



新年のご挨拶

松下 明子



新年あけましておめでとーございます。

皆様には、お元氣でお変わりなく新年を迎えられた事と存じます。

コロナ騒動以来イベントの開催が出来なくて、淋しく過ごしてきましたが、最近はおツポツと各地でイベントも増えてきました。

「松戸くらしの助っ人」でも、コロナ以前に毎年開催していたイベントをそろそろ復活させようと話し合い、11月に研修バス旅行を実施しました。参加した皆さんから「楽しかった」と言ってもらえたので良かったです。

助っ人の研修バス旅行は、旅行会社に任せるのではなく、事務所のスタッフが、「行く場所」を相談し、場所が決まれば日程、バス会社との料金交渉と全てを計画しています。担当者が下見に行き、トイレの場所等を確認して昼食も決めてきます。全部目前です。で安く出来るわけです。

この事務所スタッフは、気配りもよく、研修バス旅行の計画にはなくてはならぬ人材です。

材です。

協力会員や事務所スタッフの皆さんが素晴らしい人が集まって下さり、「松戸くらしの助っ人」はコツコツと、みんなで支え合い日々活動させて頂いてきました。

このコロナ禍では、良くも悪くも社会が随分変わったように思います。コロナばかりが原因ではありませんが、「人と人との繋がり」は、私たちの子どもの頃のようにいきませんが、変えられない不変なものと思っています。

変えられないものとして昨年の春頃でしたか、友人から「ミツバチと地球とわたし」という映画鑑賞に誘ってもらい行ってきました。こういう文化的映画なので地域のホールでの上映会でした。

日本では、西洋ミツバチと日本ミツバチがいて八千の種類は10万種いて、その中でミツバチはたったの9種類、ミツバチの生態から様々な事を知りました。なかでも私が一番共鳴したことは、日本ミツバチは、「他者を豊かにする生き方」でした。「ミツバチ」と「森」の様子を見てみると私たち人間は自然を壊し、自然に負担を掛ける生き方をしてきたのだと知りました。

今世界中で、気候変動から大災害だったリ大水害が起こっていても、まだ人間は反省もしないで便利さと速さと効率に走り過ぎているのではないかと感じます。

この便利過ぎて生活のなかで「自然から遠ざかれば遠ざかるほど、病気に近づくことになる」とも聞かされました。

私たち「松戸くらしの助っ人」の活動で、「自分のことだけに動くのではなく、自分の周りの人のお役に立ちたい」と思う人が集まり仲間であることに誇りをもっています。これからは自然も豊かにできる役割も担えるようになっていきたいと思います。

「他者を豊かにしながら、豊かな心で生きることが本当の幸せ」というものですと締められていました。

そう言えば昔、社会科の勉強でしたか、漁師にしても猟師にしても、自分達が食べられる分だけを捕獲し、余分に取れた分は戻して次の捕獲に譲っていくという話を思い出しました。だから昔から腹八分と言言葉もあるのでしょうか

日本の社会は今経済的にも精神的にも厳しい時代ですが、今一度「日本人の生き方を見直し」前向きに生きられる社会を引き継ぎ優しくお互い様と声掛け合っていきたいと改めて思いました。

未来の子どもたちに引き継いでいける松戸を構築していきましょう。

微力ながら「松戸くらしの助っ人」も頑張っていますので、これからも「松戸くらしの助っ人」の活動にご協力をよろしくお願い致します。

みんなてワクワク 研修バス旅行

11月11日 晴天、みんなのワクワクを乗せて定刻通り新松戸を出発!! 順調に海ほたる」に向かいました。車内では、クーポンをいただき、喜びの声が溢りました。「海ほたる」に到着!! 青い空、青い海、心地よい潮風を味わいながら散歩をしたり、早速クーポンを使ってお土産を買ったり、海ほたるをそれぞれに満喫しました。再びバスに乗り込み、目的地「マザー牧場」へ。到着後すぐに、みんなとびきりの笑顔で集合写真を撮影。

羊のショーを見た後は、楽しい食事の時間に。レストランに入ると、用意されている食事の豪華さに歓喜の声が溢りました。食後は、何人かのグループで自由行動。うさぎやヤギ、馬の動物に和み、山の斜面は一面季節はずれのピンクの花の絨毯という絶景、マザー牧場を余すことなく堪能しながら散策したり、小春日和の日差しの下でお話しながら花を咲かせて、お土産を楽しく選んだり、思い思いに楽しみました。あっという間に、帰る時間になりました。帰る頃には、お友達が増えて、まるで昔からの友人のような関係が出来上がっていました。

全員無事に新松戸に到着。別れを惜しみながら解散となりました。岩瀬さんと中山さん、下見に行かれた村田さんのご尽力で、楽しい一日でした。ありがとうございました。

(記 小野)



助っ人実地体験レポート まつど地域活躍塾

松戸市には、たくさんの市民活動団体が日々活動しています。そして、助っ人の会員さんもそうだったように「何かやってみたい!! お手伝いしてみたい!! 活動に参加してみたい!!」と思っている市民、在勤の方向けに、「まつど地域活躍塾」という講座が毎年開講されています。今年度は6期目、助っ人にも活躍塾の塾生さんが、体験してくれました。 それでは、活動レポートを報告します。



「まつど地域活躍塾 (第6期)」塾生の苅込快安です。

今年3月末で65歳定年退職となりました。その間、14回の引っ越しをし、この松戸での生活が人生で一番長くなりました。退職後は、何らかの形で地域貢献ができれば、という思いがあり、たまたま「松戸くらしの助っ人」で開催されているスマホ教室へ参加したのが最初のきっかけでした。副代表の薦めでまつど地域活躍塾(第6期)塾生となり、同じ志を持つ40名ほどの市民と知り合い、また、塾の講義では、松戸市の現状把握、地域活動への市民の参加状況を知る機会を得ました。

●なぜ 助っ人で体験しようと思ったのか？

これといった特技や資格がない私のような者でも何らかの地域貢献ができるのではないかと、草刈り(活動した日:9/9)及びガレージセールの売り子(活動した日:9/12)での実地体験を希望し、そのように受け入れていただきました。このNPOの事務所が住まいから歩いて5分ほどで便利だったのが一番の理由でした。(他に、岩瀬自治会様の活動にも参加させていただきましたが。)

●体験した感想は？

1日目は、草刈りのヘルプでした。作業範囲が広がったため1時間の予定が2時間になりました。綺麗になると気持ちがいいものです。2日目は、ガレージセールのお手伝いでした。年配者のご来店が結構あることに驚きました。隣接する松戸市新松戸支所でのグループ活動を終わった方々が定期的にいらっしゃって下さるそうです。ガレージセールの幟を立ててから来客が急に増え、「活動を認知していただく努力」の重要

今月の助っ人の窓は 苅込 快安さんです

苅込さんは、ある日助っ人に来られ、会員になっていただきました。明るく朗らかで、まわりを明るくさせてくれる方でしたし、「何かやってみたい!!」と希望にあふれていらしたので、「地域活躍塾」の受講をすすめました。塾の講義と実際の助っ人での活動の両立で、今までの生活とは一変されたでしょうけれど、楽しく活動されていて、こちらにも励みになります。2月に活躍塾を修了され、新たにご自身の目標を掲げられて、もっともつと松戸市を助っ人を盛り上げてくださること期待大です。

苅込さんは、毎週月曜日 助っ人にいらつしやいます!!
週のはじめ、苅込さんから元気パワーいただいでくださいな



性を改めて感じました。野菜類を福島から宅配便で当日朝、受け取って販売する方法を採っており、新鮮な農産物はガレージセールの目玉品・必須アイテムであることを知りました。

草刈り作業 会社勤務なら休憩時間とかの労働条件が決まっていますが、こういう活動では制限時間内での作業完了が最優先になりますので勝手が違います。

ガレージセール 品物はあるのですが、広げられる台がないことやスペースが狭いという物理的な制約がある中で皆さんよく工夫されていました。

● 要望、意見

「自助」「互助」「共助」及び「公助」のうち、当NPOが支援するのは「自助」「互助」の範囲が基本となっているのですが、どこまで援助するのかの線引きが難しいと感じました。介護保険制度ができてからは、自己負担に関して、場合によってはこのNPOを利用する方が高額になってしまうようです。市の援助は受けておらず、更にこれといった大きな資金源がないNPOにとっては利用料金を下げるにも限界があるのでしょうか。将来的には、知恵を絞って、市民有志によって「お金に頼ることなく生きていく方策」が策定できるようになったらいいのかなと思いました。また、資格を有しない人材でも気軽に活動に参加するスキームづくり、活動に必要な資格取得に関する行政からのバックアップ、そういうものがあると市民活動が更に充実するのではないのでしょうか。ベビーシッター、犬の散歩、墓参りの代行などにも潜在ニーズがありそうです。支援を受ける側と提供する側との調整がスマホのマッチングアプリでできるようになると活動の調整もし易くなるのでしょうか。将来を担う若者にとって大切な〈資源〉は、高齢者の〈知識〉とこれまでの〈人生経験〉です。意識的に日本文化の継承を図っていかないといけない時代になってしまったようです。高齢者のあなた、出番ですよ!

松戸の市民活動を知ろう



今回は、助っ人と同じくらい長く活動されている団体「メイック松戸ビューティフル」をご紹介します。

今回は、11月27日に3年ぶりに開催された松戸駅周辺ポイ捨てウォッチングに参加してきました。

朝6時松戸駅西口集合 すでにデッキには数百名の人だかり

ゼッケンをつけ、軍手、トンガを持ちグループに分かれて、ゴミ拾いスタート!

今回は、市役所廃棄物対策課と連携してのイベントでしたので、ゴミの種類と個数をカウントしながらの作業でした。指定されたコースは西連寺から江戸川沿いを春雨橋方向に宝光院の住宅街でした

駅前のゴミとは違い、やはり吸い殻が多かったです。収集後は臨時集積所に置き作業終了いつものゴミ拾いとはまた違った体験ができました。

一度ゴミ拾いをやると、地面に落ちているゴミがぐく気になるようになります。自分もひよつとするとポケットから何かしら落としているかもしれません。みなさんも一度ゴミ拾い 体験されてはいかがでしょう

(記 村田)

そば・うどん
けやき庵
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**
出前も 承ります

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

助っ人 研修会

介護予防は笑いから

2023年1月28日(土)9:30~12:00

幸谷ふれあいホール

松戸市幸谷 字宮下613-1

参加費
無料



中村 たかのり
(浮世亭小凡)

新春新年会

皆さんが抱えるいろんな お悩みお手伝いします
助っ人では そのお悩みが 解決に向かうよう
お手伝いさせていただきます
税理士の田村 淳先生・行政書士の本宮 雅之先生をお招きし
これから起こりうる事や、気を付けることなどを伺いたいと思います。
そして、後半は中村たかのりさん(浮世亭小凡)を迎えて
「介護予防は笑いから」落語で介護予防講座をやっていただきます。
たくさん笑って、身体を動かして、楽しみましょう!

●定員 50名 (電話で受付、先着順)

主催:松戸くらしの助っ人 申込み: ☎ 047-340-3314(月~金9:30~16:00)

♡ 賛助会員・ご寄付のお礼 ♡

いつも「松戸くらしの助っ人」を応援
して頂いてありがとうございます。
今年度の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ますお礼を
申し上げたいと思います。(お名前は、敬称
略、あいうえお順です)

◎ 個人会員

影山 貴大

◎ ご寄付いただいた方

笠原 千鶴子 谷口 玲子

富山 益代 山田 峯子

山田 實

廣瀬 享哲(野菜提供)

川口 柳太郎(吹き矢助っ人クラブ)

ガレッジセール

助っ人の支援を充実させるために、当法人の理
念をご理解いただき、あなたの援助が必要です。
ご支援をよろしくお願いします。

●寄付金:一口 3,000 円(一口以上お願いします。)

郵便振替口座(通常払込み)もしくは、ゆうちょ口
座への送金をお願いします。

通常払込みは、窓口・ATMでは、「料金払込人負担帳
票」なので、手数料がかかります。

「ゆうちょダイレクト、ゆうちょ通帳アプリ扱い」を
利用すれば、月5回まで無料です。

●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:10510-6983354 もしくは
ゆうちょ銀行〇五八店 6983354 のどちらかの
口座に送金して下さい。

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



編集後記



冬は来たる春のために、エネルギーを蓄える時期
と、先日冬養生講座で教わりました。
季節にあわせて食事をとると、朝の活力が違うと
最近実感しています。新しい年毎年何かしら
始めたいと思いながら続かない 今年こそ
「継続は力なり」を実現させたいものです。

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

