



助っ人HP



助っ人があつてよかった

松下 明子

新年明けましておめでとうございます。皆様の温かいご支援に支えられ、「松戸くらしの助っ人」は本年三〇周年を迎えます。

また、新松戸に拠点を移してから二〇年以上が過ぎ、地域の皆様とともに歩んでこられたことに、心より感謝申し上げます。

新松戸での活動は、かつてご利用くださった方のご縁から、そのご家族が「どうぞ使ってください」と自宅を貸してくださったことに始まりまして。これまで長きにわたり、更新料の免除をはじめ、さまざまなお心遣いを頂き、私たちは安定して活動が続けることができました。大家さんの深いご厚意があったからこそ、助っ人は地域の皆様のそばに居続けることができた、心から感謝しております。

しかし昨年、家賃に関する大幅な見直しが表示されました。これまでのご厚意を思えば感謝しかありませんが、私たちのような小さな組織にとつては、活動基盤を揺るがす大きな転換点となっています。現在も体制の見直しや運営方法の工夫を重ね、継続の道を必死に探っている状況です。

どれほど時代が変化しても、人と人が支え合う大切さは変わりません。助っ人が、地域の皆様の心安らぐ居場所として、これからも役割を果たしていけると信じています。

本年も「助っ人があつてよかった」と思っていただけの存在であり続けられるよう、より一層努力してまいります。引き続きのご支援、ご協力を心よりお願い申し上げます。



バス研修旅行に行ってきました！

今回のテーマは 30 周年の振り返りです！

12月5日（金）、抜群のお天気のなか、毎年恒例の研修旅行が行われました。

今回は「松戸くらしの助っ人」30年の振り返りをテーマに、松下代表からこれまでの歩みについてお話をいただきました。

総勢35名での日帰り旅行となり、クリームパンで有名なハ天堂の見学などを楽しみました。バスの中では、浮世亭小凡さんの落語が披露され、笑いに包まれた和やかな雰囲気。初参加の方も14名おり、にぎやかな一日となりました。

石川 和子

12月5日 富津岬へのバスツアーに参加させていただきました。

晴天に恵まれ岬からの海は壮大でした。レストランでの食事と美味しくいただきました。

助っ人の企画のバスツアーは、三崎・大谷石・今回の富津岬の三回参加しました。

旅行業者企画よりバスツアーは、助っ人さんの方がよく練り上げられたコースで、また、リーズナブルな代金で大満足です。

楽しいバス旅行ありがとうございました。

菅原 静江

研修バス旅行に初参加させて頂きました。車椅子の方もいて、助っ人さんならではのと思いました。

バスの中で、介護保険についての話やゲーム、助っ人の立ち上げからこれまでの苦労話等が聞けて良かったです。日常を忘れる楽しい時間を過ごす事が出来ました。有り難うございました。

川田 陽子



浮世亭小凡さん



会員の声

30周年！「松戸くらしの助っ人」への 想いを会員さんからお寄せいただきましたのでご紹介します。

以前も松下代表のお声かけにより、助っ人の事務所
所で活動させていただいていたこともありまして。

その頃は、新松戸まつりの出店、新松戸フリーマー
ケット出店などして、松下代表はじめその他のスタッ
フの皆様が、精力的に活動なさっていて、一員として
参加できたことが楽しかったのを思い出します。

今回は、子育ても一段落つき、それなりに苦労や
悩みもありまして、松下代表や事務局の皆さんに丁
寧に話をきいていただき、勇気づけられて、今を生き
ています。私は、主に子供の学校のPTA会の往復
に車の送迎を利用させていただいております。助っ人
の方々の温かいつながりや助け合いの輪がこれから
も続いていきますように。 (吉田 則里恵)

小さな町の中心に新松戸支所、図書館があり、その一
角に「松戸くらしの助っ人」がひっそりと建っている。困っ
たとき、悩んだときは、相談し、また、おしゃべり会もあり、
心にたまったこと、聞いてほしいことなどを、すべて吐き出
せることができる居心地の良い場所。決して一人ぼっち
にはさせないという精神が満ち溢れている。

有償の事もあるが、すべて満足！事務所に詰めている
ボランティアさんに感謝！ (津原 豊子)

かつては協力会員として活動し、現在はこども食堂「新
松戸みんなの食堂」(毎月第1土曜日)で場所をお借りし
ています。放課後児童クラブのお子さんに、レトルトではなく
手作りのカレーをふるまえる場であり、子どもたちにとって
大切な活動だと感じています。公共施設でも個人宅でもな
い、誰もが気軽に集い交流できる居場所として、松戸くらし
の助っ人の「悠々」サロンがあり、笑顔で過ごされる皆さん
の姿から、ここが地域にとって欠かせない場であることを実
感しています。これからもこの場所が続いてほしいと心から
願っています。 (西野 てる)



松戸市長さんと一緒にチーズ！

11月2日(日)紅葉が進みつつある
新松戸中央公園でフリーマーケットが開
催され、当会も参加しました。約一年
前、今後の参加を見合わせるとの決定
をしていましたが、広報活動をさらに活
発化させることと、財政事情に少しでも
寄与する必要がある、今回の参加とな
りました。

当日は、朝7時半から会員の有志と
地域のボランティアの皆さんが会場設営
や販売品の運搬にあたりました。

毎月2回ほど実施している助っ人ガレ
ージセールへの献品が多数あり、フリマの
売り場も充実していました。当会の会場
では、物品販売だけでなく、看護師会員
による健康相談や紙細工(ペーパークラ
フト)の体験コーナーも設けました。

大好評のペーパ
ークラフト！
悠々サロンで
開催中！

新松戸フリーマーケットで、悠々講座のペー
パークラフトの会より、花の手作りカードの販
売とかわいいペーパータグ作りワークショップ
を行いました。

ペーパータグ作りは好評で、おしゃべりしな
がら作り、お持ち帰りいただきました。

「おばあちゃんにあげる」と言っていた若い
女性にほっこりした一日でした。

誰でもすぐに作れるよう工夫しています。
悠々で毎月講座を行っていますので、ぜひ一度
足をお運びください。

谷口 玲子



お客様が次々と来られ、午後3時、イベントが
無事終了しました。

ご協力くださった皆様に深く感謝いたします。

三石 治子



助っ人の窓

中村 一弘さん



毎週金曜日の事務局担当中村一弘さんの奥様への想いあふれる文章の後編になります。

連れ合いと歩み続ける人生(後編)

70年後半、自由と人権を奪われていた重度しうがい者が「人間として生きる権利を主張して地域で生きる」闘いを始めていました。連れ合いのMさんも、親元から自立して独り暮らしの生活を始めました。結婚し子供ができ、通所を辞めボランティアを集め、子育てに専念することになりました。

その後Mさんは、仲間と「わの会」を立ち上げ、公共施設などのバリアフリーの提案、松戸駅東口エレベーターの設置運動などに取り組みました。子育てをやりながらよく活動ができたと感じます。

私がMさんに一番の感謝しているのは、母のことです。山梨で独り暮らしを続けていた母は、体が弱くなり、うつ病が悪化。我が家に同居することになりました。重度しうがい者とうつ病の高齢者ということとで心配でしたが、Mは多くのしうがい者と接してきた経験から、わがままな母の言うことをよく聞いてくれ、母は日々元氣になっていきました。

母が亡くなる数日前「一弘の生き方は私にはわかりません。Mさんだけが理解できるのだと思っています。一弘をあなたにあげます」と言ったそうです。親戚からは、「大好きな息子の所で死ぬことができたからよかった」と言われましたが、もつと、もつと三人での生活を続けたかったという後悔が私の中には今でもあります。

結婚して40年以上過ぎましたが、彼女の言葉が私の中には常にあります。一つは、「もう一度生まれてきたとしても私はしうがい者でいい。」という言葉です。人からは差別を受け、手も足も自由に動かせない、行きたい所にも自由に行けないのにそのように言えるのは自分には絶対にできないことです。これまで接してきたしうがい者の仲間の無私のやさしさ、差別を受けてきた者にしか見えないものがあるからだと思います。

もう一つは、「自分のことは自分で決めたい。」という自己決定権です。しうがい者は周りの人たちに色々なことを決められてきました。国や市のしうがい者福祉を決める審議会に参加しても、決定権を持っていません。しうがい者のことはしうがい者が決められる世の中になることを強く願って、「わの会」を通じて行政へのしうがい者の思いを伝える取り組みを行っています。

10月23日 木曜日

ちよびり講座「手話を身近に！」

近隣にお住まいの耳の不自由な方と手話通訳の方を招き、手話との出会いや日常の工夫について伺いました。



ろう者の方は口の動きでおおよそ理解できるので、気軽に話しかけてほしいとのこと。手話の表現の面白さにも触れ、挨拶や名前を楽しく学べました。

増田 慶子

スマホ・パソコン相談会のお知らせ

「ちょっと聞いてみたいけど、誰に聞けばいいのか…」
そんなときは、スマホ・パソコン相談会にどうぞ！

心と心のつながりで
安心のお手伝い



■居宅介護支援センター さくら ☎047-393-8234
■ホームヘルプ さくら 訪問介護 障害福祉 ☎047-386-3388
■一般旅客自動車運送事業所 有償福祉タクシー 介護 ☎047-386-3388
指定居宅介護事業者番号: 1271205609 指定訪問介護事業者番号: 1271204909
障害者自立支援事業者番号: 1212400871 一般乗用旅客自動車運送事業: 関自旅

参加費500円

看護師による 健康相談会



お一人 30～60分程度・個別対応

あなたの体と心の“小さな不安”も、
お気軽にご相談ください。

日時:【毎月第3金曜日】13:30～15:30

会場:松戸くらしの助っ人 1階

(松戸市新松戸3丁目28番地) ※新松戸支所隣

お問い合わせ:047-3340-3314

※終了時間は前後する場合があります

あなたの“これから”と一緒に考える看護師です。

そば・うどん
けやき庵

出前も
承ります

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



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山町 53-1 ☎ 047-391-3685
ホームページ www.sosaku.info

いつも「松戸くらしの助っ人」を応援してくださりありがとうございます。

昨年の7月から9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ます。

◎賛助個人会員（敬称略・五十音順）

荒木和子 桂文子 國田利子 小熊敦子 渋谷よしみ 嶋田小夜子
関 照江 芹川加代子 滝澤美紀 竹村和子 中嶋郁子 長谷川裕子
林美知子 早瀬奈美子 平方隆子 三橋恵 宮地美佐子 村田洋子
横山智子 横山直子 和田悦子 渡辺恵子

◎ご寄付いただいた方（敬称略・五十音順）

稲葉成子 梅村鈴代 滝島俊江 千葉映子 山田實・峯子

イトーヨーカドー労働組合

コーチ防災システム(有)（消火器・感知器）

広瀬享哲（有機野菜の寄付） ガレージセールへの献品者

皆さまのご支援が私たちの活動を支えています。
「松戸くらしの助っ人」は今後とも『お互い様の精神』で皆様のお役に立てるよう活動してまいります。
ご賛同いただける皆様、少しでもご協力いただけると幸いです。

●寄付金：一口3,000円（一口以上でお願いします。）
下記のいずれかの口座にご送金をお願い申し上げます。

◆郵便振替口座：

00130-1-592500 NPO法人松戸くらしの助っ人

◆ゆうちょ銀行からは 10510-6983354

◆他の金融機関口座間の送金は

【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

●通信「さわやか助っ人」の手配り配達員を募集します。

家の近くのお隣さんだけでもかまいません。一通でもかまいません。是非ご連絡下さい。お待ちしております。

◆編集後記◆

昨年は、松戸くらしの助っ人にとって激震の年でした。代表の体調不良や家賃の値上げ予告など、まさに助っ人存続の危機です。悠々参加費や協力事務費の値上げなど、皆様にご協力をいただきながら、なんとかこの場所で活動を続けられるよう努力しているところです。どうか今年もこの良きご縁が続きますように。皆様の幸せがこれからも続きますように。（白石）

中国料理

あん り
桜 里

営業時間 AM11:30～PM2:30/PM5:00～PM9:00 定休日/木曜日
(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



☎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

