



# 栄さざんかだより

令和6年4月発行

38号

健康・友愛・奉仕の  
3大活動

編集・発行 栄町さざんかクラブ連合会（栄町福祉・子ども課内）  
印旛郡栄町安食台1丁目2番 TEL.0476-33-7707 FAX.0476-80-1358  
制作・印刷：株式会社ニチコミ TEL.03-5718-3900 <http://www.nichicomi.com/>

印旛地区高齢者クラブ連合会  
リーダー研修会

リーダー研修会

## 情報共有で活動促進を

1月25日（木）、栄町ふれあいセンターにてリーダー研修会が開催され、印旛地区の高齢者クラブリーダー9名が一堂に会しました。

栄町からは本部役員5名と、各地区から41名が研修に参加。

佐倉市、富里市が事例発表を行い、地域の情報を共有しました。

午後からは袖ヶ浦市若手部会部長 置田和子氏による講演が行われました。

事業  
報告

# 印旛地区高齢者クラブ連合会 グラウンド・ゴルフ大会

## 額に汗滲ませ 渾身のスイング



ゴルフ日和のお天気でした

9月13日(水)四街道市四街道総合公園多目的運動  
場にて、印旛地区高齢者クラブ連合会グラウンド・ゴ  
ルフ大会が開催されました。

栄町からは10名が参加。見事、3位に千葉 正さん  
が入賞されました。当日は日差しがまぶしいほど好天に  
恵まれ、参加者は額に汗滲ませ、日頃鍛えた腕前を披  
露しました。会場には快音が響き渡りました。



大勢



クラブを構え集中!



栄町ざんかクラブ連合会の活動を応援しています

 社会福祉法人 誠友会 栄白翠園

- 特別養護老人ホーム(介護老人福祉施設)
- ショートステイ(短期入所生活介護)
- デイサービス(通所介護)
- 在宅介護支援センター
- 居宅介護支援(ケアマネ)
- 自立生活支援

印旛郡栄町酒直1335番地  
TEL 0476-95-8941

 ミモト歯科医院

TEL 0476-95-8300

●診療時間 / 9:00~13:00  
15:00~20:00

●休診日 / 水曜日・日曜日

栄町竜角寺台5-21-2

 内山北総レミコン株式会社

印旛郡栄町西字西耕地650番地6  
TEL.0476-95-1131  
FAX.0476-95-4873

●照明器具・換気扇・エアコン  
●スイッチ・コンセント

有限会社 日東電気

印旛郡栄町安食3639-1  
TEL 0476-95-2819

精密板金加工・レーザー加工

有限会社 服部製作所

印旛郡栄町安食2372番地  
TEL 0476-95-7738  
FAX 0476-95-7123  
http://www.hattori-ss.co.jp/

畳工事一式

加藤 畳店

畳の事ならお任せ下さい!

栄町安食3421  
TEL 0476-95-3398



参加でにぎわいました



和気あいあいプレーしました



成績優秀者は表彰されました

栄町出場メンバー

氏名	クラブ名
千葉 正	酒直台緑成会
井上 茂行	酒直台緑成会
宇都木英夫	酒直寿会
後藤 功	酒直寿会
堤 清	酒直台緑成会
寺川 ふみ	上町ふれあい会
鈴木 勝美	酒直寿会
野村 節子	酒直台緑成会
小野 信子	酒直寿会
清水 国江	酒直台緑成会

栄町ざんかクラブ連合会の活動を応援しています

学校法人 藤田学園  
なかと幼稚園  
光り輝くこどもたち

☎0476-95-0751  
栄町脇川116

社会福祉法人みなみ福祉会  
みなみ栄保育園

☎0476-95-4453  
http://www.minamifukushikai.jp  
Email: sakae@minamifukushikai.jp  
JR 成田線安食駅より徒歩7分  
一人ひとりが安心して暮らせる保育園へ

☆☆ 学校法人 佐藤学園 ☆☆  
酒直幼稚園

美しい心 美しい言葉 美しい態度  
を育てます

栄町酒直台1-19-1  
☎0476-95-4333

快適な暮らしのためのコンサルティング  
水まわりのリフォーム店

リフォームスタジオ オオイシ

★水まわりのトラブル  
★リフォーム  
★器具の取替・修理

☎0476-95-1840  
印幡郡栄町請方 1019-3

TOTO水彩工房 成田日赤前店

\*器具の交換修理やリフォーム、お困り事を解決致します。  
\*住宅のご相談やご不満、お気軽にお問い合わせ下さい。

成田市飯田町177-25  
☎0120-37-9519

水 工房  
地域密着リフォーム工事店 困ったを解決

有限会社 桜井管商店  
TEL:0476-95-1919  
http://951919.jp

いちご村

期間：12月～5月  
直売・摘みとり  
(量り売り)  
月・金定休  
10:30～15:00

🍓がなくなり次第終了となりますので、ご来園の際はお問い合わせください。

☎080-5184-7933 印幡郡栄町安食字 大塚1080番

# 第33回作品展

## 個性光る作品ずらり

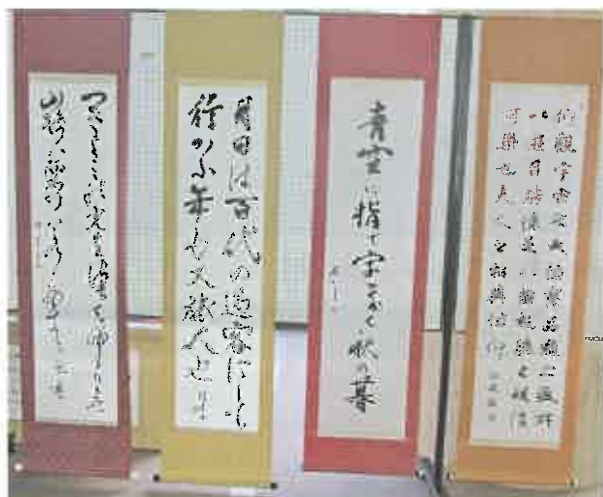
11月8日(水) ふれあいプラザさかえにて第33回作品展が開催されました。

書、絵画、手芸など10名34作品の出展に、来場者が足を止めてじっくり観賞する姿も見られました。

手芸、  
文芸作品も



情緒豊かな写真や絵画



風情ある書が並びました



来場者は心くすぐられました

栄町ざんかクラブ連合会の活動を応援しています

林業  
 神社・仏閣銘木扱い  
 高所枝打  
 危険木伐採・一般伐採

**きこり 榎竹本**

栄町安食1407  
 TEL 0476(95)0309  
 FAX 0476(95)0364

有限会社 **栄光塗装工業**

地域に貢献 実績60余年 一般建築塗装技術士 (17-1-060-12-0043) 内田 洋

一般建築塗装 吹付工事  
 防水工事 リフォーム工事

お気軽にご相談ください  
 栄町安食3702 ☎090-7400-3952

うちの外まわり専門

サイディング・屋根(コロニアル・金属屋根・瓦)  
 塗装工事一式・板金工事一式  
 シーリング工事・雨樋工事

有限会社 **小澤建業**

栄町和田126-1  
 ☎0476-37-6847

つり堀  
**将監**

☎0476-95-0409  
 印旛郡栄町藍川 65 番地

再泥化しない土壌改良不溶化剤  
 「ドクトール」

HSSホールディングス株式会社

印旛郡栄町安食2357-83  
 TEL.0476-55-3453  
 URL:https://hss-d.jp

電気工事一式・空調設備  
 屋内配線・アンテナ・エアコン工事

(株)横堀電設

栄町麻生 123  
 TEL 0476-95-6147  
 FAX 0476-37-6714



11月28日(火)、ふれあいプラザさかえにて、交通安全講習会が開催されました。

講師に成田警察署の鈴木香住氏をお迎えし、事故映像と実験をもとに安全運転について学びました。



体を動かし学ぶ場面も

事故を「起こさない・遭わない」ためには何が必要か、講話を聞く表情は真剣そのもの。参加者が実際に体を動かす場面もあり、楽しい学びの場となりました。



有意義な講座でした



栄町さざんかクラブ連合会の活動を応援しています

**高野内建設(株)**  
 千葉県印旛郡栄町安食2481-15  
**☎0476-95-0217**  
 PanasonicリフォームClub  
 高野内建設株式会社 印旛支店  
 〒270-1818 千葉県印西市小林2623-1  
 TEL.0476-97-0800

～ いつまでもお口を健康に保つために～  
**知っていますか？ パタカラ体操**

パタカラ体操とは…？

加齢に伴う、食べたり話したりするときに必要な  
 □回りの筋肉や舌の動きの衰えを  
 「パ・タ・カ・ラ」と発音することで、  
 鍛えることができるトレーニングです。

- ◆ 飲み込む力や噛む力の維持・向上
- ◆ 発音がはっきりする
- ◆ 誤嚥（ごえん）性肺炎の予防
- ◆ だ液分泌の促進 ◆ 表情が豊かになる
- ◆ いびきや歯ぎしり、口の乾きの改善



「ニチコミ」のブログで  
 全国の老人クラブの  
 活動を紹介しています！  
 詳しくはホームページで！



ニチコミ

検索

<http://www.nichicomi.com/>

## 令和6年度 さざんかクラブ連合会 事業計画(案)

月日	事業内容	会場等
4月12日	理事会(1) 14:00～ 総会議案確認	5階大会議室
5月9日	令和6年度栄町さざんかクラブ連合会 総会 14:00～	ふれプラ 大会議室
6月14日	理事会(2) 14:00～	5階大会議室
7月未定	健康講演会	
7月23日	理事会(3) 14:00～ スポーツ大会依頼	5階第2会議室
7月26日	手芸教室	ふれプラ
9月5日	印旛地区高齢者クラブ連合会 囲碁・将棋大会	成田市
10月2日	印旛地区高齢者クラブ連合会 グラウンド・ゴルフ大会	八街市
10月4日	第37回ふれあいスポーツ大会	第一近隣公園
10月18日	第20回カラオケ大会	ふれプラ
11月未定	交通安全講習会14:00～	ふれプラ
11月7日	第34回作品展	ふれプラ
11月10日～11月11日	親睦旅行	
11月26日	印旛地区高齢者クラブ連合会ニュースポーツ講習会	佐倉市
11月27日	県グラウンド・ゴルフ大会	県スポーツセンター
12月12日	理事会(4) 14:00～ 来年度事業について GG大会について	5階大会議室
12月9日	県囲碁将棋大会	ホテルポートプラザちば
12月16日～12月19日	印旛地区高齢者クラブ連合会 作品展	富里市
1月20日	県老人クラブ大会	
3月6日	栄町グラウンド・ゴルフ大会	第一近隣公園
3月13日	理事会(5) 14:00～ 総会議案関係 各種提出物の依頼(4月提出)	ふれプラ

健康  
コラム

とってまべんり

## お薬手帳を持ちましょう!

お薬手帳を持っていると…

- ・複数の病院にかかっている場合、それぞれに処方された薬を1冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
- ・過去の副作用等も履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます
- ・災害時や緊急時の治療継続にも役立ちます
- ・かかりつけの薬局を持つとより効果的です

市販薬などの薬歴も  
記録しておくこと  
より適切な処方に  
役立ちますよ。



# 災害への「備え」チェックリスト

延保/内閣府政策推進官(防災担当)、内閣府男女共同参画局

避難の時に持ち出すもの！

## {非常用持ち出し袋}

- 水
- 食品 (ご飯 (アルファ米など)、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど：最低3日分の用意！)
- 防災用ヘルメット・防災ずきん
- 衣類・下着
- レインウェア
- 懐中電灯 (\*手動充電式が便利)
- 携帯ラジオ (\*手動充電式が便利)
- 予備電池・携帯充電器
- マッチ・ろうそく
- 救急用品 (ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)
- マスク
- 使い捨てカイロ
- プランケット
- 軍手
- 洗面用具
- 歯ブラシ・歯磨き粉
- タオル
- ウェットティッシュ
- ペン・ノート

一緒に持ち出すもの

- 貴重品 (通帳、現金、パスポート、運転免許証、マイナンバーカード、病院の診察券など)

## 子供がいる家庭の備え

- ミルク (キューブタイプ)
- 使い捨て哺乳瓶
- 離乳食
- 携帯カトラリー
- 子供用紙オムツ
- お尻ふき
- 携帯用お尻洗浄器
- ネックライト
- 抱っこひも
- 子供の靴

## 女性の備え

- 生理用品
- おりものシート
- サニタリーショーツ
- 中身の見えないごみ袋

## 高齢者がいる家庭の備え

- 大人用紙パンツ
- 杖
- 入れ歯用洗浄剤
- 男性用吸水パッド
- デリケートゾーンの洗浄剤
- 持病の薬
- お薬手帳のコピー

災害に備えておくもの！

## {備蓄品}

- 食料や水 (最低3日分！できれば1週間分) ×家族分  
保存期間の長いものを多めに買って置き、消費したら補充するという習慣にしていれば、常に食料の確保が可能！
- 生活用品  
例えば、ティッシュ、トイレトペーパー、ラップ、ゴミ袋、ポリタンク、携帯トイレなど

ほかにも、家庭で必要なものは日ごろから備えておきましょう

出典：政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp/>

# できていますか？ いざという時の備え

災害は、いつ私たちの身に起こるか分かりません。非常持ち出し袋の中身にふさわしいもののチェックリストで、いざという時の備えにしましょう。

# とっておきの作品を 句集 にしませんか？

あなたが見た景色や感じた季節の情景…  
それらを詠ったとっておきの俳句を、一冊の本にしませんか？  
初めての方でも安心、担当者がご要望をおうかがいし一貫してお手伝いいたします。

予算に合わせて各種装丁をご提案いたします。お気軽にお問合せください。

自分史

写真集

イラスト集 など



安心してお任せ下さい！

ご相談

ご希望の装丁や部数をお申し見積します

制作・校正

制作はお任せ下さい途中の校正や内容をご確認頂けます

印刷・お届け

ご希望の納品先にお送りさせて頂きます

印刷物のことならなんでもおまかせください。ご希望に添った一冊をお作りいたします！

見積無料

私たち編集のプロが一貫してサポートいたします！

お気軽にお問合せください

Tel 03-5718-3900

Fax 03-5718-3901



株式会社 二子コミ <http://www.nichicomi.com>



# 会員募集中

私たちと一緒に活動しませんか？  
地域の仲間と楽しく生きがいつくり健康づくりを  
していきましょう。皆さまの参加をお待ちしています！

栄町さざんかクラブ  
連合会

お問合せ先 栄町さざんかクラブ連合会  
☎ 0476-33-7707 まで



## スポンサーの皆様への御礼

本紙発行に際しまして、ご協賛いただきましたスポンサー各位に厚く御礼申し上げます。今後とも温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。

## 栄町さざんかクラブ連合会の活動を応援しています

家族葬  
株式会社栄セシモニー  
**安食りんどうホール**  
印旛郡栄町安食3784-1  
TEL:0476-95-4444  
<https://aziki-rindou.com/>

断熱・省エネ  
リフォーム  
株式会社 住工房スタイル  
栄町安食2421-87  
☎0476-95-7071  
<http://www.jukobo.jp>  
たたいま資料  
池至午

**next life** ネクストライフ  
"next life"はちいさな会社です。  
だからこそ、どこにも負けない情熱と工夫で  
お客様の理想を低価格で実現しています。  
リフォーム全般/外構・エクステリア工事  
住宅ローンのアドバイス  
印旛郡栄町酒直354-7  
TEL0476-77-9511



油 断 大 敵

ルールを守って  
安全運転

- × 歩行者妨害
- × 傘さし運転
- × 一時不停止
- × 走行中の携帯電話使用
- × 二人乗り
- × 飛び出し
- × 無灯火

自転車の無灯火運転・カサさし運転はやめましょう