



定期総会のご案内

NPO 法人設立～第 20 回定期総会（通算 27 回の定期総会）

- ・日 時：2023年5月20日（土）13:00～16:00
- ・会 場：新松戸市民センター第2会議室
- ・内 容：13:00～14:00 定期総会
14:00～15:00 和気あいあいマジッククラブ会
15:10～15:50 交流会

※お願い：事前にお送りする「総会資料」を当日お持ちください。

新春研修会 大盛況!!



本宮
行政書士



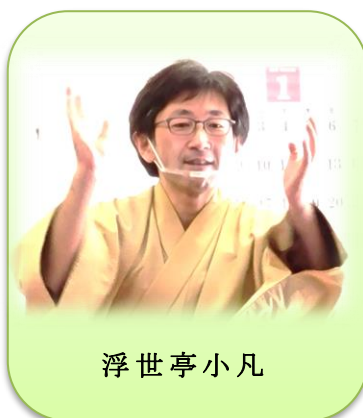
田村
税理士



「お互いさま」の精神でコツコツ地道に27年活動してきた助っ人。コロナで外出がままならない日々が続いても、対策をとりながら活動は続けておりました。まだまだ世間では終息には向かわない状況でしたが、支えてくださる会員さんに何かできないかと今年一月「研修会」を行いました。

3年ぶりの研修会。どこで何をやら、開催の可否を事務所運営スタッフで会議を重ね、助っ人会員でもある行政書士の本宮先生と、事務所の会計でもお世話になってる税理士の田村先生にお願いをして、今後起こりうる様々な問題や悩みを双方の先生から生の声をいただきました。

また、新年一月開催ですの
で、現役介護士兼落語家の浮世亭小凡さんを迎えて、「落語」の高座も開催いたしました。



浮世亭小凡

春を感じさせる快晴の中
新春研修会がおこなわれました。会場は満席みなさんや前のめり気味に講座を聞いてくださり、落語や介護予防講座の方もとても楽しんでいただきました。

「介護予防は笑いから……」
これからいい季節になってきます。身体も心も和らげて、笑って過ごせる日を迎えましょう！

（記 村田）

第40回松戸市福祉大会で表彰式

松戸市の地域福祉の推進に貢献された民生委員・児童委員やボランティアなどの功績をたたえ、感謝の意を表する大会です。

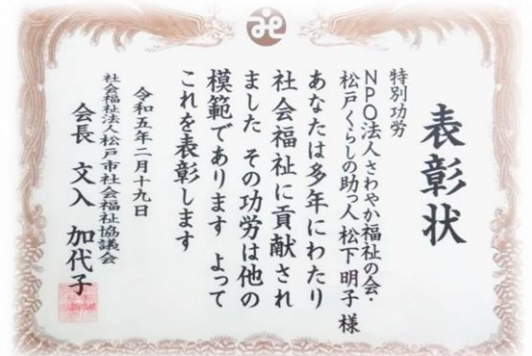


2月19日に松戸市社会福祉協議会が松戸市民会館で開催した松戸市福祉大会に出席しました。松戸くらしの助っ人は、特別功労（表彰後十年以上の功労）として今年度の福祉大会で二度目の表彰を頂きました。

確か十年前にも頂いたと思っていました。その後引き続き十年以上に亘り活動し、功労が顕著であったと認められる団体での榮譽ある受賞となりました。

この部門の団体では、七団体の枠でした。

それぞれの団体の継続年数は分かりませんが、松戸くらしの助っ人が27年以上活動してきたとしてこれからの役割をどう取り組むべきか改めて考えさせられ、いい機会を頂いた表彰式でした。



追伸

表彰式の休憩の時間に私の肩をたたく人がいました。現在も助っ人の会員の方ですが、「何十年前も前に福祉の素人である私を迎えてくれて色々教えて頂きました。その後私に出来る福祉をみつけることが出来、お陰で今日表彰されるまでに至りました。

松戸くらしの助っ人で育てて頂いたお陰です。とても嬉しい報告をもらい、こんな風に助け合いの輪が、広がるのが松戸くらしの助っ人の理想でもあります。

(記 松下明子)

悠々新教室 ご案内 「きれいに歩こう」



「菅原雅子」先生

毎日何気なく歩いていますが、皆さんよい姿勢とか、足指を使っていますか？ご自身の立ち姿はいかがでしょうか？

今回は、昨年からスタートしました 悠々新教室のご紹介です。

その名も「きれいに歩こう」

身体の各部位をストレッチしながら調子を整え美しい姿勢で歩く歩き方を学びます。

参加された方の感想を伺うと、

「運動した翌日は、身体が重く痛みがあるのに、良い姿勢で歩くからか、翌日も翌々日も全く重さや痛みがなかった」や、「よく眠れるようになった」など、みなさんから良い報告をいただいております。

教えていただく講師の先生は、日本ウォーキングインストラクター協会に所属されていて、ミセスインターナショナル&ファビュラス ニ〇二二年の日本大会ファイ

ナリストとなり、コンテスト出場者のレッスンも手掛けている「菅原雅子」先生です

おでかけすることが、多くなるこれからの季節、美しい姿勢で歩けたら、お出かけも楽しくなることでしょう。

講座は、毎月第1・4月曜日十時半スタートです

週のはじまり月曜日元気に活動してみませんか？

お申込み
お問い合わせは
事務所まで！



松戸市の市民活動を知ろう!! まつど地域活躍塾

今回は他市町村に比べて格段に市民活動がさかんな松戸市
その活動の根源をサポートする場所「まつど市民活動サポート
センター」があります。（通称サポセン）そのサポセンや松戸
市が毎年開講している「まつど地域活躍塾」という講座があり、
一年を通して、松戸市のことや、活動されている団体を実
地体験と踏まえながら学ぶことができます。その活躍塾の修了
式が、先日行われましたので、取材しました。

今期（6期）の塾生は、44名幅広い年代が集まりました。
その塾生の中に、助っ人のスタッフ「苺込快安」さんがいらっ
しゃいました。

44名の各々が、今後やっていきたい事を発表しました。

では、苺込さんに発表された内容を伺いました。



今日、ここにお集まりの皆さん
は、「和をもって貴しとなす」とい
う考え方を持つ素晴らしい「真の
日本人、真の松戸人」です。
その一員としてこの「まつど地
域活躍塾」に参加できたことを誇
りに思います。
早速、近くにある「松戸くらしの
助っ人」で活動を開始しました。
私は、若い頃、国際公務員として
七年間スイスで勤務し、37か国
を訪れたことがあります。単に「日
本人」というだけでどこでも温か
く受け入れていただきました。そ
して、どこでも日本に対する評価
と期待が高いことに驚きました。
日本人として生まれて良かったと
つくづく思いました。これからは
その日本社会に恩返し、恩送りす



る時になりました。
今は、積極財政政策を採らねばなら
ない時なのに、政府は、今でも緊縮財
政を続けています。そのため、国はど
んどん衰退し、国民は増税で苦しんで
「日本の貧困化」が進んでいます。
二千六百年以上の世界最古の歴史
を持つ「日本」を子や孫に引き継ぐに
はどうしても七十八年前に戻らない
といけません。今の日本をもっと勉
強して「民意」を高め、市民活動でも
「マツキヨ」のような松戸ブランド
を作ろうではありませんか！
ありがとうございました。

（記 苺込）

麻雀牌・麻雀台を寄付して下さい。

今、世間では健康麻雀が流行っていま
す。そこで、「助っ人でやりたい」という声
があります。そのために、麻雀牌・麻雀台
が必要です。使っていないものがありま
したら、寄付して頂ければ有り難いです。



そば・うどん
けやき庵
営業時間 11:00~15:00 17:00~20:30
定休日 松戸市新松戸6-1
毎週火曜日 新松戸支所前
電話 047(344)5045
出前も
承ります



ていねいな編集と本作り

自分史・句歌集・エッセイ・小説

自費出版は

東京創作出版

（編集者 永島静香）

松戸市二十世紀が丘戸山町 53-1 ☎ 047-391-3685
ホームページ www.sosaku.info

2023 年 春の新松戸中央公園チャリティーフリーマーケットは、 4 月 23 日(日曜日)10 時より開催します。

新松戸チャリティーフリーマーケットは、一九九四年より春と秋の二回、新松戸中央公園で開催してきました。コロナ禍等で二〇一九年春を最後に中止していましたが、四年ぶりに開催します。

主催しているのは、松戸や流山などで、福祉・教育・環境保護・途上国支援・農業などの活動をしている住民団体や NPO などで構成された実行委員会。フリマの収益金は「地域資金」として、地域の市民活動支援(実行委員会参加団体含む)や、大災害時の緊急支援などに拠出しています。

出店数は、一般市民の方(公募)と運営参加団体を合わせて六五店ほど(以前は一三〇店)。衣類雑貨、食べ物や地元農家直売のこだわり野菜などのほか、子どもが遊べるコーナーや音楽ステージもあり、子どもから大人まで誰もが一日中楽しめるお祭りを目指しています。

事務局は、助っ人が担当し、ブースで雑貨販売として参加しています。みなさん 遊びに来て下さい。



♡ 賛助会員・ご寄付のお礼 ♡

いつも「松戸くらしの助っ人」を応援して頂いてありがとうございます。
今年度の 10 月から 12 月までに、ご寄付と賛助会費を頂いた方々をご紹介しますお礼を申し上げたいと思います。(お名前は、敬称略、あいうえお順です)

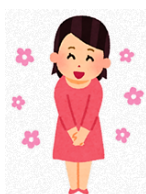
◎ 賛助個人会員

森 美恵子 湯口 桃代



◎ ご寄付いただいた方

大生 勢津子 谷口 玲子
皆川 秀美
廣瀬 享哲(野菜提供)
ガレッジセール売上げ



助っ人の支援を充実させるために、当法人の理念をご理解いただき、あなたの援助が必要です。ご支援をよろしくお願いいたします。

●寄付金：一口 3,000 円(一口以上お願いします。)
郵便振替口座(通常払込み)もしくは、ゆうちょ口座への送金をお願いします。

通常払込みは、窓口・ATM では、「料金払込人負担帳票」なので、手数料がかかります。

「ゆうちょダイレクト、ゆうちょ通帳アプリ扱い」を利用すれば、月 5 回まで無料です。

●郵便振替口座：00130-1-592500 NPO 法人松戸くらしの助っ人

●ゆうちょ銀行：10510-6983354 もしくは
ゆうちょ銀行〇五八店 6983354 のどちらかの口座に送金して下さい。

中国料理

あん り
桜 里

営業時間 AM11:30~PM2:30/PM5:00~PM9:00 定休日/未曜日
(平日) AM11:30~PM2:30/PM5:30~PM9:00
松戸市新松戸4-206 チェリーヴィレッジ1F
TEL 047-344-3187

助っ人の休暇スケジュール

- ◆5月連休：5/3(水)~7(日)
- ◆お盆休み：8/11(金)~16(水)
- ◆年末年始：12/23(土)~1/8(月)

介護用品の店 アルファ

販売・レンタル・住宅改修

有限会社 アルファメディカル 電話 047-374-5621
松戸市西馬橋蔵元町 174-1

HAIRギャラリー トライゲン
TEL&FAX 047-340-0008

ご予約の方 優先させて頂きます

営業時間/AM9:00~PM18:00

定休日/火曜日・第2,3水曜日

<http://trygen.exblog.jp/>

有限会社トライゲン

〒270-0034 千葉県松戸市新松戸2-391-2 1F

