



(公社)佐倉市シルバー人材センター ホームページ

ハローシニア佐倉

(公社)佐倉市シルバー人材センター

順調です！

定期便の実験ウェブ配信 白井・千代田地区で開始



定期便配達方法を見直す上で、ウェブ媒体の活用はデジタル化社会の時代にあつては有力な選択肢です。そこで、この手法の導入によって生じる問題と課題を探るのに、この4月より実験配信をはじめました。



第一期では、白井・千代田地区の班長に9月までの6ヶ月間、定期便はSSJJCのウェブサイトに一読してもらいます。Smile to Smileに登録済の班長へは、ウェブサイトのデータ更新をメールで知らせます。定期便を一読した後は、調査票の設問項目への回答とご意見等を毎月寄せてもらいます。

第二期では配信対象を同地区の一般会員に拡張した配信を予定します。これ等の結果を分析、評価し、定期便ウェブ配信の目処が立つてこの方式への変更が決まると、すべての会員を対象にした本格的な定期便ウェブ配信のはじまりです。公開中のウェブサイトは誰でも閲覧出来ます。今の時点では、広報紙や案内等は紙面と同じ形式で公開されていますが、スマートホンやパソコンでの閲覧に適した形式に進化すると見易くなります。その一方で、事情によりウェブ配信を希望しない会員には紙面による定期便配付を継続しますので、ご安心ください。

定期便ウェブ配信には紙面印刷、仕分け・封入に要する経費の大幅な節減効果があり、地区役員と班長には定期便を訪問配付する負担はありません。今回の実験から上手に進化して本格的なウェブ配信に進化することに期待がかかります。

取材担当／徳野 廣一グループリーダー

活動再開！

地区研修会レポート《白井・千代田地区》

コロナ禍で停滞していた当センターの活動も順々に復活です。地区研修会もそのひとつです。白井・千代田地区では、令和6年5月14日に、佐倉市白井西地域防災集会所でもある白井田自治会館にて開催し、40名の会員が集いました。



地区役員と班長は9時30分に集合し、地区長の総合指揮の下に朝礼です。その後、駐車場誘導・整理、会場設営、受付・会計、物品調達の各作業班に分かれて準備は進みます。10時30分に受付は開始。定刻になって開会が告げられ、安全唱和、地区長挨拶、会長挨拶と続いて本題に入りました。

第一部の主題は『認知症』です。厚生省の最新推計では、2040年には高齢者の7人に一人が認知症です。この現実に向き合う手掛かりにと、講演と体験の組合せです。第一幕は佐倉市役所高齢福祉課より講師を招いて認知症予防の講演です。脳の血流を活発にして働きを活性化させると脳内に老廃物が溜まらず、認知症を予防する、或いは発症は遅くなることでした。予防に効果的なのが「有酸素運動」、「二つのことを同時に行う」、「抗酸化作用のある野菜・果物・魚を食べる」そして、「人と会って話をすること」です。



講演「認知症予防」

第二幕は体験です。75才以上の高齢者の運転免許更新では認知機能検査が必須です。警視庁公開資料を使用して、これを疑似体験します。4枚の絵を1分間で記憶することを続けて4題。その後、記憶した16枚を3分で思い出すことに集中します。「時間切れ！」の合図に「えい」や「うらー」などのつぶやきも。採点は自分でします。試験の締め括りで印象に残ったのが、自動車運転時の右足の位置は、高齢になると無意識のうちに、右側に広がる話です。高齢者がアクセルとブレーキを踏み間違える事故の原因のひとつです。右足の位置に注意です。認知症への理解を深めて第一部は終了です。



疑似体験『認知機能検査』記憶した16枚の絵を3分間で思い出す



疑似体験『認知機能検査』4枚の絵を1分間で記憶

ボランティア清掃に参加しましょう



朝の清々しい空気を吸って、仲間と語り合い、そして我が町をきれいにしましょう

次のボランティア清掃の日時と場所は、定期便の封筒に記載されています。



志津北地区

第二部は懇親会です。白井・千代田地区で取組み始めた定期便の実験ウェブ配信の話で気分を変えて、次のお楽しみ抽選会で盛り上がりました。

本抽選は空くじなしで、お米2kg、メロン、小玉スイカ、水羊羹のいずれかが当たりました。この後、残り福が振舞われました。当選番号が告げられる度に歓声と拍手がわき起こり、準備した景品はすべて会員の手に渡りました。

議事は順調に進み、この研修に関するアンケートへの協力をお願いして午後2時過ぎに散会となりました。アンケートの結果、研修会の全体評価として『よかった』との回答は、第一部は79%、第二部は72%でした。



お楽しみ抽選会 豪華な残り福を抽選



お楽しみ抽選会 本抽選で大当たり

『認知症』への関心はとて高いなと感じました。周到に準備をされた地区役員と班長の皆さま、お疲れでした。

取材担当／徳野 廣一グループリーダー

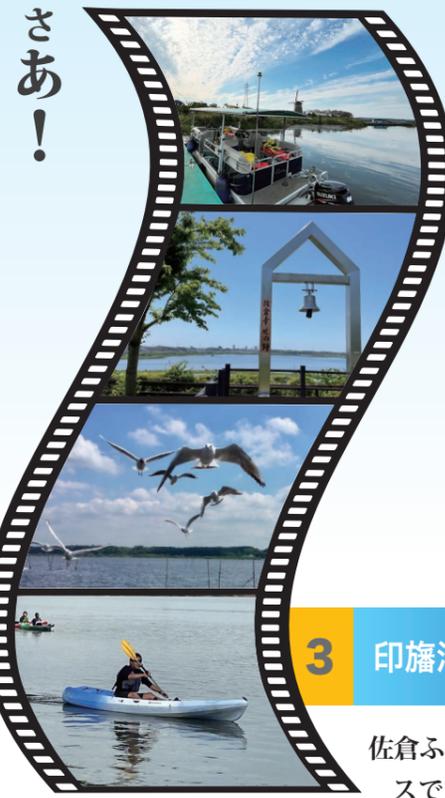


動画でご覧いただけます

印旛沼おもしろゼミナール No.5 拡大版

わたしは、印旛沼観光船のガイド兼助手として長い間乗船していますが、地元佐倉市の方の乗船が意外と少ない様に思います。今年、春の佐倉チュールリップフェスタでも、その傾向でした。そこで、今回、佐倉ふるさと広場を出発点とした楽しくなる様なプランを考えてみました。地元佐倉の方、身近な佐倉ふるさと広場、印旛沼に遊びに来てください。お待ちしております。

印旛沼をもっともっと楽しもう！



「佐倉ふるさと広場」から、どこを目指そうか！どこで遊ぼうか！

身近かな印旛沼を徹底検証

佐倉ふるさと広場から出発して楽しむコースをいろいろ考えてみました。まず、一番目として、観光船に乗船して船から周囲の景色を眺め楽しむコースを考えました。二番目に、佐倉ふるさと広場からスタートするサイクリングです。佐倉サイクリングマップを見て、印旛沼サイクリングロードでチャレンジしてみたらどうですか。三番目に佐倉ふるさと広場から散策、ハイキングするコースです。佐倉ふるさと広場から、佐倉草ぶえの丘、市民の森、旧増田家住宅、サンセットヒルズ、野鳥の森までの散策、ハイキングが楽しめます。最後に、佐倉ふるさと広場の四季折々のイベントを楽しめます。春4月の佐倉チュールリップフェスタ、7月風車のひまわりガーデン、10月のコスモスフェスタです。

書き忘れるところでした。その他に8月に印旛沼から打ち上げる、佐倉花火大会もあります。打上地点は佐倉ふるさと広場近くです。楽しむところいっぱい、佐倉ふるさと広場には是非寄ってみてください。お待ちしております。

取材担当/広報委員 嶋崎 金次

1 観光船に乗船、キョロキョロして楽しもう

乗合船

四季のイベント開催時、土日祝に運航します。西印旛沼周回40分(乗降含めて)
(料金)中学生以上1000円、小学生500円、定員10名(変更場合があります) 出航時間—9:30から14:30まで二艘で8往復予定、増便もあり。



渡し—実際の運航所要時間は約15分。イベントのない土日(イベント開催時と12月~2月は運航中止) ふるさと広場棧橋からサンセットヒルズ下棧橋まで一日3往復(一艘、観光船を運航) 料金、中学生以上、片道300円、往復500円、小学生片道150円、往復200円

佐倉ふるさと広場発	11:30	13:30	15:00
サンセットヒルズ下棧橋	12:00	14:00	15:30



2 サイクリングロードを走ろう

佐倉ふるさと広場からスタートするサイクリングです。佐倉サイクリングマップを見て、西印旛沼周遊コース(1周15km、約90分)にチャレンジしてみたらどうですか。佐倉ふるさと広場にはレンタサイクルサービスもありますので気楽に楽しんでください。最寄りの貸出先、佐倉ふるさと広場(043-486-8898) お問い合わせ、公益社団法人佐倉市観光協会



3 印旛沼周辺を散策しよう

佐倉ふるさと広場から散策するコースです。佐倉ふるさと広場から、サイクリングロード、佐倉草ぶえの丘、市民の森、旧増田家住宅、サンセットヒルズ、野鳥の森までの散策、ハイキングが楽しめます。ふるさと広場棧橋からサンセットヒルズ下棧橋まで、観光船の渡しを利用する方法もあります。(イベントのない土日のみ運航)



4 ふるさと広場のイベントを楽しもう

春—佐倉チュールリップフェスタ オランダ風車がシンボルの佐倉ふるさと広場では、一面のチュールリップ畑が広がります。珍しい品種含め約100種・70万本のチュールリップが咲き揃います。(2023年)

夏—風車のひまわりガーデン
オランダの画家「ゴッホ」にちなんで命名されたひまわりの品種「ピンセント」、約1万5千本が咲き揃います(2023年) オランダ風車と青空を背景に、印旛沼湖畔に広がる一面のひまわりをお楽しみください。

秋—佐倉コスモスフェスタ (50万本、2023年)

