行っています。



センター ーってこんなところ!



大宮学園

知的障害、または肢体不自由の障害がある就学前のお子さんが療育を受ける通園施設です。障害児の療育及びリハビリテーションを行っています。

所在地 千葉県若葉区大宮町3816-1

電話番号 043-263-1560(代表)

FAX 043-263-2447



名称(問合せ先)	事業内容	
ひまわりルーム (TEL: 043-263-1560)	<福祉型児童発達支援センター> 知的発達に遅れのある3歳から就学前の児童に対し、心身の健やかな発達と集団生活に適應できる基礎作りを目的とし、個別的・集団的な療育を行っています。	
たけのこルーム (TEL: 043-263-1560)	<医療型児童発達支援センター> 上肢、下肢または体幹に機能障害のある就学前の児童が、保護者と共に通園し、心身の健やかな発達と集団生活に適應できる基礎作りを目的とした療育を行っています。	<児童発達支援事業> 心身の発達に遅れのある就学前の児童に対し、日常生活動作や集団生活に適應できる基礎作りを目的とした療育を行っています。



ハーティちゃんレポート

千葉県療育センター内の体育室*で活動されている障害者サークル「ラージ卓球友の会」さんに、ハーティちゃんがお邪魔してきました。



会員の方にお話を伺うと、緊急事態宣言中は自宅にこもることも多く、足腰が心配になることも…。解除後は、検温や消毒等のコロナ対策を十分に行いながらも、「こうして活動できる場があって本当に嬉しいわ!」と、笑顔で話してくださいました。ラージ卓球友の会は現在約10名が在籍しており、15年継続している方もいらっしゃいました。疲れたら休む!無理をしない!が長続きの秘訣とのこと。

ラージ卓球は通常よりもボールが4mm大きく(表紙参照)、ラリーが続きやすいのが特徴。活動の序盤は和気あいあいとしたラリーが続き、時折鋭い視線で「おりゃ!」と力強いスマッシュが決まった時は、本当に気持ちよさそうでした。



「昨日の夕飯は忘れたけど、卓球の打ち方は忘れないわ!!」

ハーティちゃんもラージ卓球を体験させていただきましたが、想定通りの空振りに皆さん大笑い。とても楽しい一時を過ごさせていただきました。



*体育室は、ふれあいの家が所管しています。

特集

コロナに負けない!

幕張ファミリーハイツささえあい会

“いつまでも生き生きと自立生活が暮らせるよう”



会議はオンラインで!

花見川区の幕張ファミリーハイツマンション(4棟、約570世帯)は、築35年以上が経過し、居住者の高齢化も加速しています。

今後も高齢化が進んでいくことが予想されたため、「何か、自分たちにできることはないか!」と発起人10名が集まり、平成30年8月に「幕張ファミリーハイツささえあい会」が立ち上がりました。

当初の主な活動としては、①ごみ出し、②管球交換、③電気・水道修理、④戸車交換、⑤網戸張替、⑥窓ふき、⑦病院予約などの生活支援活動から開始しました。また昨年11月には、新たに見守り活動も開始し、挨拶・声掛け、外観巡回、電話による安否確認を行っています。月に1度、メンバーが集まる運営委員会が行われており、メンバーに加え、地域の民生委員、あんしんケアセンター、生活支援コーディネーター、社協区事務所も参加し、今後の活動の方向性などが話し合われています。



ゴミ出しは子ども達も登校時にお手伝いしています!

この会があり、とても心強く思っています!



現在のコロナ禍において、生活支援活動は、緊急を要するもの以外、原則として「ごみ出し」に限定し、見守り活動は、外観巡回は少人数、安否確認は電話回線を使用して行っています。また、会議にはオンライン(ZOOM)を積極的に取り入れ、現在ではコロナ前と遜色なく、会議が行われています。外部のオンラインサロンでの講演会、研修会、事例発表等にも参画し、コロナ禍でも活動が滞ることのない様々な取り組みが行われています。

最近では、活動拠点であるマンションの集会室に大型のテレビが設置され、テレビを利用した交流活動も検討されており、今後もメンバーの様々なアイデアを活かした新たな取り組みが期待されます。

ボランティア講座のご案内

※詳細は各ボランティアセンターにお問い合わせください。

※新型コロナウイルスの影響により、変更・中止となる場合があります。

講座名	内容	開催日時	会場	定員	申込先
認知症 サポーター ステップアップ 講座	地域で認知症の方や家族を サポートするための知識や 技術を学びます。 ※認知症サポーター養成講座修了 者で、講座修了後ボランティア 登録及びボランティア活動が可能 な方対象	7/30(金) 13時～17時	美浜保健福祉センター 4階 大会議室	15人	美浜区 ボランティアセンター 043-278-3252 ※7/1(木)から受付開始
		8/17(火) 13時～17時	若葉保健福祉センター 3階 大会議室	15人	若葉区 ボランティアセンター 043-233-8181 ※7/1(木)から受付開始
小学生向け シニアサイン 講座	聞こえが困難な高齢者等と のコミュニケーションに役立つ シニアサイン(言葉に身 振り等を補って会話をする 方法)を学びます。 ※小学生対象	7/29(木) 10時～12時	稲毛保健福祉センター 3階 大会議室	15人	稲毛区 ボランティアセンター 043-284-6160 ※7/1(木)から受付開始
高齢者支援 ボランティア 講座	高齢者を支援するボランティ ア活動に必要な知識等を 学びます。	7/21(水) 10時～12時	緑保健福祉センター 2階 大会議室	20人	緑区 ボランティアセンター 043-292-8185 ※7/1(木)から受付開始



本会のボランティア講座は「ちばシティポイント」の対象事業です。
ちばシティポイント事務局 TEL:0570-783-671



施設イベント 情報

花見川いきいきプラザ 世代間交流 親子で夏の寄せ植え

日時: 令和3年7月24日(土)

①13:00～13:50 ②14:00～14:50

場所: 花見川いきいきプラザ 1F 創作室

定員: ①②各7組14名(先着順・要予約)

対象: 市内在住、小学生およびその家族

費用: 1組1,000円

受付: 7/1(木)9:30～ 直接またはTEL・FAXにて

【花見川いきいきプラザ】

TEL: 043-216-0080

FAX: 043-216-0083

ガーデニングクラブの
皆様がやさしく教えて
くださいます



※実際のイメージとは異なります。

社協の相談窓口一覧

相談窓口名	内 容	問合せ先(市外局番(043))	開所日	時 間	
千葉市成年後見支援センター	判断能力が十分でない方の権利擁護に関する相談(成年後見制度・日常生活自立支援事業)	209-6000	月～金	9:00～17:30	
千葉市生活自立・仕事相談センター中央	経済的な問題や就労に関すること、ひきこもりなどに関する相談	202-5563	月～金	8:30～17:30	
千葉市ボランティアセンター	ボランティアに関する相談、登録、紹介、連絡調整、情報収集・提供、ボランティア保険の受付、災害時のボランティア活動支援等	209-8850	火～土 (月曜が祝日の場合は火曜休館)	8:30～17:30	
社協各区事務所 (各区ボランティアセンター)	地域福祉に関する相談支援、福祉教育に関する相談支援、ボランティア活動に関する相談支援、ボランティア保険の加入手続き、生活福祉資金等の貸付及び相談、地域保健福祉活動施設の貸出等 ☆地域の支えあい活動等の様々な相談に応じるCSW※を配置しています	中央区	221-2177	月～土・第2日 (土は活動施設等の貸出業務のみ) (第2日は区ボランティアセンター業務のみ)	月～金 8:30～17:30 土・第2日 9:00～17:00
		花見川区	275-6438		
		稲毛区	284-6160		
		若葉区	233-8181		
		緑区	292-8185		
		美浜区	278-3252		
千葉市中心配ごと相談所	日々の暮らしにおける悩みごと、心配ごとに関する相談	209-8860 ※電話相談のみ	火・水・木 (祝日、年末年始を除く)	10:00～15:00 (昼休憩あり)	
いきいきプラザ		中央	209-9000		
		花見川	216-0080		
		稲毛	242-8005		
		若葉	228-5010		
		緑	300-1313		
		美浜	270-1800		
いきいきセンター	60歳以上の高齢者が健康で生きがいのある生活が送れるように介護予防事業の実施、日常生活の悩み事や健康の相談等	蘇我	264-6966	月～日 ※年末年始を除く (12月29日～1月3日)	9:00～17:15
		花見川	286-8030		
		さつきが丘	250-4651		
		あやめ台	207-1388		
		大宮	265-1751		
		都賀	232-4771		
		越智	205-1290		
		土気	205-1000		
		真砂	278-9641		
千葉市療育センター療育相談所	詳細は2ページを参照	216-2401	月～金	9:00～17:15	
千葉市療育センターふれあいの家		216-5130	火～日 (月曜が祝日の場合は火曜休館)	9:00～17:15	
千葉市療育センター相談支援事業所 ぱれっと		279-4311	月～金	9:00～17:15	
千葉市発達障害者支援センター		303-6088	月～金	9:00～17:00	
千葉市障害者福祉センター	市内在住、もしくは在勤の18歳以上の障害者を対象とした各種相談、福祉講座、社会適応訓練、施設貸出、レクリエーション等	209-8779	火～日 (月曜が祝日の場合は火曜休館)	9:00～17:15	
千葉市桜木園	市内在住の在宅障害児(者)及び保護者の方を対象に地域での療育指導等に係わる相談(障害児等療育支援事業)	231-5865	月～金	9:00～17:15	

※コミュニティソーシャルワーカー(CSW)とは、様々な相談や困りごとを受け止め、必要な専門機関につないだり、地域における住民同士の支えあい活動を支援するなど、地域課題の解決に向けた支援をする職員です。

賛助会員・寄附者の紹介

賛助会員のご紹介

ご支援・ご協力ありがとうございます

敬称略。団体、法人は代表者名を省略、法人名は略称を使用させていただきました。個人、法人、50音順。

2021年2月～4月

石原 康子 和泉 佳子 岩本 朝子 鶴殿 龍雄 落合 武徳 影山 成己 門山 美千代 菊谷 ひろ 北野 嘉大 木津 孝子
相樂 弘子 佐々木 美智子 須田 征司 高橋 信之 武井 雅光 土岐 由美子 長嶋 洋二 原田 雅男 藤岡 民良
細谷 七重 皆川 あや子 村田 幸子 安田 敬一 吉田 良子 (医) 葵会葵の園・はまの あかいし脳神経外科クリニック
あんしんケアセンター浜野 今村商事 (株)SCミート 榎本医院 (株)オーケー光学 小野寺産婦人科 (有)春日不動産
カフェトポス (株)関電工千葉支店千葉営業所 協和クリーン(株) (福)九曜会こころふる浜野 (株)グリーントワー
グリーンライフ東日本(株) (福)栗の木 (福)煌徳会 (株)SAN・KOU ささや菓匠 (有)穴倉造園土木 (株)清水商会
(有)白髭エンジニアリング (有)新宿ラヂエーター研究所 新橋食品 (株)志ん橋寿司 (医)翠明会山王病院
特別養護老人ホーム晴山苑 (株)大幹 高洲地区センター振興会 鷹之台カンツリー倶楽部 立山工業(株) (株)トーカイ
鍋嶋眼科医院 第211地区民生委員児童委員協議会 (株)西川塗装店 西千葉稲荷大明神 (宗)如意山 本行寺
(学)畠山学園はまの幼稚園 (福)はつらつの里ケアハウスはつらつ浜野 花見ヶ丘 大樹会 花見川団地商店街振興組合
浜野長嶋内科 (株)バルブブランシュ (医)福寿会鷺見医院 (株)堀越土木 誉田商店会 (株)マイキー 松原建設(株)
マルシン興産(株)Kマート (株)宮崎興業 (医)明生会 メディアビジネス(株) モン・カフェ (医)有相会 最成病院
(医)有相会ゆうあい苑グループホーム

町内自治会等は、住民会員のほか賛助会員としてもご加入いただいた団体のみ掲載しています。

ご寄附のお礼

心温まるご寄附ありがとうございます

法人名は略称を使用させていただきました。敬称略。個人、団体、50音順。

2021年2月～4月

【社会福祉事業資金】

佐々木 あづさ 鈴木 健仁 渡邊 政義 稲毛いきいきプラザ設置募金箱
稲毛公民館設置募金箱 稲浜公民館設置募金箱 大宮いきいきセンター設置募金箱 株式会社ベルク
小中台公民館設置募金箱 山王公民館設置募金箱 宗教法人毘沙門堂設置募金箱 白井公民館設置募金箱
末広公民館設置募金箱 千葉市桜木霊園管理事務所設置募金箱 中央いきいきプラザ設置募金箱 都賀公民館設置募金箱
椿森公民館設置募金箱 土気いきいきセンター設置募金箱 轟公民館設置募金箱 花見川いきいきプラザ設置募金箱
花見川区事務所設置募金箱 平和公園管理事務所設置募金箱 星久喜公民館設置募金箱 真砂いきいきセンター設置募金箱
緑いきいきプラザ設置募金箱 緑が丘公民館設置募金箱 緑区事務所設置募金箱 美浜いきいきプラザ設置募金箱
美浜区事務所設置募金箱 宮崎公民館設置募金箱 若葉いきいきプラザ設置募金箱 若葉区事務所設置募金箱

【交通遺児基金】

第104地区民生委員児童委員協議会 第105地区民生委員児童委員協議会
第110地区民生委員児童委員協議会

【ボランティア基金】

五十嵐 治子 稲毛区事務所設置基金箱 VEGA設置募金箱 桜木公民館設置募金箱
千葉市ボランティアセンター設置募金箱 土気公民館設置募金箱 としまや弁当おゆみ店設置募金箱
花見川区事務所設置募金箱 フードショップみやもと設置募金箱 フジゴルフパーク設置募金箱 誉田公民館設置募金箱
誉田ゴルフセンター設置募金箱 緑区事務所設置募金箱 森倉商店設置募金箱 若葉区事務所設置募金箱

【物品】

株式会社セブン-イレブン・ジャパン
宗教法人毘沙門堂
千葉経済大学附属高等学校
マルハン千葉北店



▲千葉経済大学附属高等学校様(右)(稲毛区)から防災備蓄セットをいただきました。区内の障害者施設等にお配りしています。

● 私たちと一緒に働きませんか？〈求人募集〉 ●

子どもルーム(学童保育)夏季補助員

小学校等の夏休み期間中に、子どもルームの運営をサポートする夏季補助員を募集します。

業務内容 子どもたちの生活・遊びのサポート及び安全管理。

応募資格 18歳以上65歳未満の方(高校生不可)、資格不問。

勤務場所 市内の各子どもルームのいずれか。

雇用期間 夏休み期間：令和3年7月19日(月)～8月29日(日)。
※日曜日の勤務なし、勤務開始日応相談。

勤務時間 7時45分～19時00分のシフト制。
※勤務日、シフトは配属されたルームと調整のうえ決定。

賃金 時給990円 別途通勤手当、時間外勤務手当を本会規定により支給。

問合せ先 児童育成課
TEL：043-209-6055 月曜日～金曜日(祝日を除く)9：00～17：00



桜木園・看護師

応募資格 正看護師免許所持者。

待遇 正規職員月額252,080円～(地域手当含む)、その他手当(時間外・夜勤・通勤・住宅・扶養・賞与【年4.20ヶ月支給、但し、初年度は、採用月に応じて減額あり】等)を別途支給します(支給に際し、それぞれ支給要件あり)。※規定に基づく退職手当制度があります。

勤務形態 4週8休 週38時間45分勤務(時間外勤務の場合あり)
※早出・平常・遅出・夜勤あり(月4・5回程度、夜勤明け公休)

休日 4週8休及び祝日・年末年始に相当する日数分
(年間125日程度)

問合せ先 施設福祉総務課
TEL：043-209-8815
月曜日～金曜日(祝日を除く)9：00～17：00



和陽園・介護員

応募資格 無資格の方でも可能です。但し介護職員研修修了者(旧ホームヘルパー1・2級)や介護福祉士の資格があれば尚可。

待遇 正規職員月額210,847円～(地域手当含む)、その他手当(時間外・夜勤・通勤・住宅・賞与【年4.20ヶ月支給、但し、初年度は、採用月に応じて減額あり】等)を別途支給します(支給に際し、それぞれ支給要件あり)。※規定に基づく退職手当制度があります。

勤務形態 4週8休 週38時間45分勤務(時間外勤務の場合あり)
※早出・平常・遅出・夜勤あり(月4・5回程度、夜勤明け公休)

休日 4週8休及び祝日・年末年始に相当する日数分
(年間125日程度)

問合せ先 施設福祉総務課
TEL：043-209-8815 月曜日～金曜日(祝日を除く)9：00～17：00



指導員

応募資格 社会福祉士又は社会福祉士事と児童指導員の両方を取得の方。

年齢要件 35歳未満の方。

勤務先 千葉市療育センター他、千葉市内の複数箇所。(配置は採用後決定)。

待遇 正規職員月額189,980円～(地域手当含む)、その他手当(時間外・夜勤・通勤・住宅・賞与【年4.20ヶ月支給、但し、初年度は、採用月に応じて減額あり】等)を別途支給します(支給に際し、それぞれ支給要件あり)。※規定に基づく退職手当制度があります。

勤務形態 週5日(土日祝休)、または4週8休・週38時間45分勤務
(時間外勤務の場合あり)※勤務地により異なります。

問合せ先 施設福祉総務課
TEL：043-209-8815
月曜日～金曜日(祝日を除く)9：00～17：00



● おうちで簡単、運動不足を解消! Part2 ●

本会いきいきプラザ・センターで介護予防に取り組んでいる理学療法士より、自宅で簡単かつ身体機能低下に効果が高い運動を、解説付きでご紹介します。(モデル：理学療法士 森田)

【肩甲骨回りを柔らかくして、肩の痛みや肩こりの予防をしよう!】

※椅子に浅く座り、背中を丸めず、足は握りこぶし2つ分開き、足の裏は床につけた姿勢を取りましょう。



1 手のひらを合わせた状態で腕を上げる(肩に痛みがない人は、出来るだけ腕は耳の横)

2 腕を上げた状態で、手のひらを外に向ける(ただ手のひらを外に向けるのではなく、肩から捻るように意識)

3 手のひらを外に向けた状態で、肘を曲げながら下げていく(手のひらを壁に沿わせていくイメージ)

【理学療法士からのアドバイスポイント】 呼吸を止めずに行うことが大事!!

胸を開き、肩甲骨を寄せる(近づける)意識しましょう。

なるべく背中を丸めないで実施しましょう(背中を丸めた状態だと、肩甲骨は寄りにくくなります)。

痛みのない範囲で、力まずに実施しましょう。

はーとふる千葉

社会福祉
法人

千葉市社会福祉協議会

〒260-0844 千葉市中央区千葉寺町1208-2 (千葉市ハーモニープラザ内)
TEL 043-209-8884 FAX 043-312-2442 <http://www.chiba-shakyo.jp>

※「ちばし社協だより」は、毎月3万2千部を発行し、各町内自治会での回覧や、公共施設等への配架を通じて、広く市民の方々にご愛読いただいています。