



春の研修会 開催しました

目からウロコでした。

一部は松戸市役所危機管理課の方達による「防災の備えについて」地震に対する心構え等数々のお話があり、その中で私は、「ローリングストック」という非常食の備蓄方法に目からウロコでした。それは、普段食べている食材を少し多めに買って備蓄し、普段の食事でそれを使い、食べた後補充するというもので、常に新しい物が保存され、災害時にも日常に近い食生活が送れるという優れものなのです。これなら私も気負わずに出来そうな気がしました。

二部は、流山三線同好会「ちばんちゅ」の皆様による演奏で三線の優しい音色と透き通った歌声がとても心地よかったです。

(記 楠本)

沖縄に心を預けた一時でした。

折しも昨年末に突然の停電を経験。不安と寒さの中で脳裏には東日本大震災とそれに続く計画停電等の記憶が蘇り、改めて防災への心構えと備えの見直しの必要を実感。

市の方々の丁寧な講習から、自助、共助、公助や非常持ち出し品について等、学びは沢山。後半は、美しい紅型衣装、哀愁を帯びた三線の音と唄声にエイサーと、沖縄に心を預けた一時でした。

(記 門田)

市民必読のものです。

春の研修会が新松戸市民センターホールで開かれました。市の危機管理課による『防災意識普及啓発資料・災害に対する備え』と題した65ページの資料と『松戸市水害ハザードマップ』は、市民必読のものです。江戸川左岸の新松戸一帯は、高潮浸水想定区域で、江戸川と常磐線に囲まれた「大きな水がめ」となる最悪のシナリオが想定されます。ドキッ！

(記 磯崎)



建物が浸水想定区域内に所在しているかどうかは、松戸市やさシテイマップ地図情報提供システムで確認できます。

社会福祉団体会員功労という賞をいただきました。

2月16日(日)に、社会福祉協議会主催の「第42回松戸市福祉大会」へ松戸くらしの助っ人から、永きにわたり正会員として活動して頂いている小橋文子さん、松下明子さん、三ヶ嶋留美さん、三石治子さん、山本房子さんの正会員を推薦させていただきました。

お二人は急用のため欠席でしたが、5名の会員が表彰されました。毎年、こんなにも大勢の方がお役に立ちたいと松戸で活躍されていることを知り安心しました。



この度は、松戸市福祉大会にて社会福祉団体会員功労という賞をいただきました。ほかの受賞された方達のような顕著なことは何一つしてない私ですが、いただいたことに心より感謝申し上げます。

主人が闘病中、家族ははじめわりの人達から優しさと元気をたくさんもらい頑張ることができました。

今度は私が支援を必要としている方に少しでもお役に立てればと思っています。自分ができる範囲でできることをいただいた賞に恥じないよう精いっぱい頑張ります。ありがとうございます。

(記 山本)

毎年、社会福祉協議会主催の福祉大会が二月のこの時期に開催されます。

松戸市で五年以上ボランティア活動をしてきた人が表彰されるこの大会で松戸くらしの助っ人からは、私含め5名の会員が表彰されました。改めて継続してボランティアをしていくことの難しさを感じています。表彰された会員の皆様はじめ、松戸くらしの助っ人を支えて下さるボランティアの皆様 に心から感謝します。

(記 松下)

助っ人に入ってから、あつという間の何十年でした。いろいろなことがありましたが、一番印象に残っているのは、助っ人の送迎協力のために五〇歳で自動車の免許を取りに行ったことです。

今思うとはずみで取りに行ったような運転免許ですが、私の生活の中での一番役立つものとなったように思います。

(記 小橋)



定期総会のご案内

NPO 法人設立～第22回通常総会 (通算29回の定期総会)

- ◆ 日時：2025年5月17日(土)
10:30～12:30
- ◆ 会場：新松戸市民センター第2会議室
- ◆ 内容：定期総会&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。

松戸くらしの助っ人 正会員の方へ

『悠々』の今後、松戸くらしの助っ人の今後を一緒に考えてくださる運営仲間を募集しています。あなたのできることを地域のつながりづくりに活かしてみませんか？

◆お問い合わせ◆ 松戸くらしの助っ人事務局
☎ 047-340-3314(平日10時～16時まで)

2024年度も新松戸駅前のマックスバリュエクスプレス新松戸店でイエローレシートのたくさんのご協力ありがとうございました。

次年度もどうぞ皆さま、毎月11日にはマックスバリュエクスプレス新松戸店で買物し、イエローレシートを「松戸くらしの助っ人」のBOXにお入れください。

オープンスペース『悠々』の講座

松戸くらしの助っ人 オープンスペース「悠々」は、地域住民が気軽に集まり、学びや交流を深めるための場です。この取り組みは、地域の活性化や住民同士のつながりを促進することを目的としています。

パソコン・絵手紙・健康体操・スマホなど、多岐にわたる活動が行われています。また、さまざまなイベントやワークショップが開催されており、参加者が興味を持つテーマについて学ぶ機会を提供しています。



お好みの活動に参加して、仲間づくりをしてみませんか。

『悠々』講座 スケジュール表 1講座300円

：「悠々」講座

上段	午前の部
下段	午後の部

	月		火		水		木		金		土	
	1階	2階	1階	2階	1階	2階	1階	2階	1階	2階	1階	2階
1週目		きれいに歩く 10:30～		健康体操 13:15～ 14:45～			ペーパークラフトの会 10:00～			パソコン勉強会 13:30～		みんなの食堂
2週目	ガレージセール			歌声ライブ 10:00～	脳活性化ヨガ 11:00～	元気もりもり 10:00～ (事前予約)	ウエスの会 10:00～			吹き矢教室 10:00～		
				健康体操 13:15～ 14:45～		スマホ13:30 麻雀教室 15:30～		パソコン教室 13:30～				
3週目		きれいに歩く 10:30～		健康体操 13:15～ 14:45～		ときめき絵手紙 13:30～		気軽に抹茶 10:00～				
				歌声ライブ 10:00～	脳活性化ヨガ 11:00～	元気もりもり 10:00～ (事前予約)		ちょびり講座(隔月) 13:30～		パソコン勉強会 13:30～		
4週目	ガレージセール			健康体操 13:15～ 14:45～		スマホ13:30 麻雀教室 15:30～		パソコン教室 13:30～		吹き矢教室 10:00～		
										たのしい書の会 13:30～		

◎見学できます。体験受講は無料です。
◎詳細は松戸くらしの助っ人までお問い合わせください。

(2025.3.31現在)

皆さまの居場所である『悠々』講座をこれからも続けていくために、
助っ人の正会員、賛助会員となって
支えてくださる方を募っています。

正会員：入会金1000円
年会費3000円
賛助会員：年会費3000円

助っ人の休暇スケジュール

- ◆5月連休：5月3日(土)～6日(火)
- ◆お盆休み：8月9日(土)～17日(日)
- ◆年末年始：12月26日(金)～1月4日(日)

不用品の買取り・生前整理・遺品整理
お気軽にご相談ください！

リサイクル
こいずみ

☎080-6523-1670(平日 10:00～19:00)
千葉県公安委員会許可:第441070003361号

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
☎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 **東京創作出版**
(編集者 永島静香)
松戸市二十世紀が丘山町53-1 ☎047-391-3685
ホームページ www.sosaku.info

ときめき絵手紙は、第三水曜日午後1時半より開催しています。



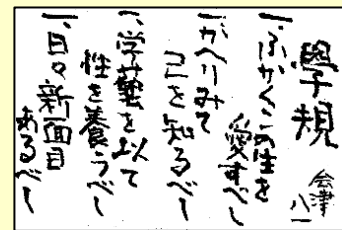
まず、皆さんに墨をすっていただき、気持ちの落ち着いたところで、一か月の間に身近にあった出来事をお聞きしています。季節ならではのこと、体調の変化のこと。日々の生活の中で起こることは皆さんも関心がありますし、本人がどう思い、またどう感じたかは、絵手紙の基となるところでもあると思います。

皆さんとお話するなかで心が纏まってきたら、絵手紙を書くときです。人を思いやる言葉は、人に届く前に自分の心に響く言葉でもあります。美しい花を見て「久しぶりに〇〇さんに会いたくない!?」「元気でいらっしゃるかしら」と感じたら、これが自分の素直な気持ち、皆さんに「絵手紙を書きましよう」と薦めています。

「絵が下手だから」という方が多いです。でも最初から上手に書ける人などいないと思います。「書きたいから書く」がだんだん慣れてきて、「好きだから書く」になっていくものです。これまで生きてきた道のりが人それぞれ違うので、「感じ方も違う、出てくる言葉も違う」これが絵手紙の面白さです。

絵手紙を深めていく中で、教えられたことはたくさんあります。大津絵もその一つ、駒場にある日本民芸館で古い時代にも風刺のきいたユーモラスな絵札があることを知りました。昨年の秋には会の皆さんと正岡子規が晩年を過ごされた子規庵を訪れ、しみじみとした空間を感じました。また、東洋史の学者であり教育者であった会津八一先生の「學規」は、初めて知ったとき心が動きました。早稲田の学生さんたちに向けて語られたのでしようが、私たちにも沁みてきます。皆さんも一緒に感じてみませんか!?

(記 森)



いつも「松戸くらしの助っ人」を応援いただき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てお礼を申し上げたいと思います。

(敬称略、五十音順)

◎ 賛助法人会員・賛助個人会員
該当者なし

◎ ご寄付いただいた方

梅村 鈴代 大木 静代 三石 治子
廣瀬 享哲 (野菜提供)
他、ガレージセールへの献品多数

助っ人の活動にご協力、ご支援いただきいつも感謝しております。助っ人が今後とも皆様のお役に立てますよう、助っ人の理念にご賛同いただけるみなさまのご支援をよろしくお願い致します。

●寄付金：一口3,000円(一口以上でお願いします)

●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

又は、ゆうちょ銀行

【店名】0五八(読み ゼロゴハチ)

【店番】058【預金種目】普通預金

【口座番号】6983354

のどちらかの口座に送金願います。

編集
後記

松戸くらしの助っ人は長年新松戸フリーマーケットに参加してきましたが、今回春の開催より、参加は見合わせる事となりました。よろしくお願いいたします。

編集
後記

中国料理

あん 里
桜

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

相続の手続きまるごとサポート!

遺言書作成・相続手続・相続税申告 など

初回相談無料

☎0120-37-8344



相続まるごと支援センター
(税理士法人よしむら)

松戸市西馬橋5-1-5

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 優先させていただきます

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

