

／ 皆さんの声に少しでも応えたい！ ／



◀ 社協のマスコットキャラクター ハーティちゃん

ちばし 社協

SHAKYO

だより

DAYORI

<https://chiba-shakyo.jp/>



Vol. 134

2026.9

千葉市社会福祉協議会(略:社協)は、社会福祉法に基づき、お互いに支え合い、誰もが住みやすい地域の実現を目指す、住民による住民のための地域づくりをお手伝いする民間福祉団体です。

地域・子ども食堂Cocotte(ココット)

「地域ふくし力アップ助成金」を活用した取組み

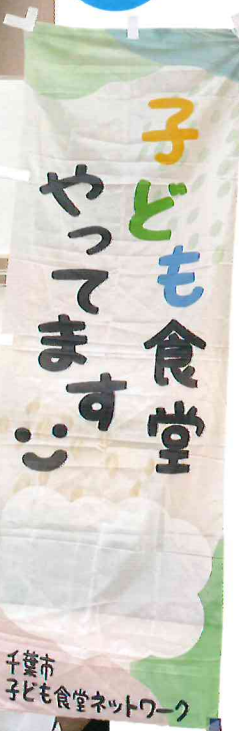
詳細は
2ページで
紹介



ある日のボランティアスタッフのみなさん



このメンバーのほかにも、たくさんの方が活動しています！



▲ある日のメニュー(チキンライス)



▲ある日のデザート(ショートケーキ)

contents

- P.3 いきいきプラザ 新規事業紹介「かよってフレイル予防」/
檣橋高校といきいきプラザの福祉人材育成
- P.4-5 こんにちは!地区部会です。/ ボランティア講座のご案内

- P.6 赤い羽根共同募金
- P.7 賛助会員・寄附者の紹介 / 買取大吉モノ募金開始の紹介
- P.8 求人インフォメーション / かんたんに作れるヘルシー料理



千葉開府 900年

千の葉に 時を刻んで 900年

この広報誌は赤い羽根共同募金の配分金により発行しています。

「いただきます」から始まる、みんなの居場所 地域・子ども食堂Cocotte(ココット)の活動!

毎月変わる
メニュー



1月のごはん



2月のごはん



6月のごはん

地域・子ども食堂
Cocotteに関する
お問い合わせ先
ホームページ



地域・子ども食堂Cocotteって?

本会の「地域ふくし力アップ助成金」を活用して始まった地域・子ども食堂です。地域のボランティアの皆さん、地域の企業や協力者の皆さんに支えられながら活動しています。毎月メニューが変わる、手作りの温かいごはんを提供しています。

「Cocotte」は、フランス語で「小さな鍋」という意味。ひとつのお鍋を囲むように、ほっとできる居場所という意味が込められています。

【場 所】高洲コミュニティセンター3階 調理室

【日 時】毎月第2金曜日 16時頃から無くなるまで(40食程度提供)

【参加費】子ども100円・大人400円(事前申し込み不要)



地域ふくし力アップ助成金って?

地域で「こんなことができたらいいな」「みんながもっと暮らしやすくなる活動を始めてみたい」という思いを応援する助成金です。地域住民やボランティア団体などが行う、新しい地域福祉活動や地域課題の解決に繋がる取り組みに活用できます。「自分たちの活動でも使えるかな?」「何から始めたらいいの?」と思ったら、各区事務所のCSW(コミュニティソーシャルワーカー)にご相談ください。CSWは、地域活動や助成金の活用について一緒に考え、皆さんの活動をサポートします。まずはお気軽にご相談ください。

Cocotteのこれから

一緒に食べるごはんは、一人で食べるよりもっとおいしい。

子ども食堂は、支援する人・支えられる人に分かれる場所ではありません。子どもも大人も、年齢や国籍、文化的な背景にかかわらず、誰もが気軽に集い、地域みんなで支え合う場所です。

初めての方も、おひとりでも大歓迎です。「ちょっと行ってみようかな」と思ったその日が、新しい繋がりの始まりかもしれません。ごはんを囲みながら、笑顔あふれるひとときを一緒に過ごしましょう。

これからも、誰もが安心して「また来たい」と思える温かな居場所を地域の皆さんと一緒に作っていききたいと思います。

ぜひお気軽に遊びに来てください。皆さんにお会いできることを心より楽しみにしています。



アクセス

高洲コミュニティセンター 3階調理室

千葉市美浜区高洲3-12-1 (JR京葉線 稲毛海岸駅から徒歩3分)

バスでお越しの方

JR総武線稲毛駅より、京成バス千葉セントラルにて稲毛海岸駅で下車、徒歩3分

お車でお越しの方

国道14号・357号 稲毛浅間神社前交差点から海浜松風通りに入り、約6分(駐車場あり)



いきいきプラザ

新規事業紹介「かよってフレイル予防」

いきいきプラザでは、フレイル予防の3本柱である『栄養(口腔)・身体活動・社会参加』を楽しみながら学べる全6回の教室をスタートしました!!

今回は各区のいきいきプラザで6~7月に実施した第1回の様子をご紹介します。



身体活動を高めるための運動

無理のない範囲で楽しく体を動かしながら、筋力の維持・向上を目指します。



社会参加・交流の促進

健康テレビゲーム体験を通して自然と会話も生まれます。

各区健康課と連携した
栄養講話や口腔講話

栄養士から献立作り体験を通しての栄養学、歯科衛生士からかむ力や飲み込む力を鍛えるお口の体操や口腔ケアの方法を学びます。



かよってフレイル予防事業

体やお口の運動、専門職による講話、脳トレ・レクリエーションを通して、身体・栄養・口腔機能向上、認知機能低下予防を目指します。

対象 市内に住民登録のある60歳以上(各コース開始月の1日時点)で、職員の補助なく参加可能な方

申込 第3回の募集は12月の市政だよりに掲載予定です。
(第2回は募集終了)
(各区「いきいきプラザ」へ電話またはFAXにて受付)

利用者のみなさんの声

ドキドキしながら
参加しましたが、
体操やゲーム等
楽しくできました



自分にとって新しい
ことばかりで、
大変勉強になりました

学校での「学び」を、地域で「経験」に
懐橋高校といきいきプラザの福祉人材育成

「学校で学んだ福祉を、実際の現場で経験してほしい」—そんな思いから、花見川いきいきプラザと懐橋高校の連携が始まりました。

きっかけは、いきいきプラザのフェスティバル。生徒が授業で学んだハンドマッサージを来場者に行い、その後、デイサービスセンターでの実習へと活動が広がりました。実習では、車いすの操作や更衣介助など、介護現場なら

ではの経験を重ねています。

実習やイベントボランティアを通じて高齢者や認知症の方への理解を深め、地域で支え合う人材の育成に繋がっていくよう、今後も高校との交流や実習の受け入れを継続し、地域と福祉現場、学校が力を合わせながら未来の福祉を担う人材を地域で育てる取り組みを進めていきます。



こんにちは！

ちくぶかい
地区部会

第9回

ちば中央地区部会、こてはし台中学校区地区部会、千草台中学校地区部会

中央区

青葉町の一部、旭町、市場町、亥鼻、葛城、亀井町、亀岡町、中央、鶴沢町、道場南、長洲1丁目の一部、東本町、本町

ちば中央(ちばちゅうおう)地区部会

● 設立年月日：昭和57年12月12日

敬老・歌と踊りの集い(毎年10月頃開催)

今年で36回目を迎える歴史ある活動です。



千葉市文化センターアートホールを舞台に、昨年は25組の出演者があり、それぞれ自慢のカラオケ、日本舞踊、フラダンス、手品など、盛り沢山。

出演者は半年前から集まり、練習を開始。当日は約200人のお客様で会場が賑わうなか、素敵なパフォーマンスを披露。

この集いと、それにかかわる準備の過程は地域での仲間づくりに一役買っています。

イチオシ事業

- 子育てサロン(おしゃべりしません会)
- 福祉作業所での作業のお手伝いや夏祭りのお手伝い
- ふれあいいきいきサロン

総勢150人超！大規模ボッチャ大会

東京オリンピック・パラリンピックに先立ち、年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に楽しめるスポーツ「ボッチャ」に地域福祉の可能性を見出し、地区部会でボッチャ競技用品を購入しました。使用を希望する町内自治会への貸出を行い、ボッチャの普及啓発に努めています。年に1度開催するボッチャ大会には、地域住民が150人以上集まり、誰もが優勝を目指して白熱のプレーで盛り上がります。

小学生・中学生も含めた、地域にとって貴重な多世代交流の場としてなくてはならないイベントになっています。



ひとこと

地区部会エリア内に文化センターがある等、恵まれた地域力を持つからこそ、今のうちに住民同士が顔見知りとなり、困った時に相談し合える関係を構築しておく。それが、いざという時に支え合える強い地域づくりの下地になります。今回紹介した活動も地域を支える一つの柱として機能することを目的として地区部会スタッフ一同取り組んでいます。

花見川区

活動区域

大日町、内山町、宇那谷町、横戸台、横戸町の一部、み春野

こてはし台中学校区(こてはしだいちゅうがっこうく)地区部会

● 設立年月日：昭和59年3月31日

特別支援学校の作業学習のお手伝い及び防災訓練への参加

障がい特性により登校先が制限されてしまう子どもたちと、地域との接点が薄れがちな現状に問題意識をもったことをきっかけに、2年前からこの活動を始めました。

活動を始めて、地域住民から「前からこのような活動がしたかった」と声が寄せられたのはとても嬉しいことでした。きっかけがあれば関心を持ってくださる地域住民の存在、受入れてくださった学校、子どもたちの存在が、活動を続ける大きな励みとなっています。



作業学習のお手伝いでは、石鹸や小物作りといった作業の中で、子どもたちが細かな作業に行き詰まったときは、地区部会スタッフが子ども達とコミュニケーションを取りながら、お手伝いします。また、防災訓練と一緒に参加した際には、炊き出しの方法を学んだり、防火服を着用しました。活動後には「子どもたちは優しいね」「楽しかった」「または是非行きたい」などの感想が寄せられ、地域住民への障がいに対する理解が少しずつ前進しているのを感じます。



活動後に子どもたちから届く心のこもったお礼の手紙は、活動を続ける上での原動力になっています。

イチオシ事業

- ふらあつとみ春野(ふれあい・いきいきサロン)
- 新年会食事会
- 令和8年度から開始した ふれあい・いきいきサロン
- ビアガーデン
- 地区対抗のボッチャイベント

ひとこと

- グループLINEを利用した地域間の情報交換(個人情報を除く)
- 地域の結束力が強く仲が良い
- 地域の行事への参加が積極的に行われている

です。

地区部会は、本会の趣旨に賛同し、その地域特有の福祉課題に対して、住民同士の助けあい・支えあいによるきめ細かな活動を行うために、地域で活動する団体や個人が横の連携をつくり、自発的に組織された団体です。市内では、現在、おおむね中学校区を単位として、67の地区部会が組織されています。

「こんにちは！地区部会です。」では、日々、様々な福祉活動に取り組む地区部会の活動をご紹介します。

お問い合わせ先：地域福祉推進班 TEL:043-209-8869

稲毛区

活動区域 千草台、萩台町、天台町、天台2～6丁目

千草台中学校(ちぐさだいちゅうがっこう)地区部会

● 設立年月日：昭和53年11月26日

ティータイムでお話を(毎月第2・4水曜日開催)

地域住民の高齢化をきっかけに、「皆さんの居場所」として平成13年に発足したサロンです。コロナ禍で活動が休止した時期もありましたが、地区部会スタッフと参加者の努力と熱い想いにより再開。常時、約20人の参加があります。

何と参加者の最高齢は97歳!!皆さんの励みになっています。

活動メニューのひとつ、皆さんで考える「間違い探し」では、答えを相談し合う中で自然と会話が生まれ、和やかな雰囲気の中、それぞれが思い思いのティータイムを過ごしています。



“白熱”グラウンドゴルフ(毎週火曜日開催)

20年前に発足したこの活動は、まずは活動前に皆さんで公園内の落ち葉清掃からスタート。

いざプレーが始まればお互い真剣勝負です。公園を広く使っていることから、小石が障害物になったり、草が生い茂っていたりなど…。多彩な表情をみせるなかなかの難コース。

最後にはスコアの発表があり、皆さんで健闘を称え合います。長年愛され、笑顔と活気があふれる憩いの場となっています。



イチオン事業

- シニアリーダー体操
- グラウンドゴルフクラブ
- ボッチャの会
- 老人憩いの会

ひとこと

これまで地区部会スタッフと参加者一同が楽しみながら、地域の居場所として歴史のあるサロン活動をともに紡いできました。

笑顔があふれる地域の憩いの場をこれからも続けるために、一緒に活動を支えてくれる方を大募集しています!

次回は26地区部会(若葉区)、平山地区部会(緑区)、幕張西地区部会(美浜区)を紹介します



各種イベント情報など

Information Platforms 情報プラットフォーム

ボランティア講座のご案内

※詳細は各ボランティアセンターにお問い合わせください。

講座名	内容	開催日時	会場	定員	申込先
知的障害の理解を深める体験講座	知的障害の疑似体験とお話を通して、知的障害のある方への理解を深めます。 ※市内在住・在勤・在学の高校生以上の方	10/13(火) 13:00~15:00	きぼーる15階 ボランティア活動室	20人	中央区 ボランティアセンター 043-221-2177
傾聴ボランティア入門講座	他者とのコミュニケーションを円滑にする傾聴の基礎的な技術を身につけ、ボランティア活動を始めてみませんか!	10/8(木)、 10/15(木) 10:00~12:00	若葉保健福祉センター 3階 大会議室	20人	若葉区 ボランティアセンター 043-233-8181
傾聴ボランティア入門講座	相手の話をよく聴き、受け止め、傷つけないように対応する「傾聴」の技法の基礎について学びます。	10/30(金)、 11/6(金) 10:00~12:00	美浜保健福祉センター 4階 大会議室	20人	美浜区 ボランティアセンター 043-278-3252



ありがとうございます。これからも一緒に。

赤い羽根共同募金



今年度も、あたたかいご協力をお願いいたします。

令和8年度 運動期間 令和8年10月1日～令和9年3月31日

「赤い羽根共同募金」は、全額が地元へ届く募金です。

いつも赤い羽根共同募金にご協力いただき誠にありがとうございます。

赤い羽根共同募金は「じぶんの町を良くするしくみ。」です。
約7割は千葉市内、約3割は千葉県内で、地域の子育て世代や高齢者の孤立を防止する活動、災害時に向けた資機材の整備、障害のある方の当事者団体の活動等に活用されます。

様々な形で募金をお願いしています

- 市内複数の町内自治会を通じたお願い
- 本会各区事務所にて現金での受付
- 区役所や本会各区事務所に募金箱を設置
- 街頭募金
- イベントでの呼びかけ
- インターネット募金

インターネット
募金やつかいみち
詳細はこちらから！

千葉県共同募金会
マスコットキャラクター「びわびよ」



つかいみちをご紹介します



▲ふれあい・子育てサロン
子育て世代の孤立防止に
繋がっています。



▲ふれあい食事サービス
一人暮らしの高齢者等を対象に
温かな食事と心のふれあいを
目的として実施しています。



▲子ども食堂

「助成金により、お米や食料を安心して購入することができました」



問い合わせ先

千葉県共同募金会 千葉市支会事務局(千葉市社会福祉協議会内)

TEL 043-209-8868

FAX 043-312-2442

日本国内でのボランティア活動中のケガや賠償責任を補償！！

令和8年度

ボランティア活動保険

商品パンフレットは
こちらから
(ふくしの保険ホームページ)



保険金額・年間保険料(1名あたり)

団体割引20%適用済/過去の損害率による割増適用

保険金の種類		プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン
ケガの補償	死亡保険金		1,040万円	
	後遺障害保険金		1,040万円(限度額)	
	入院保険金日額		6,500円	
	手術 保険金	入院中の手術	65,000円	
		外来の手術	32,500円	
	通院保険金日額		4,000円	
賠償責任	地震・噴火・津波による死傷		×	○
	賠償責任保険金 (対人・対物共通)		5億円(限度額)	
年間保険料			350円	500円

<重要>

- ◆基本プランでは地震・噴火・津波に起因する死傷は補償されません。
- ◆年度途中でご加入される場合も左記の保険料となります。
- ◆中途脱退による保険料の返金はありません。
- ◆途中でボランティアの入替や、ご加入プランの変更はできません。
- ◆ご加入は、お1人につきいずれかのプラン1口のみとなります。



ボランティア行事用保険

(傷害保険、国内旅行傷害保険特約付傷害保険、賠償責任保険)

送迎サービス補償

(傷害保険)

福祉サービス総合補償

(傷害保険、賠償責任保険、約定履行費用保険(オプション))

● このご案内は概要を説明したものです。詳細は、「ボランティア活動保険パンフレット」にてご確認ください。●

団体契約者

社会福祉法人 全国社会福祉協議会

〈引受幹事〉 損害保険ジャパン株式会社 医療・福祉開発部 第二課

TEL:03(3349)5137

受付時間: 平日の9:00~17:00(土日・祝日、年末年始を除きます。)

この保険は、全国社会福祉協議会が損害保険会社と一括して締結する団体契約です。

取扱代理店

株式会社 福祉保険サービス

〒100-0013 東京都千代田区霞が関3丁目3番2号 新霞が関ビル17F

TEL:03(3581)4667

受付時間: 平日の9:30~17:30(土日・祝日、年末年始を除きます。)

2026年5月～2026年7月

賛助会員・寄附者の紹介

敬称略。団体、法人は代表者名を省略、法人名は略称を使用させていただきました。個人、法人、50音順。

賛助会員のご紹介

ご支援・ご協力、ありがとうございます。

(福)あしたば中野学園	障害福祉サービス事業所 桜が丘晴山苑	軽費老人ホーム はつらつの里
稲川善文税理士事務所	(福)淑徳福祉会	(福)宝寿会
特別養護老人ホーム 小倉町いずみ苑	(福)勝曼会	軽費老人ホーム ほんだくらぶ
ケアハウスサニー秋桜	(医)千秋双葉会 幕張耳鼻咽喉科	(福)みらい工房
特別養護老人ホーム 恵光園	第212地区民生委員児童委員協議会	(福)山の神福祉会 特別養護老人ホーム アーバンライフ・ネクステ
(福)孝明会 特別養護老人ホーム 昌晴園	(福)千葉アフターケア協会 障害者支援施設ハビネス浜野	特別養護老人ホーム 裕和園
(有)高齢者介護センター グループホーム宮田	(一社)千葉市歯科医師会	特別養護老人ホーム ローゼンヴィラはま野

● 1万円以上のご協力をいただいた皆様を掲載させていただいております。● 町内自治会等は、住民会員のほか賛助会員としてもご加入いただいた団体のみ掲載しています。

会員募集中

未来につながる ささえ愛 たすけ愛
あなたも社協のサポーターになりませんかお申し込み・
詳細はこちらから

ご寄附のお礼

心温まるご寄附、ありがとうございます。

寄附種別	寄附者名
社会福祉 事業資金	行木 孝
	藤田 好司
	(株)いなげや千葉桜木店設置募金箱
	社協事務局設置募金箱
	(株)ニチレイ
	美浜区事務所設置募金箱
交通遺児基金	(株)ヤマノホールディングス
	匿名 1件
	伊豆 千昌
ボランティア基金	小松 栄美
	ダイセーロジスティクス(株)
物品	千葉市身体障害者福祉会
	(株)セブン-イレブン・ジャパン
	セブン-イレブン千葉白旗店
	マルハン千葉北店
施設運営寄附金	(株)安田屋



小松 栄美様(右から2人目)



(株)ヤマノホールディングス様(右)



千葉市身体障害者福祉会様(左)

新しい寄附方法

「買取大吉モノ募金」
を開始しました！ご自宅等に眠っている
モノをお売りください買取大吉が
査定・買取買取金額を
本会の社会福祉活動へ
寄附できますあなたの思いが
地域のチカラに

- 「買取大吉モノ募金」とは、株式会社エンパワーが運営する、買取専門店買取大吉(全国に1,900店舗展開)による、モノをお金に変えて寄附するプログラムのことです。
- ご自宅等に眠っているモノ(テレフォンカードや記念コイン、切手等)の買取金額を、本会が広く実施する社会福祉活動へ寄附することができます。
- 本プログラムは、買取大吉による出張買取サービスのため、品物を発送する手間や、外出する必要がありません。
- 本プログラムを利用いただくことで、新しい形で寄附をお受けすることができます。
- 買取大吉モノ募金の仕組み等、詳しくは下記からご覧ください。

買取大吉モノ募金による寄附の受付方法

買取大吉モノ募金専用ホームページからお申し込みください。また、買取大吉モノ募金専用ダイヤルもごさいます。

こちらの電話番号からお問い合わせや寄附申し込みすることも可能です。

買取大吉モノ募金
専用ダイヤルモノをお金に換えて寄附する
新しい支援のカタチ。

0120-752-888



▲ QRコード(社協ページ)

求人インフォメーション 常時募集しています!!

「ただいま!」と帰ってくる子どもたちの成長と一緒にサポートしませんか?

子どもルーム(学童保育)指導員・補助指導員募集!

業務内容 放課後や長期休業日(夏休み他)等に就労等により昼間家庭に保護者のいない小学生を対象に、授業が終わった後の遊び及び生活の場を提供し、児童の健全育成を図っています。

募集内容 指導員

応募資格 放課後児童支援員、幼稚園・小中高教諭、特別支援学校教諭、保育士、社会福祉士の有資格者。放課後児童支援員認定資格研修の受講要件を満たす方。特定性犯罪の前科がないこと。

待遇 月額233,730円、通勤手当(本会規定内支給)、その他諸手当、社会保険完備。経験年数に応じて経験加算給有。

勤務日 月曜日～土曜日(祝日、年末年始を除く)の中で週5日間のローテーション勤務。勤務曜日指定不可。

募集内容 補助指導員

応募資格 資格・経験不問。ただし特定性犯罪の前科がないこと。

待遇 時給1,348円、通勤手当(本会規定内支給)、時間外手当、労災保険。経験年数に応じて経験加算給有。

勤務日 月曜日～土曜日(祝日、年末年始を除く)の中で週2～3日間のローテーション勤務。勤務曜日指定不可。

指導員・補助指導員 募集共通

勤務地 本会が運営する子どもルームのいずれか。(配属後に異動する場合あり)

勤務時間 ●平日 A)11:30～19:00 B)12:30～18:30
●(シフト制)土曜日 A)8:00～19:00
B)11:00～19:00

長休日等 7:45～19:00の中でシフト制。

雇用期間 採用日～3月31日(更新あり)満70歳以降の雇用契約の更新はありません。

※応募方法など詳細については、お気軽にお問合せください。

問合せ先 児童育成課 ☎043-209-6055
(土日・祝日・年末年始を除く9:00～17:00)



社協の管理栄養士が紹介!
かんたんに作れるヘルシー料理

さば玉丼

メニュー紹介

サバの水煮缶を使ったDHA・EPA、ビタミンB群、カルシウムがとれる栄養豊富などんぶりです。

材料	さば水煮缶.....1缶
大人2人分	玉ねぎ(くし形切り).....1/2個
	生姜(すりおろし または 刻み).....小さじ1/2
	ぶなしめじ(小房に分ける).....1/2パック
	卵.....2個
	*3倍濃縮めんつゆ.....大さじ2
	*砂糖.....小さじ2
	*水.....大さじ2

一言メモ



生姜はチューブでも良いですが、生の生姜をすりおろして冷凍にしておくと便利です。

作り方

- ①鍋に*の調味料、ぶなしめじ、玉ねぎ、さばの水煮缶(汁ごと)、生姜を入れ火にかけます。
- ②ぶなしめじ、玉ねぎが煮えたら、卵を溶いて回し入れ、蓋をします。
- ③卵が好みの固さになったら、器に盛り付けたご飯の上にのせます。
- ④お好みで小ねぎ、刻みのりなどをのせます。



『ちばし社協だより』は、毎月3万2千部を発行し、各町内自治会での回覧や、公共施設等への配架を通じて、広く市民の方々にご愛読いただいています。