



(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

B まるで秘密の花園

一步園内に入ると、そこはまるで秘密の花園。色とりどりのハーブが織りなす風景は、訪れる人を優しく包み込みます。

春には、様々なハーブが芽を出して、園内を彩ります。

夏には、ブルーベリーやラベンダーが咲き誇り、甘い香りが漂います。

秋には、ハーブを使ったリース作りや、紅葉を楽しむことができます。

冬には、寒さに強いハーブが冬景色の中でひととき美しく見えます。



オミナエシ



エキセナ



タンジー

C 五感で楽しむハーブ体験

佐倉ハーブ園の魅力は、五感でハーブを楽しむ点です。

視覚：色鮮やかなハーブの花々や、緑豊かな葉っぱが視覚を刺激します。

嗅覚：ラベンダーの甘い香り、ミントの爽やかな香りなど、ハーブの香りが五感を満たします。



ワイルドストロベリー



カレーブランド

◆ イベントの詳細など詳しくは、佐倉ハーブ園ホームページをチェック！ ◆

ハーブの香りに包まれて、心も体もリフレッシュ

触覚：ハーブの葉っぱに触れたり、アロマテラピーで香りを楽しんだり、触覚でハーブを感じることができます。



味覚：ハーブティーやハーブを使った料理を味わい、ハーブの風味を楽しむことができます。

D ハーブを学ぶ

園内には、薬用植物や香りのよいハーブなど、様々な種類のハーブが栽培されています。

ハーブの種類や特徴について学べる解説板が設置されており、植物の知識を深めることも可能です。



ブルーベリー



園内マップ図

E 心身のリフレッシュ

園内にある「sakuraヘルシーテラス」では、ハーブ園を眺めながら、野菜たっぷりのヘルシーなランチや、ハーブティーを楽しむことができます。日常の喧騒を離れ、心身のリフレッシュに最適です。

今日の「sakuraヘルシーテラス」のランチメニュー



F ワークショップで創造性を育む

季節ごとに、ハーブを使ったクラフト作りや、アロマテラピー体験など、様々なワークショップが開催されています。自分だけのオリジナル作品作りを通して、創造性を育むことができます。



「sakuraヘルシーテラス」全景

G 地域に根ざしたハーブ園

佐倉ハーブ園は、地域住民のボランティアの協力によって支えられています。

植物に興味のある方は、ぜひボランティアに参加してみませんか？



ハーブティでひと休み

H まとめ

佐倉ハーブ園は、自然の中で癒しを求めたい方や、ハーブについてもっと知りたい方におすすめです。

四季折々の美しい花々や、香りのよいハーブに囲まれ、心身のリフレッシュをしてみませんか？



コモンセージ

◆アクセス

車：佐倉 IC から 10 分
公共交通機関：京成佐倉駅または JR 佐倉駅から、ちばグリーンバス（第三工業団地行き）「木の子神社」下車徒歩 1 分。

◆営業情報

開園時間：10:00～16:00
定休日：土・日・祝日（※イベント時開園）
駐車場：10 台 入園料：無料

佐倉・和田地区

日時：令和6年5月20日 9:30～
場所：センターワークプラザ2階

開会の辞(岡本副地区長)

挨拶(志田地区長)

事務局挨拶(新保副会長)

講演：ヤクルト株式会社 後藤様(福岡出身)

研修会 報告

根郷・弥富地区

5月11日(土) 根郷・弥富地区の研修会を、南部福祉センターA棟大広間にて開催しました。コロナ禍の長い自粛期間を経て4年ぶりの開催となりました。

参加者は田中会長、尾形事務局長を含め34人でした。

10時から、新保根郷・弥富地区長の開会の挨拶ののち、第一部では、特別養護老人ホームちとせ小町の事務長の高寺武様による「高齢者の屋内での事故防止」について講演して頂きました。

講演の趣旨は、① 65歳以上の方の事故発生場所は、77%が住宅内で発生していること。

② 65歳以上の方で、住宅内で事故が起こりやすい場所は、居間でその発生率は45%であること。③ 65歳以上の方の住宅内の事故のうち、1位は転落で30%、2位は転倒で22%であること。なので、階段などからの転落、段差のある場所での転倒に注意する様にとのことでした。

講演の後、研修会第二部が開催され、松橋副地区長の安全標語唱和、田中会長の挨拶、そして尾形事務局長の挨拶とセンターの現状報告が行われ、その後懇談会がスタートしました。

懇談会ではお酒はありませんでしたが、皆さんそれぞれ和やかに談笑されていました。

今回は参加人数が少なかったため、自己紹介をしていただき、顔と名前を覚えていただきました。

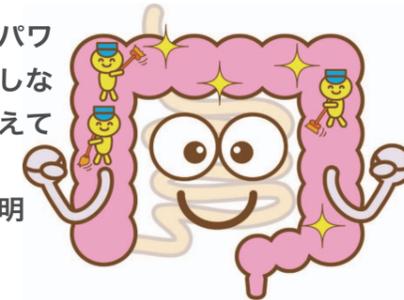
第二部の締めは、恒例のビンゴゲームで楽しみました。景品は全て多古米で、2キロ入り、1キロ入り、450グラム入り、全員に当選するようにしましたが、通常のビンゴと違い、景品はランダムに渡るようにしたので、大いに盛り上がりました。

研修会は、新保地区長の閉会の辞で終了となりました。久しぶりの研修会に参加者の皆さんが楽しんでいただけたと思います。

副会長 新保 暉

テーマ 「腸の元気はからだの元気」

講師の後藤様は、パワーポイントを使用しながら、クイズを交えて腸の健康の重要性をわかりやすく説明されました。



主な内容

小腸の役割：6mの長さがあり、消化や栄養吸収を担います。

大腸の役割：1.6mの長さがあり、主に水分吸収と便の形成を行います。

免疫の役割：NK細胞が免疫機能を支え、乳酸菌がその活性化を助けます。

まとめ

「食べたら出す」健康な腸を目指しましょう。

腸内環境を整え、免疫力を高めることが大切です。

ヤクルト試飲と昼食会

講演後、参加者全員でヤクルトの試飲を行い、その後、昼食会が開催されました。お弁当と会話を楽しみ、抽選会も行われ、皆が思い出深いひとときを過ごしました。

最後に

今回の講演を通じて、腸の健康が生活の質を向上させることを実感しました。これからは、食生活に気をつけ、質の良い睡眠を心がけることで、より充実した生活を送りたいと思います。

常務理事兼事務局長 尾形 和行

新委員長就任のご挨拶

総務委員会

委員長
新保 暉



6月の理事会で総務委員会の委員長を拝命致しました新保暉です。

総務委員会は、委員長(会長)の指示に基づき経営上の諸課題や経営計画実現のための諸問題の協議等を行う委員会です。

具体的には、経営目標(中期・短期)の進捗チェック、フリーランス新法及び新契約方式やハラスメント問題等の課題並びに、地域班活動の在り方等について協議を行う委員会です。

当面の課題は、今年の11月から施行されるフリーランス新法への対応です。委員会として、早急に協議の上10月の理事会に提言致したいと思っております。

会員の皆様には、ご理解ご支援の程よろしくお願ひ申し上げます。

会員拡大委員会

委員長
腰原 秀樹



今般、会員拡大委員会の委員長に就任しました腰原秀樹です。会員の皆様のために以下の通り尽力いたします。

1. 魅力あるシルバー人材センターの構築を目指します。
2. 最近の経済状況から不景気になる懸念及び企業における定年延長等により、シルバー人材センターを取り巻く環境はますます厳しくなっています。会員の就業先を確保するために各就業先との取引深耕を図ると共に新規就業先の開拓に努めます。
3. 会員が気持ちよく安心して就業できるようにすることが会員拡大に繋がります。引続き、会員が安心して就業できるよう努めます。
4. 中長期計画達成に向けて会員拡大の施策の検討及び過去の施策を検証し、より有効な方法を検討し実行していきます。

就業開拓委員会

委員長
山田 常夫



皆様こんにちは。この度就業開拓委員長を任命頂きました佐倉・和田地区の山田常夫と申します。

就業開拓委員長3年目となりますがなかなか思ったような成果は出せません。

今年度新たに柴副委員長が加わり委員会の仲間と前に進めて参りますので宜しくお願い致します。

私たちのモットーは、新入会員さんから『シルバーに入会して良かった』、『仲間ができて第二の人生を有意義に過ごせ佐倉市民(お客様)のお困りごとのお手伝いが出来れば幸い』と思っ頂けるような活動をしていきます。

就業開拓のターゲットは以下の通りです。

1. 佐倉市の工業団地事業所からの受注獲得。
 2. 公共機関・団体(市役所、観光協会、商工会議所など)
 3. 病院・介護施設などからの受注獲得。
 4. 教育施設(学童保育、学校法人の環境管理、調理補助など)
 5. 植木、草刈り、草取り、生活支援顧客の掘り起こしなど。
- 今後とも会員の皆様のご協力を宜しくお願い致します。

女性委員会

委員長
海老沢 猛



当センター女性委員会はこの6月新たにスタート、その目的は「事務局だより」7月号でお知らせしていますが、さらに目指すところは女性間だけでなく世代や地域を超え、幅広い交流やイベントを通じ、何かしらの輪が広げられることへのきっかけやお手伝いを女性委員会の目標としたいと考えています。

部会から委員会になり、人員も拡充され、組織上はほかの委員会と同列となりましたが、今は櫓で沖へ漕ぎ出す前の風を待つ小舟に乗り始めた最中にあります。

現在、324名(8月現在)の女性の方が登録してくださっています。

全会員の31%にあたりますが、女性会員の方々にはことさら日々のくらしの中楽しさや潤いが感じられるような取り組みをしたいと思ひます。

次回、女性委員会の活動をお知らせする際には、個性も想像力も豊かな魅力溢れるメンバー紹介をしたく、さて可能かどうか、お楽しみに！

広報委員会

委員長
辰巳 くにか



はじめまして。この度、新たに広報委員長を務めさせていただくことになりました辰巳くにかと申します。

これまでは女性部会での活動を通じて、多くの方々と関わらせていただきましたが、今回、広報という新しい役割をいただくことになり、大変光栄に思うと同時に、果たして十分に務められるかどうか、不安な気持ちも抱いております。広報活動は、佐倉市シルバー人材センターの活動を会員の皆様に広く知っていただく重要な役割を果たすものと考えております。その責任の重さを感じながらも、広報委員会のメンバーの皆さんと協力し、共に学びながら進めてまいりたいと思っております。

また、メンバーの皆様の声をお大切にしつつ、情報をより分かりやすく、親しみやすい形で発信していくことを目指してまいります。広報活動を通じて、佐倉市シルバー人材センターの魅力さをさらに引き出し、多くの方々に共感していただけるよう努めてまいります。何卒よろしくお願ひ申し上げます。

ハーブの香りに包まれて
心も体もリフレッシュ

佐倉ハーブ園・薬用植物園



春には色とりどりの花が咲き、夏には爽やかハーブの香りが漂う佐倉ハーブ園。7月下旬、佐倉ハーブ園を管理している香取さんに園内を案内していただきました。

取材担当/広報委員 鶴崎 金次

体験記

次ページに続きます→

A 五感で楽しむ!

心やすらぐ佐倉ハーブ園の世界

千葉県佐倉市にある佐倉ハーブ園は、四季折々のハーブが咲き乱れる、心癒される空間です。約5,000平方メートルの広大な敷地に、1,000種類以上のハーブが植えられており、五感で植物の世界を堪能できます。



ルドベキア・フルギダ