

吉田 稔筆

令和5年3月 No.144

●編集・発行
柏市増尾地域ふるさと協議会
(地区社会福祉協議会)

〒277-0033
柏市増尾三丁目1番1号
増尾近隣センター内
☎ 04-7174-7211

みんな元気 住んで良かった この地域

地域コミュニティの活性化

地区社協部 地区懇談会

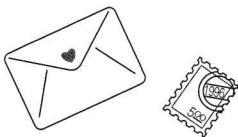
2月19日（日）に開催した地区懇談会は、「今の時代に必要な地域活動」について話し合いました。増尾地域ふるさと協議会は18の町会、自治会、管理組合（以下、各団体）から成り立っている地域活動体です。その18の各団体がそれぞれ活性化することが、ふるさと協議会の活性化につながると考え、参加した各団体の代表に、柏市のデータを基に各団体の加入率、高齢者率などを知つていただきました。また、町会加入率が非常に高い事例として、柏市の葉山町会が加入率向上のために行なっている新会員の募集方法などを紹介しました。今後、加入率の向上に取り組んでいくヒントになれば幸いです。

各団体の活性化に絶対に必要なのは若い世代の加入です。加入していただき様々な活動を通して地域コミュニ

ティーの形成に協力をしていただくことです。コロナ禍でコミュニケーションを図る機会を失っていましたが少しずつ元の生活様式に戻り、各団体の活性化が期待されます。そして、ふるさと協議会の活動にご協力をいただければ、ふるさと協議会活動の活性化につながることになります。そのためにも継続事業の見直しや、今の時代に必要な事業の新規考案の必要性を感じています。

最後にふるさと協議会活動の活性化についてグループディスカッションを行ない、各団体の地域の特性、今後の方針などを発表していただきました。様々な考え方があつても、この地域を良くしていくうと思ふ気持ちで一丸となれば、その地域は発展します。一歩ずつ進めていきます。

地区社協部 花島 和宏



私の町会・自治会だより

皆さんの町会・自治会を紹介していくコーナーです

松野台自治会

松野台自治会は増尾駅の南西に位置し、1973年に結成されました。松の木に囲まれた土地に因んで名付けられたと聞いています。

松野台自治会では、「松野台ハッピー夏祭り」が年間行事の軸になっており、役員と会員が一丸となって取り組んできました。コロナ禍により3年間見合わせていましたが、2023年度からの再開に向けて活動しており、再開することで皆さんの明るく元気な笑顔が戻ることを願っています。

私の会長任期中は新型コロナウイルスとの闘いでいた。会員の安全安心を第一にどのように自治会活動ができるかを常に考えて進めてきました。昨年10



月には松野台自治会初の秋イベント「みんなでころころゲームの集い」を開催しました。規模は小さいイベントでしたが、コロナ禍でも開催することができました。

また、「松野台自治会自主防災会」においては、塚本平二本部長の尽力で、コロナ禍での災害発生を想定した防災訓練を経験しました。その結果、自主防災会はより強固な組織になったと思っています。

今後も、松野台自治会をはじめ、近隣の町会、自治会の繁栄を願い自治会活動を進めてまいります。

会長 金原 直行

大人気!「つくってあそぼ」

2022年12月4日（日）、増尾近隣センター体育室において、地区社協部主催「つくってあそぼ」を実施しました。久しぶりの開催とあって、定員30名のところ60名もの応募がありました。

前半は、プラネタリウムと綿あめ・クレープ作り。1年生もハサミを上手に使って、それぞれ個性のあるプラネタリウムを完成させました。綿あめは5色のザラメから好きな色を選んで作りました。クレープはバナナをバランスよく並べておいしそうにでき上りました。

後半は、スリッパストラックアウトと雑巾リレーのチーム対抗。思いっきり体を使って遊び、雑巾リレーで体育室の床もピッカピカになりました。

コロナ禍でイベントが少ない1年でしたが、子どもたちの成長はノンストップです。「つくってあそぼ」は、いろいろな学校の友だちと一緒に遊ぶイベントです。これからも、楽しい企画を考えていきたいと思います。

地区社協部 風間 理恵



タオルで毎日ストレッチ 介護予防講座



イ・タ・タ・タ・タ、すつきり!

2月26日（日）、増尾近隣センターにおいて、地区社協部主催の「介護予防講座」を開催しました。フレイルチェック、フレイル予防、フレイルストレッチなど虚弱体质改善などの向上を目指し毎年行なっています。今回は、健康運動指導士、介護予防指導士の高橋光江先生の指導で「タオルで毎日ストレッチ」を教えていただきました。

タオルを手に呼吸のタイミングが自然に取れるストレッチを行ないました。背筋と肩甲骨のストレッチでは「痛い」「無理」の声に会場大爆笑でした。スクワット20回を2回、皆の掛け声でやり切りました。2人1組で肩、腕、背中をもみほぐすストレッチや拳と手のひらを使った脳トレもあり、緊張と笑いのなか楽しい時間でした。

「今日は皆で行なったので頑張りました。家でもできるだけ毎日、少しでもストレッチをしてください」と先生のアドバイスがありました。地区社協部 築館 保則

大規模災害時の情報連携 防犯防災部

2月4日（土）午後1時30分より増尾近隣センター会議室において「大規模災害時の町・自治会と行政との情報連携の意見交換会」を開催しました。柏市より防災安全課、市民活動支援課、福祉総務課、増尾近隣センターの職員計8名を含め、15町・自治会の会長、防災担当者計32名が参加しました。

これは昨年7月9日（土）に実施した「大規模災害時の避難所と行政との情報連携」を踏まえ、町・自治会と行政との情報連携の実施方法などについて、意見交換及び確認を主体に行いました。災害時の被害状況や避難状況などを共有し救助要請、物資支給要請などに速やかに対応する内容が主なものになりました。

避難所（避難所運営委員会）は柏市災害対策本部との情報の受け渡しが主な役割ですが、町・自治会は、増尾近隣センターに設置される「地区災害対策本部」との情報の受け渡しが主な役割になります。

また、災害時の要支援者に対する柏市独自の「K-Net」の対応についても話し合いました。3時間20分にわたり、様々な意見が活発に交わされました。

災害時は、携帯電話の通信障害やフェイク情報などを含め情報が錯綜することが想定され、正確な情報連携が住民を守ることに繋がります。詳細は、当協議会ホームページに掲載しておりますので閲覧していただきたいと思います。

防犯防災部 志水 房夫

ペレニアル 花俱楽部

早春の寄せ植え講座

文化体育部

まだまだ寒い1月24日(火)、増尾近隣センターにおいて「寄せ植え講座」を開催しました。「冬から春を彩るコンテナガーデン」をテーマに、花の少ない冬に少しでも楽しんでいただけるように企画しました。コロナ禍の状況から人数を絞り込み20名の参加でした。講師は、増尾にお住まいの園芸ソムリエ、山口まり先生です。

寄せ植えの花は、①アネモネ②ビオラ③プリムラ・マコライデス④プリムラ・ジュリアン⑤ギンバイカです。鉢は今まで使ったことのない緑色の楕円形で取っ手が付いたとてもかわいい形です。

まず、鉢の中にレイアウトを考えてシミュレーションをします。ここが一番楽しくも悩むプロセスです。次に土を入れそれぞれの花の高さを合わせ、ウォータースペースに気を付けながら用土を隙間なく、ぎゅっぎゅっと入れていきます。

今回はまだ寒さが厳しい時季ですので、鉢を朝は外へ出し夜は屋内に移動させる手間がかかり、気を遣わなければなりません。でも、かわいい花たちは暮らしを彩り楽しくさせてくれます。寒さが遠くまで手間をかけて育てたいと思います。 文化体育部 小林みつえ



春を呼ぶ華やかな彩りに心もはずんで



増尾地域ふるさと協議会ホームページ
このQRコードから、ふるさと協議会の活動や地域の皆様に役立つ情報などがご覧になれます

住んでいる町を楽しむ ちいき探検ウォーキング

2022年11月27日(日)、文化体育部主催の「ちいき探検ウォーキング」を実施しました。秋晴れとなったこの日、最高齢90歳の方を含め30名が参加しました。

2班に分かれ増尾近隣センターを出発し、少林寺、香取神社、弥惣治文庫(薮崎邸内)、新柏コミュニティーガーデン、名戸ヶ谷の森を巡るコースです。

少林寺では江口章子の歌碑と一石五輪塔、香取神社では如意輪観音の石塔、そして鑑賞の機会が限られている弥惣治文庫では大町桂月や芳野金陵の作品を間近に見ることができました。また、新柏コミュニティーガーデンでは驚かされました。バナナの木があり、金魚池があり、メダカもいます。そしてふんだんに水が出る手掘りの井戸も。代表の志水房夫さんのお話では「花と野菜とビオトープのガーデン」をコンセプトとしているこの場所が、人づてに広まり、訪れる方が少しずつ増えているそうです。ここで十分に疲れを取り出発。名戸ヶ谷の森で森林浴をしつつ歩き、近隣センターへと帰りました。

約5キロのウォーキングを終えて、待っていたのは参加賞のおにぎりとほっかほっかの焼き芋でした。

地域には、住んでいても知らない所がたくさんあります。そんな所を探してみませんか。

総務広報部 嶋田由紀江



ビオトープの周りにみんな集まります

新柏コミュニティーガーデンは名戸ヶ谷第4公園の近くにあります。

ハナショウブ・ジャーマンアイリス・ダリア・ムスカリ・オルレア・ガウラ・コスモス・ヒマワリなどの草花やゲンノショウコ・カキドオシ・クマザサ・イタドリ・ミント・レモンバームなどの薬草、カキ・ビワ・ナツミカンなどの果樹、ハナモモ・ムラサキシキブなどの花樹と、四季折々の植物を栽培しています。

手から優しさを伝えたい 増尾ジェンヌの会

人と触れすることが容易ではなくなった今だからこそ見直したい「触れあい」の大切さ。古代ギリシャの時代から伝わる「手当」の秘密を紹介します。

ハンドトリートメントには適度に温められることで自律神経が整い、さすることで痛みが和らぐ効果

があります。人との接触でお互いの信頼関係もでき、心地よさを感じるようになります。

このような効果のあるハンドトリートメントをひとりでも多くの方に体験していただくため、アロマ講座やハンドトリートメントなどを体験できる場を広げていきたいと考えています。

「増尾ジェンヌの会」は2013年より活動している地区社協部所属のボランティア団体です。アロマセラピストの館野久美先生の指導を受けています。

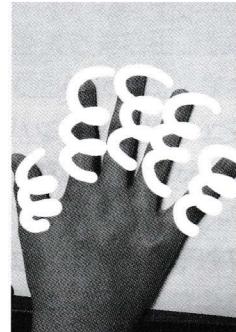
増尾ジェンヌの会 新坂 はる枝 (080-4343-1944)

セルフトリートメントの方法

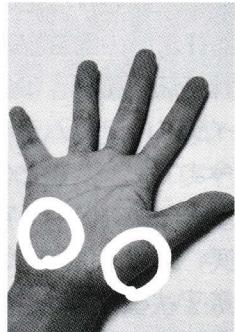
- (1)マカダミアナッツオイルなどを10円玉ほど手のひらに取り温めて両手に伸ばす
- (2)手の甲側の骨と骨の間を親指の腹で手首の方に流す（写真1）
- (3)指一本ずつ親指の腹で回しながら付け根から指先に移動する（写真2）
- (4)手のひら全体に圧をかける（写真3）



（写真1）



（写真2）



（写真3）

年末夜間パトロール

防犯防災部

2022年12月19日(日)午後6時より、柏市防犯協会増尾支部と増尾地域ふるさと協議会の共催による「年末夜間パトロール」を実施しました。寒波襲来により寒さが厳しい中、町・自治会、柏警察署生活安全課、柏市防災安全課、増尾駅前交番、新柏交番のご協力により、125名が参加しました。

増尾地域を3ブロック（増尾駅、増尾近隣センター、新柏駅を拠点）8ルートに分けて増尾全域を巡回しました。各ルートは隣接する複数の町・自治会でグループを構成し、一緒にパトロールすることにより他の町・自治会の様子が分かり、またパトロール中の会話などで交流ができ連携が深まりました。有事の際の防災や防犯は、近隣の町・自治会の連携が不可欠です。今後もこのような機会を通じ交流を深めていきたいと思います。

参加者には防災安全課より提供されたウエストポーチなどを差し上げました。パトロールは事故もなく無事に終了しました。

防犯防災部 志水 房夫

今年は選挙の年

◎4月9日（日）は千葉県議会議員選挙、◎8月6日（日）は柏市議会議員選挙の投票日です。

投票日当日、都合の悪い場合は、期日前投票または不在者投票ができます。棄権をしないで投票しましょう。

柏市明るい選挙推進協議会
委員 柴田 桂子・山口 富美恵

ふるさと協議会からのお知らせ

2023年度総会を下記のとおり開催します。なお、出席者には追って詳細をお届けします。

日時 2023年5月14日（日）午後1時30分より

場所 増尾近隣センターエクスポート

ボランティア募集中

障がい者福祉施設で、毎月第2・第4水曜日、午前9時30分から12時まで、簡単な作業（園芸、手芸他）のお手伝いをしてくださる方を募集中。

地区社協部 田嶋(TEL 7172-4683)まで、お問い合わせください。