加茂地区の世帯・人口

世帯数	2,290	世帯
人口	4,292	人
男	2,164	人
女	2,128	人

令和７年１月１日現在

かも福祉だより

令和７年３月１日発行
第22号

発行者
加茂地区社会福祉協議会

事務局
吉沢学園交流棟
市原市吉沢１１７番地

ご　挨　拶

加茂地区社会福祉協議会　　会長　　明賀　彦之

日頃、地域の皆様には、加茂地区社会福祉協議会の活動にご理解・ご協力を賜り、誠にありがとうございます。令和７年を迎えてすでに３ヶ月目になります。草木の芽も膨らみ始め、春の気配が近づいています。令和６年度の行事は地区民の皆様の協力のもと無事終了することができました。敬老会、里山サロン、草刈り（日常生活支援）など多数の参加者を得て盛り上がりました。本年は12支の中で脱皮を繰り返して成長する巳年です。一歩ずつ前へ“住んで良かったこの加茂に”と思われるように地域の為に頑張って活動して参りたいと思います。皆様のより一層のご協力をお願いいたします。

今年度も良かった　敬老会

９月29日（日）加茂公民館体育室に127名の敬老者を迎え230名を超える出席者が集まりました。まずは「こころ舞踊団」による会場が一体になれた即興ダンスに始まり、「まちコーラス」はみんなで口ずさめるコーラスの数々、「田淵大正琴の会」の情緒ある楽曲の演奏とつづき、時間が足らない程でした。高校生ボランティアの皆さんも積極的に参加して頂き、スムーズに会が進行していきました。参加した皆さんは「今年も会えたね」と話し「知り合いと話ができて良かった」などの感想を寄せてくれました。出演者の皆様からも「このような楽しい発表の場を設けて頂きありがとうございました。また来年もぜひやりたい。」と感想を寄せてくれました。送迎バスの時間の勘違い等多少の反省点は有りましたが、事故なく楽しんで頂く事が出来て良かったと思います。

敬老会担当　　野口　　隆司







長寿お祝事業実施

本年度も長寿お祝（75歳以上）に該当する方を対象に、「大切なあなたへ感謝の気持ちです」と表に書いてある「お煎餅」に品物が決定し、町会長の皆様のご協力を得てお配りさせて頂きました。お煎餅なんて硬いものは年寄りには不向きだというご意見を頂いたこともあったようですが、若い方との話のきっかけにでも使って頂ければ、コミュニケーションの輪が広がることもあるのかなという期待も込めて選ばせて頂きました。令和６年度は1270人の方にお配りさせて頂きました。

視察研修に行ってきました



11月６日、首都直下型地震が発生した時の指令所となる、「そなエリア」で視察研修をしてきました。地震が起こった直後の避難行動の取り方を一人一人がタブレットを使って演習しました。また、スクリーン上では避難の仕方などの説明もあり、指令室となる広い部屋に通信機器などが、いつ地震が起きても対処出来るようにおかれていました。とても有意義な研修ができました。昼食は豊洲の「千客万来」で、午後は羽田空港に立ち寄り、新第３ターミナルと商業施設の見学で視察研修を終えました。

加茂地区社会福祉協議会賛助金報告

賛助金につきまして各企業・事業所・協力団体・町会をはじめ，多数の皆様から賛同をいただき，厚くお礼申し上げます。　（令和７年２月14日現在）

企業・団体・個人	512	961,500円	賛助金合計
町　　会	6	85,000円	1,046,500円

皆様のご厚意は、加茂地区の「敬老会」「里山サロン」「日常生活支援」等の事業に活用させていただき，地区の社会福祉の推進に努めてまいります。

加茂デマンド“ふるさと便”運営委員会よりお願い



昨年の３月より１年間の実証運行を実施して参りましたが、利用率が予想より若干低い状態ですので、実証運行を１年間延長と考え、利用度を上げる為に周知を深めたいと思います。地域の皆様には更なるご理解・ご協力をお願いします。

広がってきたサロンの輪

サロン担当理事　吉川富貴子





加茂公民館で行われた里山サロンは、5月に「ミニ運動会」を行い11月は「座ったままでヨガ」と「クイズ王選手権」で大盛り上がりしました。うれしい事に次第に男性の参加も増えています。そして何と言っても好評なのは、日赤奉仕団の作ってくれる美味しい食べ物です。11月はチバニアンお寿司に漬物までついて大満足の一日でした。そして、次に輪が広がったのが旧里見小学校で行われている「里見広場サロン」です。なんと毎週金曜日の午前10時から午後３時過ぎまで行われています。パンの販売があったりトータスさんのお話があったり、ゆっくりとした時間が流れています。そして、11月は毎年恒例の健康祭り。大勢の方が集まりました。『あっ、金曜日だ。里見小に行ってお話してこよう。』 そんな温かい昔ながらの井戸端会議の様な時間が流れています。そして、富山地区小域福祉ネットワークのサロンは、10月に筋力アップや心肺機能の強化、何と言ってもストレス解消の太極拳。12月には料理教室。なんとイタリア料理のラザニアに挑戦。みんなで和気あいあいの中で運動し、笑い、料理し、『また今度ね』を合い言葉に帰宅する。そんな富山地区のサロンです。このように加茂地区では、サロンが少しずつ広がっています。あまり無理せず、交流を通して参加者もスタッフもみんなが楽しみ、健康を確認し、明日への活力になっていただければというのがサロンの目的です。サロンの輪がもっと太く、大きくなるように皆様のご参加をお待ちしています。こんなことしたらどう？というご意見もお待ちしています。来年度もご期待下さい。

小域福祉ネットワークの活動を紹介します

富山地区 小域福祉ネットワーク

会長　三原　　茂



令和６年中に実施しました行事は、すべて富山サロンという形で行いました。10月には健康太極拳を行い、ゆっくりした動作に合わせて呼吸し、体感を鍛えるという体操を楽しんでいただけたと思います。12月には料理教室を行い、ラザニアを作りました。野菜サラダや、コーヒーゼリー作り、試食もして皆さん満足された様です。またやりたいと言っていただけました。またクリスマスプレゼントとして75歳以上の方にティッシュペーパーを配布しましたら大変喜んでいただけました。２月にはゲーム大会、３月には「詐欺に注意」という講演会も準備しております。

里見地区 小域福祉ネットワーク

会長　武内　博文

今年で３回目の健康まつりを11月22日(金)に旧里見小学校で開催しました。グランドと教室を使い、市高齢者支援課や市保健センター、市原地域リハビリテーション広域支援センター、包括支援センタートータスなど多くの職員の協力をいただき、咀嚼力チェック、握力測定などの体力測定や自宅でできる筋トレアドバイス、脳トレなどを行いました。お昼は田淵のオイカゼの美味しいキーマカレーを皆さんと食べました。また、毎週金曜日10時～15時、旧里見小学校の教室で健康体操や脳トレ、詐欺や防犯についての話や茶話会などの里見広場サロンを開催しています。どなたでも、お気軽に参加できます。是非一度お越しください。



白鳥地区 小域福祉ネットワーク

会長　相川　誠一



10月26日に「安心生活見守り支援」安心訪問員の基礎研修、フォローアップ研修会を開催しました。安心見守り訪問は、対象者の生活状況や健康を把握するだけでなく防犯対策にもつながる大事な活動だと改めて認識しました。加えて２月下旬には、一般の住民にも参加を呼びかけ「悪徳商法対策について《屋根等の改修、訪問販売、電話・ＳＮＳ等による詐欺等》の研修会」を開催しました。この研修会では、他にゴルフのパターとカーリングを組み合せた「パターリング」の体験会を実施します。市原市が考案したスポーツでグランドゴルフのようなステックでカーリングのような的を狙って競うものです。屋内で高齢者も簡単にできるもので令和７年度の活動として取り組みたいと考えています。草刈助け合い作業活動は６件（２件増）の作業を実施しました。令和６年度は里見地区と富山地区の小域福祉ネットワークも活動を始めました。



高滝地区 小域福祉ネットワーク

会長　宮原　誠一

歳末における高齢者宅への訪問活動を実施しました。対象は独り暮らしの70歳以上の世帯、安心生活見守り支援世帯及び民生委員訪問世帯で111世帯です。具体的には、町会代表者、民生委員及び役員で対象者を確定し、12月中旬から訪問活動を行いました。訪問時に配布したのはボックスティッシュ（５箱）、チラシ（歳末助け合い運動のお知らせ、冬の健康管理のポイント）です。この取り組みにより得られた成果として、高滝地区に住む独り暮らしの世帯を初めて把握できたことや、役員中心になりがちな活動が推進委員会を構成する各種団体との連携ができたことです。独り暮らし世帯が増加傾向にある中で、継続的な事業としていくことが課題になっています。



今を生きる

中條　春枝さん（94歳）　朝生原在住

～ご長寿に乾杯～

今年度のテーマは「今を生きる」。加茂地区では少子高齢化と人口減少が重なっています。これからどう楽しく安心安全に過ごしていくかを、皆さんご一緒に考えてみませんか。これらを踏まえて、今回は加茂地区に在住で、今を元気に過ごしているご長寿の方に色々と聞いてみました。

現在、満94歳である中條春枝さんは、会話もしっかりとしている元気なおばあちゃんです。春枝さんに長生きの秘訣を聞いてみると、「くよくよせず、楽しくほがらかに過ごすこと」と答えてくれました。好き嫌いなく、何でもおいしく食べますが、特に野菜と果物が大好きとのこと。



大正琴を演奏する春枝さん

そんな春枝さんのいま楽しみにしていることは、大正琴と合唱です。少し前まではカラオケや編み物、キルトなど趣味も豊富です。春枝さんの好きな言葉は「ありがとう」 多くの人に感謝しているそうです。ご家族に聞くと、人のいやがることを言ったりしない優しい心の持ち主だと教えてくれました。今後やってみたいことは陶芸だそうです。きっと素敵な作品が出来上がることと思います。ご家族からは、「これからも色々な事に興味を持って、楽しく元気に長生きして欲しい」 春枝さん、いつまでも元気に長生きしてください。