



ひまわり舎



路地で遊ぶ子どもたちの歓声に包まれていたこの町も、開発されて 40 年を越えると、子どもたちはそれぞれに巣立っていき、高齢者だけの家庭が目立つようになりました。介護保険制度だけに頼るのではなく、軒を並べて暮らす住民がお互いを支えあって、安心して楽しく暮らせる明るい町を実現したい、そんな思いから市川市曾谷第五自治会に平成 12 年（2000 年）ひまわり舎が誕生しました。

わたしたちは、ひとり暮らしのお年よりの孤独死や、介護疲れによる家庭の悲劇を防ぐには、地域に多くの友人をもつことだと信じています。



ひまわり舎は次のような活動を行っています

● 家事雑事支援サービス……これがひまわり舎の第一の仕事です



高齢、あるいは身体障害のために困難になった部屋の片付けや掃除・窓拭き、庭木の剪定水やり、草むしり、ゴミ出し、自転車や車椅子の整備、簡単な日曜大工、おでかけ付き添い等を有料（時間制）でお引き受けします。

● ほのぼの講座……まずは顔見知りになることから



年に 4 回ほど、老後の生活に役立つ講演会や勉強会、ゲーム大会、お楽しみ会、お花見、紅葉狩りなどを通して友達づくりを応援します。（参加費が必要です）

● 辰の口公園清掃……たまには外に出てお喋りしませんか



毎月第一日曜日朝 9 時から辰の口公園の清掃をしながらの井戸端会議お喋り会。どなたでも参加できます。

● クラブ活動……友だちづくりのサークル活動です



高齢者の閉じこもりを防ぐために、手芸クラブとパソコンクラブがあります。週一回集まってリーダーのもとに和やかに活動しています。

● その他の活動……市川市ボランティア協会に所属して各種研修会に参加します



地域の民生委員と相談して、介護保険制度の利用手続きなどを支援します。また、地域の小学校と交流して昔遊びの伝承や学校行事への応援参加をして、子どもたちから元気を貰います。

家事雑事支援サービスは有償です！

派遣会員ひとり当たり30分毎に400円の利用代金をいただきます。
有償ボランティア方式を採用していますので、それ以上の余計な気遣いはしない約束です。作業リーダーにお気軽にご相談ください。

依頼されたサービス実施のために必要とした物品（洗剤、薬品、材料など）については購入代金の実費で精算させていただきます。

利用代金収益の10%を積み立てて、年会費とともにひまわり舎の貴重な活動基金にしています。

あなたもひまわり舎の仲間になってください！

お気軽に、代表か作業リーダーにお電話ください。さっそくご相談に伺います。
申し込み用紙に必要事項を記入して、下記の年会費を納入してください。
さあ、きょうから、あなたもひまわり舎の仲間です。

協力会員（ひまわり舎の主旨に賛同される方） ▶▶▶▶ 年会費 1000円
気軽にボランティアとして活躍しましょう。

利用会員（家事雑事支援サービスを受ける方） ▶▶▶▶ 年会費 1000円
介護保険ではできない家事をサポートします。

賛助会員（ひまわり舎の活動に対する基金援助） ▶▶▶▶ 一口 2000円
ひまわり舎の応援団です、何口でも可。

ほのぼの会員（ほのぼの講座に出席される方） ▶▶▶▶ その都度 参加費

曾谷第五自治会 ひまわり舎

〔事務所〕市川市曾谷 7-3-13

代表 新福 富子 TEL 047-372-0933
作業リーダー 長谷川友子 TEL 047-373-3990

これから

ひまわり舎代表 新福 富子

暑かった熱波の夏、そして雷雨が続いた夏でしたが、いつの間にか秋がきて、暦の上では立冬を過ぎて木々の紅葉が進んできましたが、寒い冬を迎える前の落ち着いた季節でもあります。

世界の経済が混乱しています。社会保険庁の年金はこれから先も大丈夫でしょうか、大切な老後の生活資金を安心して預けておける銀行はないのでしょうか。

これから健康保険も消費税もまた高くなるようです。

私たちのひまわり舎は、どんな時代になろうとも、いつも希望をもって明るく暮らすことのできる仲間づくりに努力を重ねていきたいと思えます。

今年度これまでの活動経過

- 4月8日 第32回ほのぼの講座《雨のお花見会》
- 5月13日 ひまわり舎年次総会
- 7月3日 第33回ほのぼの講座《改正介護保険のお話》
- 10月18日 市川市市民祭り提供品販売バザー参加
- 10月26日 世界健康都市会議《還暦式》ボランティアおよびブース参加
- 11月3日 第34回ほのぼの講座《行徳野鳥観察舎見学とクリーンスパ市川での入浴とお食事会》
- 11月8日 曾谷小学校フェスティバル《手芸のコーナー開設参加》

- 随 時 利用会員家事雑事支援
- 毎月第一日曜日 辰の公園清掃
- 毎週火曜日 手芸クラブ（第五ルーム）
- 毎週木曜日 パソコンクラブ（曾谷公民館）

これからの予定

- 11月29日（土） 百合台小学校体験学習手芸教室参加
- 12月 利用会員にクリスマスプレゼントの配布
- 1月 第35回ほのぼの講座《新年会》
- 3月 活動反省会

第34回ほのぼの講座 行徳野鳥の観察舎とクリーンスパ市川

11月3日(月)文化の日の休日。参加者25名、9時半市川市のマイクロバスでピジョン跡地を出発して一路、行徳へ。道路が空いていたので予定より早く目的地に到着。駐車場で全員が降りて、観察舎までの遊歩道を思い思いのスピードで歩きました。

まだ渡り鳥は少なかったのですが、普段あまり見ることのない鳥を係員の説明を聞きながら望遠鏡で観察。『市川にもこんなところがあったんですねえ』『ひとりでは来れないので参加してホントによかった』という感想が寄せられました。



野鳥の観察舎をあとにクリーンスパ市川へ。新しくてきれいな温泉入浴とお昼のお食事会。予定より早く着いたので、受付で手続きを終えたあとは《ひまわり舎》だけの貸切のお部屋で入浴の準備。『風邪気味なのできょうはお風呂はやめとくわ』と言われた数名の人は、広いお部屋でのんびりとお茶をいただきながらのくつろぎタイム。お風呂の感想『広々として明るくて、とてもよかった』『五右衛門風呂を体験することができた!』『ぬるめの浴槽で芯まで温まることができました』などなど、大好評のお風呂でした。



入浴のあとはお腹が空いて、みんなで楽しいお食事タイム。帰りのバスの出発までまだ時間があるので、2度目のお風呂に行く人、横になってお昼ねタイムの人、マッサージ機を利用してリラックスの人、それぞれにのんびりと楽しく過ごした一日でした。

計画から当日までお世話いただいた役員の皆様、ありがとうございました。(新福富子)

ひまわり舎では会員(協力会員・利用会員)を募集しています

子育て中のお母さん、少しゆとり派のお父さん、年齢を問わず、どなたでも大歓迎。私たちに力を貸してください。また、私たちができそうなことは遠慮なく、ひまわり舎を利用してください。私たちの《曾谷第五》が住みよい街になるように。住んでよかったと思える街にしたいのです。(ひまわり舎代表 新福 TEL372-0933)