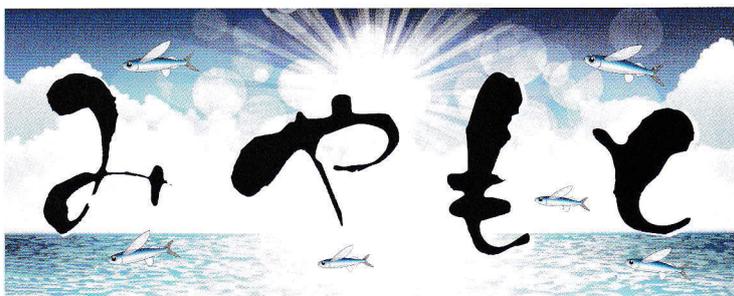


# 地区社協

宮本地区社協の範囲は、宮本、東船橋、市場、東町、若松1丁目の全域および駿河台1、2丁目の一部です。



令和7年2月発行  
【第44号】

発行 宮本地区社会福祉協議会  
代表者 中台 久之  
住所 宮本6-18-1  
宮本公民館敷地内  
TEL/FAX 047 (421) 1018

第21回

## クリスマス会



12月22日(日)に恒例のクリスマス会が開催されました。今年も、いつもと違った余興がたくさん披露されました。

まず最初の、ばか面踊り保存会第四自治会の皆さんによる踊りは本格的で見応えがありました。太鼓のリズムがとても心地よく聞き入ることが出来ました。小さな子供たちもばか面を付けて会場を回りながら踊ってくれました。愛嬌を振りまき、とても可愛かったです。

次はスポーツ推進委員の皆さんによる天地真理さんの「恋する夏の日」の歌と踊りです。皆さんにも一緒に踊っていただきました。そして、ものまねを披露してくれたのは、志村さんです。前川清さんや

松山千春さんのものまねがとても似ていましたが、何より歌が上手で素敵なショーを見ていたようでした。また恒例のフラダンスをハワイアン・アロハメイツの皆さんが披露してくださいました。いつも

のメンバーがお元気で嬉しかったです。宮本ダンスと共々踊り、アローハと挨拶を交わしたところで昼食の時間です。

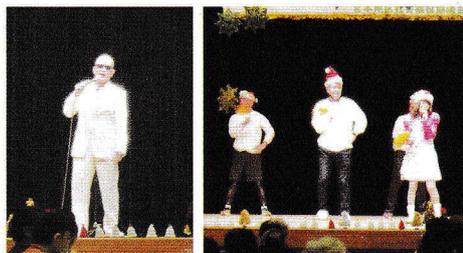
おやじの会の皆さんが手作りしてくれた、ひじきご飯のお弁当と豚汁が美味しかったです。おかわりをする人もたくさんいました。今年は宮本ギター倶楽部の皆さんの演奏を聴きながら昼食を楽しむことが出来てとてもよかったです。お腹もいっぱいになったところで眠気

もいつきに飛ぶ様な宮本おやじ Kids の演奏には、アンコールが鳴り止みません(笑)。そして青少年相談員の皆さんが沖繩弁のラジオ体操を行ってくれて、会場の皆さんも一緒に身体を動かしました。そして終盤、県立船橋高等学校のジャグリング部のお二人が披露してくれたパフォーマンスは、ちょっと失敗？するところも面白く、大いに楽しませてくれました。

最後は同じく県立船橋高等学校オーケストラ部と合唱部の演奏と合唱です。素敵な演奏と歌声は感動的でクリスマス会の締めくくりには最高です。

こうして、今年のクリスマス会も終わりとりましたが、参加された皆さんが笑顔で帰って行かれたのが本当に良かったです。

(青鹿 貴子)



青少年相談員も  
がんばりました!

皆様こんにちは。青少年相談員宮本地区長の水木です。今年も楽しいクリスマス会にご招待いただき、ありがとうございます。我々相談員も前日の準備、設営から当日のお手伝いまで楽しく参加させていただきました。当日はラジオ体操の担当とフラダンスのバックダンサーとして一緒にさせていただきました。また来年もよろしくお願い致します。さて、私たち青少年相談員ですが、普段は地域の行事やお祭りのお手伝い、キャンプや海水浴等の宿泊学習を企画し、子供たちの健全育成に努めております。ご興味のある方はぜひ宮本地区社協にご連絡ください。これからも子ども達と一緒に楽しい企画を作りあげていきますのでよろしく  
お願い致します。

(地区長 水木 智仁)



宮本オヤジ Kids

宮本地区社協クリスマス会は、地域の方々それぞれの思いで参加された方をおもてなしする、大変あったかいイベントです。私たち宮本オヤジ Kids は、バンド結成以来毎年、拙くても元気なバンド演奏でもてなしのお手伝いをさせていただいております。今回は少し新しい曲を演ってみました。やはりもうちょっと懐かしいものが良かったように感じました。そこでお願いです。これを読んでいただいている方で、もしリクエストがありましたら宮本地区社協を通じてお寄せください。私たちの演奏能力には限りはありませんが(笑)、できるだけきちんとお聴かせできるように努力いたします。今年の年末は、もっと皆さんに笑顔になっていただきたいと思っております。また元気で会いしましょう!

(高橋 学)



高齢者疑似体験

昨年10月26日(土)、27日(日)の2日間『みやもとふくしまつり』の中で「高齢者疑似体験」を行ないました。

このコーナーでは、からだを動かす事がつらくなってきた高齢者を理解してもらうため、肘や膝の関節にサポータを巻き、足首・手首にもサポータを巻きます。また白内障に見立てた眼鏡をかけ、杖を持って階段やスロープを歩いてもらう体験をします。当日は宮本中学校の生徒さんのお手伝いもあり、サポーターなどの装着・取り外しなどスムーズに行う事ができました。歩行訓練の時は、怪我や事故などが無いよう見守ります。この体験を通して、高齢者や障害を持った方がからだを動かすに苦しかったり、見えづらかったりする事を少しでも理解してもらえたら嬉しいですね。

(松下 ひとみ)



模擬店

「ふくしまつりに  
チョコバナナも出展」

模擬店は1階駐車場でチョコバナナ・フランクフルト・ドリンクを販売しました。11時からの開始に多くの方が列を作りました。バナナや容器を追加するほどでした。2日間の売上はフランクフルト466本・チョコバナナ298個・コーヒール112杯マドレーヌ80個でした。チョコバナナの作り方は、バナナを斜めにカットしてカップにコーンフレーク・バナナを入れ甘いチョコクリームソースをたっぷりかけて出来上がりです。2日間、宮本中学校のボランティア部の生徒に販売などを手伝ってもらい、活気に溢れにぎわいあるまつりになりました。今後も地域の方々に喜んでいただけるようにしたいと思っております。

(鈴木 恵子)



### ポッチャ大会に グループで参戦



昨年9月20日(金)に、大変好評をいただいております宮本地区社会福祉協議会主催のポッチャゲーム大会を開催しました。

当日の競技参加者は46人。ボランティアスタッフ20人が大会の運営にあたりました。

競技は参加グループごとにチームを組み1チーム4人から6人で9チームとなりました。

会場は2コートあり、同数のチーム数にするためボランティアで1チームをつくり、各コートを5チームずつとして総当たり戦としました。各ゲームとも熱戦で、競技者の目がボールにくぎ付けにされ1点を争う好ゲームが見られました。

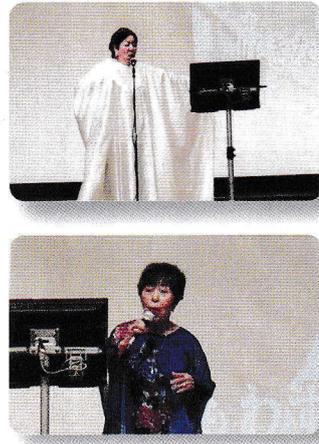


優勝チーム!!

今回、優勝したのは、5人グループの「東船橋 おねえさんズ」でした。競技の後は恒例のスタッフ手作りの「炭火烧肉弁当」に舌鼓を打ちました。

(中台 久之)

### カラオケお楽しみ会 自慢の歌声を披露



「カラオケお楽しみ会」が昨年10月10日(木)に開催されました。

40歳代から90歳代の方々30名が午前十と午後に分かれて宮本三百人劇場の舞台に立ち、熱唱しました。申込みも、補欠が出るほどの人気が高い行事です。思い出の曲を心をこめて歌う方や、スマホを駆使して新曲にチャレンジする方、手作りの衣裳を披露する方などいろいろです。歌う方の顔は皆さん共通して輝いていました。

今回の特別賞は、どの方も優秀が

つけがたかったのですが、93歳とは思えないほどの艶のある声で歌われた矢口濱治さんが選ばれました。ちなみに出演者30名のうち、20名が80歳以上の方でした。

次は、あなたの出番ですよ  
(今永 登美子)



特別賞

### 男の料理教室

11月2日(土) 宮本公民館に於いて、「男の料理教室」が開催されました。

今回は「アジのなめろう」「イワシのかば焼き」「ナスのたたき風」の三



(宮澤 吉彦)

品を調理しました。三品とも調理自体あまり手間がかかるものではありませんが、「魚を三枚におろす」などは普段あまりやらない事であり、皆さん四苦八苦していました。これをマスター出来れば家庭でも絶賛されると思っただけか真剣に魚と格闘をしていました。また「イワシのかば焼き」は包丁をあまり使用せず「手開き」でやる料理なので戸惑った方も多かったのではないかと思います。「ナスのたたき風」はナスを蒸して薬味をかけるだけの料理なので、初心者でも簡単にできるといふ事もあり好評でした。

最後に自分で調理した料理を食べて「初めて魚をおろした」「上手にいかかった」「美味しかった」「家でもチャレンジしたい」などの感想がだされ、楽しい料理教室を終えることが出来ました。

Happy Saturday  
 みやもとこうみんかん  
 こねてのぼしてピザづくりー  
 ハッピーサタデー



11月30日(土)のハッピーサタデー(月)会程度宮本公民館主催で、主に小学生を対象として様々なイベントを実施)は、宮本地区社会福祉協議会協力のもと『手作りピザ・こねてのぼしてつくろう!』が開催されました。

抽選で選ばれた24人(当日欠席2人)の小学生が参加しました。まずは講師の生地作りを皆で見学。最初粉と牛乳(塩・砂糖・バター・イースト菌入り)がなかなかなじまず、指の間にまとわり付いていた生地がこねていくにつれてまとまっていく様子を、参加児童たちは興味深く見ていました。

いよいよ自分達の番。6つのグループに分かれ、それぞれに大人が1人付き見守るなか、児童は自分の生地を粉から練りました。力が不足に苦戦している子には大人が少し手助け。身長が足らずに力が入らない



児童は、用意された低い机を使って体重をかけて一生懸命こねます。30分間こねるはずが、もういいやと途中で辞める子や、時間が過ぎても続ける子がいて様々。こね終わったらラップをかけて発酵させている間に前日地区社協のボランティアさんたちが作った生地を使って、ピザ作り最終行程へ。ハート型だったり、星形だったり、みんな思い思いの形に伸ばしていききました。そしてトッピング。トマトソースをぬって、ソーセージ・タマネギ・ピーマン・コーンをのせ、最後にチーズをかけます。「タマネギ・ピーマン嫌いだからのせない」「嫌いだけど今日は頑張つて食べる」「顔の形にする」「チーズ山盛りにする」などここでも自由!! 焼き上がった自分の作品をおいしそうに食べました。自分でこねて発酵させた生地をお土産に皆満足そうに帰って行きました。

(小平 淳)

**宮本たすけあいの会**

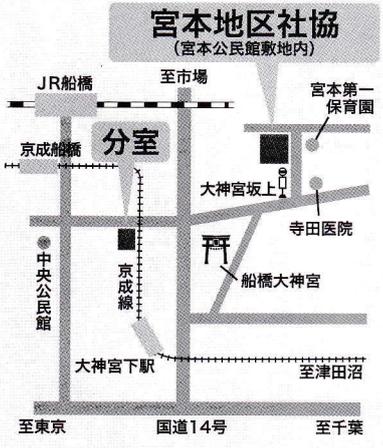
ゴミ出し(100円) 掃除(500円) 洗濯(500円) 買い物(400円) 車取り(700円) 病院付き込み(400円) 家の受け取り(400円)

お問い合わせ先  
 宮本地区社会福祉協議会 電話/FAX: 047-409-7011  
 宮本地区社会福祉協議会(宮本公民館敷地内) 電話/FAX: 047-421-1018  
 開館日時: 月~金 10:00~12:00 13:00~15:00  
 (お休みの日: 土・日・祝日 月・土・日・祝日・公民館休業日)

**生活支援 コーディネーター**

「宮本たすけあいの会」では、日々の暮らしの中で欠かすことのできない買い物、掃除、ゴミ出し、薬の受け取り、草取り等を自分で出来ず困っている方々のお手伝いをしています。ボランティア活動に関心のある方、支援活動に興味のある方を大募集中です。どうか、皆様の力で困っている方達を助けてあげてください。生活支援コーディネーター

(加藤 圭子)  
 ☎047(409)7011



- 【事務所案内】**
- 宮本地区社会福祉協議会は、平成12年6月から宮本公民館敷地内に事務所を設けています。地区内の皆さんが相互に協力し合って、社会福祉の推進を図っていくことを目的に、次の活動をしています。
- ボランティアに関する相談や登録  
 自分の趣味を役立てたい・お話を聞くのは得意など、少しの時間でもお手伝いできるとお考えの方は登録お待ちしております。
  - 船橋市社会福祉協議会への協力及び連絡調整  
 主な事業  
 ▼ミニデイは月1~2回  
 場所: 宮本公民館/下宿自治会館  
 ▼ふれあいサロンは年14回  
 場所: 6地区の自治会館が持ち回り  
 ▼ふくしまつりは年2回  
 みやもとまつりと・宮本こどもまつりと同時開催  
 ▼子育てサロン(宮本児童ホームと共同で) 赤ちゃんといっしょ  
 ▼ベビーマッサージは年6回  
 男の料理教室は年4回  
 場所: 宮本公民館実習室  
 ▼自主事業はそれぞれ年1回ずつ  
 ポッチャ大会・カラオケお楽しみ会  
 他地区社協との連絡・連携  
 地区内の行事や催しへの協力  
 車椅子の貸し出し(1日70円)
  - 開所日 月曜日~金曜日  
 午前10時~正午/午後1時~3時
  - 休日 土・日・祝日/公民館休業日  
 TEL/FAX (421)1018