

支援センター だより

11



2面…ちばNPO月間
3面…登録団体情報
4面…インフォメーション

栄町住民活動支援センター

活力あるまちづくりを進める活動の拠点として

2023(令和5年) No.234



支援センター事業 クリーンアップ938

= 街中のごみ拾いをしよう！！ =



昨年ボランティアの皆さん

日時：**11月18日(土)**
9:30～11:00

集合場所：ふれあいプラザさかえ玄関前

作業内容：ふれあいプラザ周辺の清掃
ごみ拾いなど

持ち物： 軍手など
※ごみ袋は用意します。

申込・問合せ：住民活動支援センター
Tel 0476-80-1733

3年前から、リバーサイドマラソンのマラソンコースをきれいにして、参加者の方々に気持ちよく走って欲しいという思いで始めた事業です。昨年のごみも少なくなり、継続することの大切さを実感しました。今年もごみ拾いを続けます。2月のリバーサイドさかえドラムマラソンに向けて、11月、2月とごみ拾いをを行い、心地よい街にして多くのお客様をお迎えしましょう。



支援センター事業 【938交差点】

～たんぱく質がなぜ大切なの？ 筋力アップもとても大切！～

9月15日(金) 10時から「食べる・たんぱくプロジェクト」講座を開催しました。講師は栄町健康介護課塩月さん。参加者は14名でした。身体の約20%はたんぱく質で、筋肉や臓器、皮膚、爪、髪の毛などが作られますが、60歳を過ぎると急激に減少します。そのためにも良質なたんぱく質をとる必要があります。ちくわやはんぺん、木綿豆腐、いわしの蒲焼缶詰などで気軽にたんぱく質を摂ることができます。また歩くのが遅くなるのは、筋力低下よりも「姿勢」とのこと。姿勢を整えて早く力強く歩くことを意識し、ビタミンDの生成を促すために、日光が当たる時間帯に歩くことがいいそうです。筋肉の70%は下半身に集中！そこでお勧めは「スクワット」です。



今日から週に2～3日、1日に5～10回を2～3セット、痛みのない範囲で休憩しながらやってみましょう。加齢は止められないけど老化は遅らせることができます！！

いくつになっても栄町で元気に！！

みんなでスクワットを！

= ちば県民活動 PR 月間って知っていますか！ =

千葉県では県民活動がより活発に展開されていくためには、県民の皆さんに県民活動をもっとよく知ってもらい、より一層理解していただくとともに、若い世代も含めた幅広い年齢層の方々に、県民活動への参加促進を図ることが重要と考えています。そこで、市民活動団体（NPO）やボランティアのことを広報・啓発していくため「ちば県民活動 PR 月間」を設け、市町村や市民活動団体等と連携しながらこの期間に集中的に県民活動を広報・啓発することとしています。

栄町にも多くの住民活動団体が活動しています。ちょっとボランティア等に興味のある方は、支援センターにお立ち寄りください。活動団体紹介冊子を配布しています。

○対象期間 :12月1日から12月31日まで
12月1日は「NPOの日」(NPO 法施行日)です

※県民活動・・・県民に自らが自発的に地域に存在する様々な課題の解決を図り、地域社会をより豊かにしていこうとする社会貢献活動

栄町住民活動支援センター Tel0476-80-1733

～ボランティアってなんだろう?!～

ボランティア (volunteer) の語源は、ラテン語で自由意思「ボランタス」が語源と言われていて、**自ら進んでみんなのために社会貢献活動をする人(個人)**を意味します。多くの人達が集まって、団体(組織)として社会貢献活動をすれば NPO といわれます。(民間の非営利団体という意味で「Non Profit Organization の略です。」

あれも、これも、ボランティア活動

◆あつめる

使用済み切手
ベルマーク、献血募金など

●てつだう

介助、手話
食事サービス
災害支援など

□おしえる

伝統芸能、郷土史
スポーツなど

■ふれあう

国際交流
話し相手
観光ガイドなど

◇ひろめる

ミニコミ誌発行
イベントなど

○まもる

自然保護
リサイクル、清掃活動
防犯活動など

できることからはじめてみよう！
あなたのアイデアと力で地域が変わります。

まずはひとりから。そして、団体で活動することで、さらに大きな力となり、地域が変わります。



【支援センター登録団体紹介】

町内で活動している団体は今年度から少しずつ、活動を再開しています。支援センターに登録している113の団体を随時、活動分野ごとに紹介します。興味のある活動に参加してみませんか？



◆保健、医療又は福祉の増進を図る活動◆

NO.1

団体名	活動内容
NPO 法人助け合いネットさかえ	会員制の生活支援（家事支援、介護支援等）/全日
NPO 法人ねむの里	しょうがいのある人たちの就労の場の提供 ・「ねむの木レストラン」（火～日）9時～16時・「お菓子工房」（月～金）9時～16時・工房「幹」（月～金）9時半～15時
傾聴ボランティア「つぼみ」	町内の高齢者福祉施設等での傾聴活動 毎月1回（水）14時～16時
サロン酒直台	高齢者の生きがいづくりのサロン/第2・4（火）10時～14時
栄町シニア運動クラブ	健康増進、保持、健やかな身体作りのための健康体操/（金）14時～16時
栄町ノルディックウォーキングの会「わらび」	介護予防、健康増進のためノルディックウォーキングを行う/（水）10時～12時
栄町パープルシニア運動クラブ	高齢者の介護予防と親睦を図るための健康体操/（金）10時～12時
栄町朗読奉仕会	町広報、小説、エッセイ、新聞記事を朗読しCD作成、町民に届ける/随時
サン燦の集い	健康寿命の延伸や介護予防のための運動/（水）9時～10時
CS もも	多くの方から特技、経験、生き方等の話を聞く会を開催/第3（土）14時～17時
セーフティーネットすまいる	町内の高齢者の見守り、声かけ、安否確認、悩み相談等/随時
たすけあいネットワークフレンズ	ふれあいサロン「風楽っと」他、高齢者が安心して暮らせる地域づくり
楽しく木もく・ウォーク	みんなで楽しくウォーク、親睦を深め健康に留意し若さを維持/（木）14時～
貯筋体操	椅子に座って歌いながら筋力アップする体操/（金）9時～11時
北辺田くすのきサロン	ミュージック・ケアで楽しみながら心と身体を動かす 月1回午前中

◆社会教育の推進を図る活動◆

団体名	活動内容
明るい社会づくり栄カトリアグループ	明るく住みよい地域社会を目指し、ゴミゼロ運動や家庭教育等の活動/随時
栄町古文書学習会	町に残されている古文書の解説を通し町の歴史、文化を学習し発表報告 第1・2・4（木）13時～16時
生涯学習栄カルチャークラブ	いきいきさかえ塾、学校、自治体等へ講師派遣、自主講座の企画、開催/随時

◆まちづくりの推進を図る活動①◆

団体名	活動内容
安食駅前・美化清掃友の会	栄町の玄関口「安食駅」周辺の美化清掃活動（毎月末日）
一般社団法人地域活性化支援機構	食と農と健康をテーマにした地域活性化を目的とする。たつの子食堂開催
NPO 法人さかえランドバンク	空き家バンク登録の普及活動や、講習会、研修会等を行うために必要な知識の習得と空き家に対する管理サービスの実施
NPO 法人 住みよい地域づくり推進協議会	・住みよい地域づくりを推進するため幅広い分野で調査研究・文化財の保存作業に対する支援・地産地消活動を通して地域経済の活性化を図る
認定NPO 法人ドラゴンカヌーさかえ	ドラゴンカヌーの運航を通して、水辺と緑の環境を生かしたまちづくり カヌー運航/随時
おやぢの台所さかえ	料理の技術を学びながら食の大切さを考え、仲間づくりと地域の交流/第2（土）
上町ふれあい会	栄町さざんかクラブ連合会の一員（ゴミゼロ運動、ボランティア事業、スポーツ大会、グランドゴルフ、カラオケ発表会等）

参加

みんなで作ろう =竹灯り=



キャンドルナイトの会では、毎年6月第1土曜日に役場横の緑道で空き瓶や竹、紙袋などを使った環境イベントを行っています。

この環境イベントに向けて竹灯りを作る体験会を行います。竹に穴をあけるだけで素敵な竹灯りができ、ろうそくやLEDライトで飾るとおしゃれな空間になります。

日時：**12月2日(土)**

14:00~16:00

場所：ふれあいプラザさかえ

3階 工作室

参加費：1,000円

参加人数：8名

持ち物：軍手、持ち帰り用袋

申込期間：11月11日(土)~

11月25日(土)

問合せ：キャンドルナイトの会

Tel 090-4241-8769 (鈴木)



龍のまち栄町コミュニティ食堂

=たつの子食堂=



オーガニックを目指すみんなの食卓

たつの子食堂は、皆様のご支援を頂き、安全安心な「食と農」を考え、「食は命なりき」をテーマにしてメニューづくりをする住民活動としてのコミュニティ食堂です。

日時：毎月 第2・第4日曜日

12:00~14:00

※準備・調理参加は11:00~

メニューは
お楽しみに

11月12日(日) 11月26日(日)

場所：11月シルバー人材センター家庭科室
(旧酒直小学校)

参加費：幼児無料 小学生300円

大人(中学生以上)500円

※マイ箸と飲み物をご持参ください。

※料理のお持ち帰りはご遠慮ください。

定員：30名(要予約)

申込・問合せ：090-6137-8334 (太田)

申し込みは
お早めに!

=ドラムの里手作り体験&ショップ=

Made in 私



秋のドラムの里で手作り体験をしてみませんか。ショップも見るだけでも楽しいですよ！是非、お出かけください。



オリジナルお香ブレンドを作ります

日時：**11月3日(金・祝)~11月5日(日)**

10:00頃~15:00頃

場所：ドラムの里レンタサイクル(コスプレ館横)

ショップ：アクセサリ、バック、子供服、髪飾りなど

11月3日(金・祝)のみ

※体験：花文字・オリジナルお香ブレンド

11月5日(日)(雨天中止)

※ドラムの里フリマ 同時開催
ドラムの里さくら広場

申込・問合せ：090-6137-8334 (太田)

栄町住民活動支援センター

「登録団体の皆様へ」

町民の方々に向けて、情報の発信をしませんか。

団体のイベント情報や会員募集などの記事を募集しています。

毎月発行の「支援センターだより」(自治組織回覧)や、支援センターのホームページへの掲載等を行います

詳しくは支援センターまでお問合せください。

Tel 0476-80-1733