

新木近隣センターだより

第250号



新木地区まちづくり協議会のQRコード

令和3年3月20日
新木地区まちづくり協議会
広報部会発行
我孫子市新木 1500
新木近隣センター内
Tel 04-7188-2010



春の日差しになりました。今年は桜も早い開花です。なかなか出かけにくい日々ですが、新木地区ならではの楽しみ、のどかな散歩はいかがでしょうか？

用水にカルガモもきています。つくしなどの野草も楽しめます。季節は進んでいきます。

新木近隣センターだより251号は、4月17日（土）に発行します

新木地区まちづくり協議会 第29回定期総会案内

感染防止対策を実施して、出席者を55名に限定して開催します
日時：4月25日（日）13:30~15:00
会場：新木近隣センター 多目的ホール

新木近隣センターの 管理人が代わりました

本多智子さんが退職され、細貝圭美^{たまみ}さんが2月1日から加わり、中野綾子さん、林崎政行さん、大橋進さん、雨宮明さん、本間清さんの6名体制で対応致します。
どうぞよろしくようお願い申し上げます。

新木まち協委員を募集

新木地区まちづくり協議会では、新年度を迎えるにあたり、協議会活動に参加していただける委員を募集しています。4つの部会があり、いずれかの部会に所属して、住み良いまちづくりをめざして、活動していただきます。「新木地区」を知る良い機会です。是非ご参加ください。

申込み・問合せは新木近隣センター ☎7188-2010 まで

総務部会	協議会全体の計画・予算に関すること
企画部会	イベント等の立案・実施に関すること
施設管理部会	センター施設の維持管理に関すること
広報部会	センターだよりの発行等広報に関すること

歌声コンサート in 新木

感染防止対策上、参加者は歌わずに鳥谷部さんの歌と演奏を楽しみます。

日時：5月8日（土）

13時30分~15時30分

会場：新木近隣センター多目的ホール

演奏：鳥谷部由美子さん

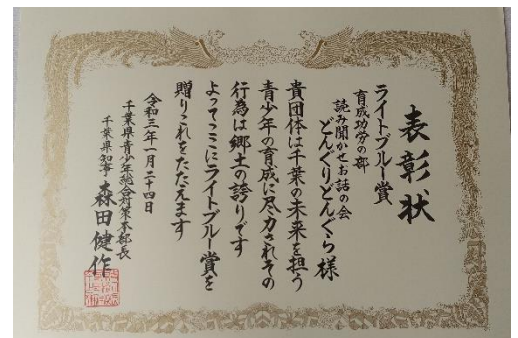
費用：無料

制限：申込み先着40名

申込み：4月1日より

新木近隣センターへ

電話：7188-2010



「どんぐりどんぐら」が千葉県ライトブルー賞を受賞しました

新木小で20年以上読み聞かせの活動をしている「どんぐりどんぐら」が、千葉県ライトブルー賞の育成功労の部で、表彰されました。ライトブルー賞は、善意や親切心から、よい行いをした青少年及び青少年を育成支援する活動において顕著な功績があった個人又は団体を表彰し、その活動をたたえとともに、その気運を県内のすみずみまで広めていこうとするものです。

8本の八重桜が命をつなぐ

新木小学校 校長 横山 悦子

「八重桜思い出ずっと僕の中」 (5年 唐澤 穂澄)

「八重桜新木の歴史と散歩する」 (6年 関 楓)

「八重桜6年分のありがとう」 (6年 小川 航央)

上記は、八重桜が伐採された時に詠まれた俳句です。

朗報です。2月12日(金)、八重桜が植樹されました。年末に伐採されて悲しんでいただけに、どんなにうれしかったことでしょう。高さは3メートル程もある立派な八重桜です。『関山・カンザン』と言う種類だそうです。

職人さんが、今後、八重桜がしっかりと根を張ることができるよう、深さ50センチ程の穴を掘り、心を込めて植えてくださいました。今春には花を咲かせると聞き、ますますうれしくなりました。



児童会が中心となって、八重桜

に名前をつけてくれました。あらかっ子の総選挙で選ばれたのは、「命」「笑顔」「友情」「勇気」「夢」「希望」「翼」「永遠」の8つ。どれもすてきな名前ばかりです。名前をつけてもらった八重桜は、それぞれ個性的に幹を伸ばし葉をつけ花を咲かせることでしょう。

さて、『感性を磨く』を合言葉に俳句の取り組みを開始して3年、自然や身の周りを見つめて発見したり感じたりしたことを俳句に表現してきました。過日、うれしいお知らせが入りました。「きごさい全国小中学生俳句大会・学校賞受賞」のお知らせです。北は北海道から南は沖縄まで、68校が参加して日本一になりました。これからも、子ども達には、俳句を書き続けてほしいと思っています。

本校最大の行事である卒業式が1週間後に迫ってきました。この日、95人の子ども達が巣立ちます。コロナ禍にあって例年通りとはいきませんが、最大限の工夫を凝らし、感動あふれる式にしたいと考えています。

6年間の最後の授業です。卒業生には思い出を振り返らせるとともに、お世話になった方々への感謝の気持ちを持たせ、中学校への夢と希望を膨らませて進学してほしいと願っています。この晴れ舞台で子ども達は『いい声、いい顔、いい姿』を見せてくれることでしょう。

最後になりましたが、今年度、子ども達や学校、教職員にお寄せいただきました励ましやご支援に心から感謝致します。

ふらりえ新木野 NOW 令和3年4月の予定

- 4月 3日(土) 13:30~ おしゃべりの会
- 4月 6日(火) 13:30~ 健康体操
- 4月 8日(木) 13:30~ つるし雛かざり
- 4月10日(土) 13:30~ 折り紙教室
- 4月13日(火) 13:30~ 鳥谷部さんの歌声喫茶
会場は新木団地自治会館
- 4月15日(木) 13:30~ 座ってできる太極拳
- 4月17日(土) 13:30~ おしゃべりの会
- 4月20日(火) 13:30~ ヲグニザイ(認知症予防)
- 4月22日(木) 13:30~ つるし雛かざり
- 4月24日(土) 13:30~ 折り紙教室
- 4月27日(火) 13:30~ 健康体操
- 4月29日(木) 13:30~ おしゃべりの会



下新木踏切が新しく生まれ変わりました。歩道も整備され、車両も譲り合い通行から相互通行になりスムーズになりました。

- * 感染防止対策上、各イベントは10名以内です
- * 歌声喫茶は先着順で30名迄です
- * マスク、飲み物はご持参ください
- * 各イベントは1時間程度です
- * 予約申込みは 渡部(090-1214-2700)まで

新木野高齢者見守りネットワーク活動の紹介

会長 小澤 信吾

新木団地・あらかし野両自治会地域は、平成22年5月我孫子市の「地域高齢者安心ネットワーク」モデル事業地域に指定されたのを機に、「要支援者」（見守ってほしいと申し出て登録された方83名）の孤独死防止と災害時緊急避難の支援を目的として、平成24年に、「協力員」（見守り活動に賛成し登録された方183名）が、見守り活動を展開できるネットワーク体制を整備し、10月から本格的に見守り活動を開始して9年目に入りました。

主な協力員の活動を紹介します。

1. 日常の見守り活動

- 要支援者宅において何日も雨戸が閉めっぱなし、新聞受けがいっぱい、洗濯物が出っぱなしなど、さりげなく見守ることから始め、時には訪問して様子を確認しながら、できれば話し相手になり打ち解けた関係になって、災害等の緊急時にしてほしいことなどを聞く。
- 安否確認のため、家屋をのぞいて要支援者が倒れていた場合などは、救急車を呼ぶ手配を行う。また、冷蔵庫の安心カードの確認や、要支援者「見守り対応状況記録票」に記載されている緊急連絡先（ご家族等）に知らせる。

2. 非常時の見守り活動

- 震災時は、協力員自身と家族の安全を確認後、担当の要支援者の安否確認を行う。
- 要支援者が自力避難できない場合は、他の協力員や自治会防災組織の方と力を合わせ、車いす（地域交流施設ふらりえ新木野倉庫に7台確保）などで避難場所の新木小学校へ避難支援する。

以上活動の一部を紹介しましたが、見守り活動の基本形は、「向こう三軒両隣」の助け合い精神や思いやりの心であることを再認識いただき、地域の皆さんが一人でも多く見守り活動に参加され、これらの取り組みを着実に積み重ねることが、希薄になりつつある地域のつながり・絆を見直しすることになると思います。さらに、本活動が新木地区各自治会にも拡大してゆくことを願っております。

～こども文庫 open～

地域のこどものための私設文庫が始まりました。有志の方々からの寄付による約600冊に市民図書館からの200冊を加え、常時800冊以上で運営しています。1人5冊2週間、借りて帰ることもできます。利用は無料です。初回にお名前とご住所を登録していただきます。開室は第2、第4の土曜日の12時～16時です。場所はあらかし園前の吾妻台団地入り口の住宅です。

どうぞご利用ください。 問い合わせ 090-8840-2589 奥田



こども文庫入り口の看板

「QRコードを読み取り、新木まちづくり協議会のホームページを開こう」

お使いのスマホがアップル社以外の機種の時（アンドロイド）

スマホ内の Google レンズのアプリを起動します

カメラの四角の枠の中に右側の QR コードが入るようにします

QR コードが認識されるとアドレスみたいな文字が表示されますので、その文字をタップします。



QR コード

お使いのスマホがアップル社の iPhone 等 の時

カメラのアプリを起動します

QR コードが真ん中にくるようにスマホを動かします。認識されると上の方にアドレスが表示されますので、その文字をタップします。

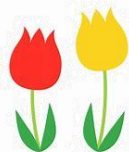


既にスマホに QR コード読み取りの専用アプリをインストールしている人は、そちらをお使いください

こつこつ 健康づくり

令和3年 3月号

心の健康を保つコツ



我孫子市健康づくり支援課
電話 04-7185-1126
～自ら取り組むみんなで続ける健康づくり～

新型コロナウイルス感染拡大による環境の変化で、気づかないうちにストレスや疲れがたまっている方が増えています。心身の病気に陥らないよう、心の健康を保つためのコツを紹介します。

●新型コロナウイルス感染症関連の情報で不安になっている方は・・・
➔ **たくさんの情報を取り入れ過ぎないようにする。情報から離れる時間を持つ**

※新型コロナウイルス感染症について
厚生労働省ホームページ
(QRコード右記)



●夜、なかなか寝つけない方は・・・
➔ **起床時間を守り、3食を規則正しくとる**
睡眠や食事などの生活リズムの乱れは、心身の疲労を招きます。毎朝定刻に起きることで体内時計がリセットされ、生活リズムを整えやすくなります。



●人に会う機会が減ったと感じている方は・・・
➔ **人とのつながりを大切にしよう**

不安や心配を誰かに話すだけで気持ちが軽くなります。対面が困難な場合は、日ごろからSNSや電話、テレビ電話などを活用し顔をあわせることが大切です。



●ネガティブ思考に陥りがちな方は・・・
➔ **趣味や娯楽などで気分転換しよう**
身近でできる楽しみを思いつくまにリストアップし、やってみましょう。「楽しい」、「気持ちがいい」と思える時間を増やすことで心がリラックスします。



●不安や悩みでおしつぶされそうなときは・・・ ➔ **ためらわずに専門家に相談しよう**
【相談先】

よりそいホットライン：0120-279-338 ※24時間対応
千葉いのちの電話：043-227-3900 ※24時間対応
こころの健康相談統一ダイヤル：0570-064-556 ※平日9時～22時
我孫子市障害福祉支援課：04-7185-1111 ※平日8時30分～17時など
※SNSでの相談もあります。詳しくは厚生労働省ホームページ「まもろうよこころ」(右記QRコード参照)をご覧ください。



新型コロナワクチン接種コールセンターを開設

市では、新型コロナワクチンが供給され次第、速やかな接種が可能となるよう接種体制を構築しています。接種スケジュールは、国が示す優先順位に応じて順次接種を進めていく予定です。対象の方には接種券と案内を送付しますので内容をご確認ください。

高齢者には4月以降に、それ以外の方にはワクチンの供給に併せて送付する予定です。※ワクチンの供給状況により変更になる場合があります。ワクチン接種の予約開始時期、予約方法、接種可能な医療機関の情報などは、市ホームページで最新情報をご確認いただくか、市コールセンターにお問い合わせください。

▶ 我孫子市新型コロナワクチン接種コールセンター
☎0570-000-981
(平日午前9時～午後5時30分)

▶ 厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター
☎0120-761-770 ※フリーダイヤル
(毎日午前9時～午後9時)