

北総エリアの情報満載

まちがもっと好きになる まちづくりメディア

STaD すたっと

2023 6・7月号 Vol.126

すたっとTV

検索

<http://www.stad-tv.com/>



特集

見直そう！
地域の資源と
身近な SDGs



表紙写真: (仮称) 佐倉西部自然公園



戸神ペイカリー

印西市

パン販売/10:30~売り切れまで

(モーニング/9:00~10:30)/土曜日定休

北海道産小麦と三温糖を使用したシンプルでやさしい味わいのメロンパン(¥210)を始め、濃厚な香り際立つ抹茶メロンパン(¥230)やサクサク食感のラスク(各¥230)、さらにアイスをサンドしたアイスメロンパン(¥310)も登場！種類豊富な味わいをお楽しみください。



☎0476-94-3233 印西市戸神 1045

おやつのおうち。

印西市

10:00~18:00/水・日曜日定休

メロンシャンティ(¥650/メロンの大きさにより価格が異なります)は、アンデスメロンを半玉、贅沢に使用。メロンの蓋から食べ進めるとメロンの器のなかに果肉やカスタード、生クリーム、スポンジが詰められています。店舗リニューアルから贈る季節のフルーツ菓子をご堪能ください。



☎0476-36-5353 印西市戸神 1046-7

mcoup'e&Cafe de Paris 佐倉市

9:00~19:00(土曜日は18:00まで)/日曜日・祝日定休

「エムクッペ」の焼き立てメロンパン(¥184)は、外側のクッキー生地が存在感たっぷりにカリッと、なかはしっとり食感を堪能できます。毎月第2・4水曜日には、お得なセールも実施中！幸せはこぼ焼き立ての美味しさをご賞味ください。



☎043-486-3335 佐倉市大崎台 1-2-11

bayfm78
LOVE OUR BAY LOVE OUR FUTURE

YAMANAN
PRESENTS
MUSIC
SALAD
FROM
U-KARI STUDIO

「MUSIC SALAD」は
放送開始から
20周年を迎えました

ON AIR

毎週月~木
12:00~12:51
ユーカリプラザ1F
U-kari STUDIO
から生放送中！

ひまわり大作戦2023 緑ジョイント

人と人との「縁」、楽しむ「enjoy」、つなげる「joint」
全部をミックスしてできた言葉「緑ジョイント」
電波を通じて、サイトを通じて出会えるのもご縁！
太陽に向かって力いっぱい咲く「ひまわり」を
みんながそれぞれの場所で育ててみませんか
ユーカリが丘から「ひまわり前線」が
貴方にも届きますように…

ユーカリが丘の地域でも、
小学校や団体がひまわりを育てたり
事業者の皆さんが、ひまわりの種を配布して
ひまわり大作戦に参加しています。



特集

見直そう！ 地域の資源と 身近なSDGs



6月は環境月間です。今回は市民協働による里山保全活動やSDGsに取り組む方々をご紹介します。皆さんの活動を通して地域に息づく自然や暮らしのなかの“もったいない”を見直してみませんか！



(仮称) 佐倉西部自然公園 (佐倉市)

佐倉市の下志津と畔田地区にまたがる(仮称)佐倉西部自然公園は、住宅街に隣接しており、谷津田と斜面林が一体として残されている貴重な里山です。現在、佐倉市が所有する約43.4ヘクタールのフィールドでは、基本理念とランドデザインのもと、里山を愛する人たちが日々、自主的に各々の得意を活かして作業に汗を流しています。森からしみ出る湧水を利用して耕作放棄地をビオトープに再生したり、竹林整備や草刈りなど、市



★公園整備検討会で座長を務めた原慶太郎さんは、地域資源である自然とのふれあいを通じて、皆が健康で幸せを感じる里山ウェルビーイングを提唱します。

ひみつのおしゃれ工房 (四街道市)

代表で縫製師の佐々木 和枝さんは、子どもの頃から好きだった洋服を極めて人の役に立つ仕事したいとアパレル業界に勤めましたが、赴任した中国の縫製工場では若者が過酷な労働環境で働く姿を目の当たりにし、大きな衝撃を受けて離職。また、日本で捨てられた衣類が貧困国に売られ、売れ残ったものは現地で野焼きされている実情に直面したことなども契機となり、服作りの新しい仕組みを構築しようと起業しました。現在、工房には子育てやシニア世代、障がいや持病を抱える人など約15名の内職者が登録。各々のスキルや性格を把握し、その人に合った作業を依頼、対面で細かく指示します。大手ブランドからの縫製業務を主軸に、古着やリメイク品なども販売。外で働くことが難しい人たちが、それぞれ自宅のひみつの工房で内職し、やりがいや誇りを持ち、社会と繋がり、地域で生き生きと暮らす。服作りを通して、皆が喜びを感じる持続可能なビジネスモデルを郷土で目指します。



★「ひみつのおしゃれ工房」
佐々木 和枝代表

★古着からリメイクされたパッチワーク製品



★Tシャツの生地などで
作られたアクセサリ

【ひみつのおしゃれ工房】
販売日: 6/4, 7/2, 8/6, 8/26
開催時間: 11:00~16:00
所在地: 四街道市大日437-70-1
☎ <https://osharekoubou.com/>
📍 [himitsunoosharekoubou](https://himitsunoosharekoubou.com/)

ファミリー
マート
クリーニング
専科
★ひみつの
おしゃれ工房★
●ヤオコー
●ユニクロ
大日 至四街道駅

好評
月に1度の

無料相談会

6月 17日(土) 18日(日) 7月 22日(土) 23日(日)

10:00~17:00

ご予約優先

お電話で
ご予約ください

相談会限定割引あり

出張も
承ります

建築士と
考える
家のこと

ウォルテック
Walltec
外壁・屋根
リフォーム

ウォルテック
Walltec

043-310-6171

ウォルテック株式会社
〒285-0866 千葉県佐倉市臼井台1239-20
[URL] <https://walltecjp.com>



ホームページ

おまちしております



スーパー
タイヨー
佐倉店
ココ 曹洞宗
崇徳寺
松下歯科医院
スーパータイヨー佐倉店並び
水色の建物です！
京成本線
臼井駅

民協働で手がかけられた里山は、植物の発芽を促し、昆虫や小動物、野鳥など多様な生き物の生命が循環する本来の姿を取り戻しつつあります。また、手作りの散策道や案内板が訪れる人の心を癒やし道中を導きます。歴史を伝える古木、陽射しが注ぐ竹林、戦国時代の城跡、昔ながらの田んぼ風景など、異なる表情も大きな魅力。この日も生き物調査のボランティアや整備作業に励む「支援し隊」の里山ボランティアを中心に、野鳥観察や散策に訪れる人、そして、自然に触れて遊ぶ子どもたちなど、老若男女が憩います。市では新たな整備基本

構想を策定中であり、里山の保全・活用に取り組む予定です。また、「支援し隊」が中心となり作成した散策マップも完成！ 市民協働により輝きを増すふるさと里山で、自然・歴史・人との出会いを楽しみながら深呼吸してみませんか！



★「整備作業が好きで皆さんからも喜ばれる」とボランティアは充実の表情



★「支援し隊」事務局の小野由美子さんは、ニホンアカガエルの生息調査にも長年尽力。



★竹の間伐材を活用した遊具で遊ぶ森のようちんの子どもたち



★共同保育「森のようちん さくらんぼ」の卒園生が描いた看板



★ボランティアによる手作り案内板



★佐倉市公園緑地課の向後貴大さんは、「思いのある方たちを支援することで、市民の皆さんが主体的に活動し、市の魅力へと発展していく。色々な方々と繋がり、長所を活かして取り組むことで持続性と広がり生まれます」と市民協働の魅力を語ります。

【(仮称)佐倉西部自然公園】

📍 <https://www.city.sakura.lg.jp/soshiki/koenryokuchika/3/1/5674.html>

駐車場：五反目駐車場/白井作駐車場

毎週月曜日と毎月第1土曜日は、自家焙煎珈琲のキッチンカー「10000HRS」や地元の有機農家も出店！

📞佐倉市公園緑地課 ☎043-484-0940



eco よつかいどう学生服 リユース (四街道市)

「もったいない・捨てられない・あげたいけれどあげる先がない」といった、代表の千脇みゆきさん自身の経験と子育て世代からのニーズに応え、昨年10月に思いを同じくする仲間と開店。店内には市内中学校の制服やランドセル、ピアノ、体操着などのリユース品が並びます。回収した衣類は洗濯とアイロンがけを行い、綻び等は修繕。安価での販売のほか無償品もあります。ランドセルを求める外国人親子や子どもの成長で体操着を探しに訪れる保護者など様々。また、子どもたちの居場所作りとして読書スペースを設け、地域を見守る役割も担います。誰かの不要が誰かの必要となるリユースで今日も笑顔が生まれます。



★ピアノを清掃する「よつかいどう学生服リユース」千脇みゆき代表



【よつかいどう学生服リユース】

営業時間：月・木曜日13:00～17:00

所在地：四街道市下志津新田2518

☎070-6520-1589

@yotsukaido.seihuku.reuse

カットハウス スギハラ イトーヨーコー
千葉敬愛高

●四街道公民館

★よつかいどう学生服リユース

ミニストップ

JR 四街道駅

まちづくりコラム Vol.56

このコーナーでは、「市民協働によるまちづくり」について、STaDプロデューサー中村正明が北総エリアでの事例を交えお伝えします！

里山のある暮らし

6月は環境月間ということもあり、今号では佐倉市の(仮称)佐倉西部自然公園の取り組みに注目しました。

公園整備検討会の座長を務められた原 慶太郎さんの提唱される“里山ウェルビーイング”。最近では、この“ウェルビーイング”(well-being)という言葉は、地域づくりにおいても重要なキーワードになってきました。意味としては、身体的・精神的、そして社会的にも良好な状態にあり、「幸福」と翻訳されることが多いようです。何となくつかみどころのない言葉のように感じる方も多いと思いますが、私は、自分らしく、いきいきと生きることが多面的なつながりのなかで実感できることが大切ではないかと考えています。

この取材からも、様々な世代の方が主体的に自分らしく関わるなかで、里山の保全や再生が着実に進むとともに、里山をいかしたウェルビーイングを実感しました。

先日、小豆島で里山の野草を採って、野草の特徴を研究者から学び、その後、ホテルのシェフが野草を調理し、美味しい料理を食べながらみんなで交流する食育イベント(農林水産省補助事業)に関わる機会がありました。このイベントは、子育て支援団体が主催し、地域住民を始め、野鳥観察団体、生産者、漁師、ホテル、メディア等、様々な方が参加し、美味しく食べられる野草が身近なところに沢山あることへの気づきと、野草を通じて新たなつながりが生まれるなど、良い食育の機会となりました。

北総エリアの宝物である里山のある暮らしを楽しみたいですね、自分らしく！



小豆島の野草と野草の天ぷら

これからイベント



これからイベント



これからイベント



第18回宗吾霊堂紫陽花まつり

6月4日(日)～25日(日) ※期間中、日曜日10:00～15:00にイベント開催

宗吾霊堂では、約7,000株の紫陽花が梅雨を彩ります。まつり期間中の日曜日には、演奏会や茶会、農産物販売などのイベントも開催。多種多様な紫陽花とともに風情あるひとときをお過ごしください。



㊤「紫陽花植樹による観光地づくり」実行委員会 事務局
☎0476-22-2102(一般社団法人成田市観光協会)

成田祇園祭

7月7日(金)～9日(日)

成田山新勝寺および表参道とその周辺

成田山の御輿を始め、お囃子の音と威勢のいいかけ声とともに各町内の豪華絢爛な山車・屋台が成田山表参道を中心に巡行します。今年は総引きや総踊りも復活! 熱気に包まれる三日間をお楽しみください。



㊤一般社団法人成田市観光協会
☎0476-22-2102

風車のひまわりガーデン

7月8日(土)～23日(日)

佐倉ふるさと広場

オランダの画家ゴッホにちなんで命名された品種「ピンセント」が約1万5千本咲き揃います。期間中は摘み取り販売や観光船の運航なども行われます。夏空に映えるオランダ風車とひまわりをお楽しみください。



㊤(公社)佐倉市観光協会
☎043-486-6000

これからイベント



これからイベント



これからイベント



萩原譲治 夏の絵画展「自然を謳う」

7月11日(火)～31日(月)11:00～19:00

ギャラリーパーシモン&ラ・セヌ(富里市七栄654-658)

国内外で活躍する富里市在住の画家・萩原譲治さんの個展がアトリエ兼ギャラリーで開催されます。今年は美しき水の惑星への賛美を込めて、新作「天空のピアノ」を中心とする約50点を公開! 作品との対話をご堪能ください。入場無料。完全予約制。



㊤㊤ ギャラリーパーシモン&ラ・セヌ
☎0476-92-4001

しすい・ハーブガーデン 開園30周年記念講演会

6月25日(日)13:00～

酒々井コミュニティプラザ多目的ホール

「しすい・ハーブガーデン」開園30周年を記念し、特定非営利活動法人ハーブの丘によるガーデン30年の歩みと、食文化研究家の北村光世さんを特別講師に迎えお届けします。毎日の生活にハーブを取り入れてみませんか! 参加無料。定員先着100名。要申込み。



㊤㊤ 酒々井町経済環境課商工観光班
☎043-496-1171(代)

第19回四街道市美術協会展

6月6日(火)～11日(日)9:00～18:00(最終日は16:00まで)

四街道市民ギャラリー

四街道市美術協会の会員たちによる初夏の作品展です。今年は新たな試みとして、通常の展示のほかに、絵画と書道部門で小作品を展示するコーナーを企画。絵画・書道・工芸の多彩な作品をご鑑賞ください。入場無料。



㊤四街道市教育委員会社会教育課
☎043-424-8934

美 TOMISATO Land

6月13日(火)～25日(日)火～木曜日9:30～18:00(金

曜日は19:00/土・日曜日・祝日は17:00まで/月曜日休館)

とみらいテラス1階 市民ギャラリー(富里市立図書館内)

日本大学と包括連携協定を結ぶ富里市が日本大学芸術学部

の作品を5月～6月下旬にかけて展示。第4弾は写真学科の学

生たちが富里の魅力を写真で伝えます。入場無料。

㊤富里市立図書館 ☎0476-90-4646

催 第22回福祉施設紹介・販売フェア「大きなテーブル」

6月17日(土)10:00～14:00

四街道市文化センター前広場および展示ホール ※小雨決行

地域の福祉施設等24団体が出展。焼き菓子やパン、新鮮野

菜やクラフトなどが販売されます。魅力ある品々を通して福祉の

取り組みに触れてみませんか。入場無料。

㊤大きなテーブル実行委員会事務局

☎043-304-7065(四街道市みんなで地域づくりセンター内)

催 あじさい寄席

6月18日(日)13:30開演(13:00開場)

ブリミール酒々井

酒々井町のアマチュア芸人グループ「五色豆」が創立13周年

を迎え、感謝を込めて渾身の笑いを届けます! 落語や漫談、

マジックなど、多彩な芸をお楽しみください。木戸銭無料。

㊤山岸さん ☎090-1694-3802

美 令和5年芸術鑑賞事業「真栄城 理子 銅版画展-可惜夜(あたらしい)-」

7月4日(火)～26日(水)火～木曜日9:30～18:00(金曜日は19:00/土・日

曜日・祝日は17:00まで/月曜日休館)

とみらいテラス1階 市民ギャラリー(富里市立図書館内)

「光を掬う」をテーマにアクアチントの技法を用いて制作する真栄城さんの銅版画作品を紹介。

7月23日(日)には、銅版画のワークショップも開催されます。入場無料。

㊤富里市教育委員会生涯学習課 ☎0476-93-7641

美 上賀茂流 真多呂人形(木目込み人形)「第40回記念まきな会合同作品展」

7月19日(水)～22日(土)10:00～17:30(最終日は15:00まで)

佐倉市立美術館 市民ギャラリー

約40名の会員が約300体の人形を披露。また、県内各地の会員たちによる合同作品「雅楽の調

べ」、「六條院の春」、「七夕」も展示されます。「まきな会」発足40年の集大成をご覧ください。入場

無料。

㊤まきな会 菅原さん ☎043-486-2978

広報ツール制作や 地域の魅力発信が 得意です★

STaDを発行するコミュニティデザインは、名刺・封筒・チラシ等の印刷物からはじまり、Web、看板、イベント運営、動画制作、SNSプロモーション等、地域の皆さまから企業まで、誠心誠意、広報のお手伝いをさせていただきます。

内容の幅が広すぎてここではとても全部を紹介しきれません。

Webサイトでその一端をご覧いただければ幸いです。

心を込めた名刺1箱のお届けから対応させていただきます!

コミュニティデザイン

TEL 043-486-1107

詳しくは
こちら
から



6/27(火)～7/2(日)

第32回【令和5年】

さくら陶芸展

10時～18時(初日13時～、最終日～15時)

佐倉市立美術館(3F展示場)

コミュニティデザインは、「さくら陶芸展」のポストカード制作およびSTaD-TVにて広報のサポートを担当させていただきました。

第32回となる歴史ある「さくら陶芸展」ですが、大変残念なことに今回が最終となります。少しでも陶芸にご興味がありましたら、数々の素晴らしい作品が展示されておりますので、ぜひ足をお運びくださいませ。



トピックス 地域のニュースをお届けします!

お花で地域に恩返し 「花工房リーベ」が創立20周年を迎えました!



ボランティアグループ「花工房リーベ」は、佐倉市ユーカリが丘で生け花教室を主宰する小原流土屋登琇さんの社中を中心とした約10名で構成されています。教室には同世代が多く、子育ても一段落し、時間にゆとりができたことから、花の技術を活かして地域に恩返ししようと、2000年5月に発足しました。

翌年から、配食で見守り活動を行う市内のボランティア団体「ユーカリ和の会」(2023年3月で終了)、「ふきのとう」と連携し、一人暮らしの高齢者に毎月届けるお弁当と一緒に、誕生日を祝うフラワーアレンジメントを贈っています。お花はお弁当を届ける前日に準備。5月はカーネーションやバラ、カンパニュラなど5、6種類の花材が季節をはこびます。生け花の師範であり、「花工房リーベ」代表の土屋さんが、「ここが寂しいわね、ちょっと入れましょう」など、バランスを指導する場面も見られ、30分程で瑞々しく華やかなフラワーアレンジメントが完成。毎回、花材と時候の挨拶をしたためのカードも添えており、直筆のメッセージが一層温もりを届けます。



フラワーアレンジメントを作るメンバー(写真奥)と、施設に贈るイベント花の花器を牛乳パックで創意工夫する皆さん(手前)

メンバーの一人、大竹優子さんは、配食の友愛訪問「ふきのとう」にも所属しており、一人暮らしの高齢者宅にお弁当とお花を直接届ける役割を担っています。お弁当に続いてお花を渡すと、皆、感激し、誕生日を覚えて貰っている喜びに溢れます。なかには、メッセージカードを何年も大事にしてくれている人もいますと話します。

このほかにも、市内の高齢者福祉施設でリハビリを兼ねた生け花講習や入所者

にクリスマス、お正月、ひなまつりといった季節のイベント花を贈る活動なども行っています。生け花講習では、参加者が手先を使い、自らの意思で花を挿していきます。また、参加者に名札を付けて貰うことで、名前を呼んで話しかけるなど、コミュニケーションを大切にしています。

4月にユーカリが丘の「ギャラリーリーベ」で開催した「花工房リーベ 創立20周年記念祝華展」には二日間で約300名が来場。コロナ禍により3年越しの開催、土屋社中としても久しぶりの華展となり、心待ちにしていた来場者で賑わいました。竹や梅の古木を主役にした大作を始め、傘寿を迎えた生徒による華やかな作品、地域の作家らとの共演など、約40点を披露。どれも見応えのある作品ばかりで、会場は終始熱気に包まれていました。

創立20周年を迎えた現在では、メンバーも70代が中心ですが、お花を通して地域に潤いをもたらそうと切磋琢磨しています。



5月に届けられた「ふきのとう」のお弁当と「花工房リーベ」のお花



「花工房リーベ創立20周年記念祝華展」より

【花工房リーベ】 ☎ 土屋さん ☎ 043-461-9004



脈管および透析専門医の経験豊富な医師と親切なスタッフが、アットホームな雰囲気、皆さまのお悩みに向き合います。頸部・胸部・四肢の動脈の疾患(動脈硬化・下肢静脈瘤・静脈血栓症・リンパ浮腫・透析シャント血管)を専門にしております。日帰り治療として、下肢静脈瘤には、血管内焼灼術、医療用接着剤によるグルー治療や硬化療法を、透析シャントには血管拡張術を、いずれも傷跡がなく痛みの少ないカテーテル治療で行っております。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00~13:00	○	○	×	○	○	△	×
16:00~18:00	○	○	×	○	○	△	×

上記の他、祝日、第2・4土曜日は休診となります

佐倉市西ユーカリが丘
6-12-3
イオンタウン
ユーカリが丘
西街区2F



HPIはコチラから➡

事前に電話でご予約ください ☎ 043-463-7711

<http://www.yukari-kekkan.jp/>

〜ドクター・ラオシーの夢うつ〜 【その二十六】

久しぶりに地元に戻ったラオシーは、父親の住む実家の近所に部屋を借りました。ラオシーの次の旅先は、かつて血管外科を修行した付属病院のキャンパスに移転してくる医用生体工学科だったのです。ヨイトマケの歌にもあるように、医療の現場も♪今じゃ〜機械の世の中で〜♪です。とはいえ、お医者さんや看護師さんが、メカが得意というわけではありませんので、臨床工学技士なる医療機器の専門家が必要になりました。早速、父親に話すと“そうか！大学に行くのかお前は！勉強が好きだからなー？”と勘違いしたので、“今度は先生だよ！”と言いかえすと、急に顔をしかめて“お前の話は面白いけど、役立つことを教えなきゃダメだよ！”と注意するのです。いくつになっても親は有り難いもんだなと、後年、ひとり静かに首肯するラオシーなのでした。(つづく)



こどもの発熱

小児科 吉田 麻里奈

朝は鼻水が少しだけ出ているけれど熱もなく元気に登園して、昼間は保育園で元気に遊んでいたはずなのに、夕方帰ってきたらなんだか様子がおかしい。ほっぺが赤くて身体が熱い。まさか、と体温を測ってみたら39℃！子育て中または子育て経験者の方なら、こんな状況を一度は経験されたことがあるのではないのでしょうか。しかし何度経験してもその時になると慌ててしまうし、どの段階で病院に連れて行っていいのかわからない、そんな方も少なくないのではないのでしょうか。そんな時のために今回はこどもの発熱についてご紹介します。



なぜ熱が出るの？

こどもの発熱原因の大部分は風邪などのウイルス感染症です。ここでは、風邪などの感染症による発熱を想定して説明します。ウイルスなどの病原体が身体に侵入すると、免疫反応を起こして病原体を倒す戦いが始まります。免疫細胞(≡自分の身体)にとって戦いを有利に進めやすいのは体温が高い状況の時です。有利に戦える状況をつくるために体温を普段よりぐっと持ち上げる、この結果体温が37.5℃以上に上がるのが発熱です。

熱が出たらまずやることは？

乳幼児は普段の体温が大人よりも高いことが多く、また、服装やまわりの気温によって体温が左右されやすいです。37.5℃以上の体温を見たら肌着一枚にして涼しい環境で10-15分くらい過ごしてからもう一度検温してください。それでも37.5℃を超えているようであれば、発熱として対応しましょう。

発熱の時にチェックすること！

- ☐ 呼びかけに対して普段通りの反応が返ってこない
- ☐ 機嫌が普段通りではない
- ☐ 水分が摂れていない
- ☐ 遊ぶ元気がない。眠れない



保護者の方から見て上記に当てはまらなければ、まずはおうち様子を見て大丈夫です。いきなり高熱が出るとびっくりすると思いますが、高熱＝重症とは必ずしも言えません。一般的にこどもは大人と比べて熱が高くなりやすく、熱に強いとされています。大人が高熱を出すと動けないほど辛くなる方が多いと思いますが、幼児では高熱が出ていても機嫌良く遊べるくらい元気にしていただける場合もあります。

解熱剤を使うタイミングは？ おうちでできることは？

解熱剤を使うタイミングは左記の「発熱の時にチェックすること」に1つでも該当する場合、簡単に言えば『ぱっと見た目で本人が辛そう』な時です。体温が何度以上でなければ使用できないということはありません。39℃の高熱であっても本人が機嫌よくニコニコしてられる、もしくは夜眠れている場合は急いで解熱剤を使う必要はありません。また、6か月未満の赤ちゃんでは解熱剤が効きすぎてしまう場合があるため、原則使用しません。

解熱剤の他には、クーリング(冷却)も効果的です。首や脇の下、脚の付け根など大きな血管が走っている付近に氷のうや保冷剤を当ててください。冷感シートは貼って気持ちが良いようであれば使用してもかまいませんが、冷却効果はほぼありません。ご使用の場合は、剥がれて口や鼻を塞いでしまうことが無いように十分に注意しましょう。



こんなときはすぐ受診を！ 下記のような症状が見られたらなるべく速やかに医師の診察を受けてください。

- ☐ ぐったりしていて顔色が悪い
- ☐ 水分が摂れず半日以上おしっこが出ない
- ☐ 呼びかけてもぼんやりしている、
すぐにウトウトと眠り込む
- ☐ けいれんした

生後3か月未満の赤ちゃんは…

必ずなるべく早めに受診するようにしてください。生後6か月頃までの赤ちゃんは、お母さんに胎盤経由でもらった免疫に守られています。しかし、特に3か月未満の赤ちゃん本人はまだ自力で病原体と戦うための免疫が未熟です。風邪をもらってしまい熱が出たというケースが大部分ですが、まれに重症の細菌感染症が紛れていることもありますので、3か月未満の赤ちゃんの発熱の多くは入院してきちんと検査と治療を行うことが勧められます。

迷ったら？

元気で5日以上熱が続く際は受診をお願いします。それよりも経過が短くとも、保護者の方が『受診した方がいいのかな？』と迷う場合は、それが受診のタイミングと言って差し支えないと思います。遠慮なく受診してください。いつものお子さんの様子を一番よくご存じの保護者の方から見て『何かおかしい』と思う場合は受診してそのことを医師に伝えてください。うまく説明できなくても根拠がわからなくても構いません。自分の症状をまだ言葉で説明できないこどもたちを診察する際は、私たち小児科医は保護者の方の直感を大いに頼りにさせていただいています。そうした直感を率直に教えていただければ大変ありがたいです。

診療科により、受付時間・休日等が異なります。ご受診される方はホームページでご確認の上ご来院ください。



社会福祉法人 聖隷福祉事業団
聖隷佐倉市民病院

〒285-8765
佐倉市江原台
2-36-2

☎043-486-1151(代)

☎043-486-1155(予約専用) 平日8:30~17:00





健診のギモンにお答えします！

vol. 2

毎号健診にまつわるギモンが多く寄せられています。
この先も健康で過ごすために人間ドックや健康診断のギモンに
当院健診センターの医師・スタッフがお答えします！！

1

健康診断を受けていれば
がん検診を受けなくても
いい？

答えはNOです。

企業や自治体の定期健康診断は生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症など）の有無が主体となり、がん検診は含まれていないことが多いからです。

今は生涯2人に1人はがんに罹るといわれています。早期発見のためにがん検診はとても重要です！

当センターの1日人間ドックの場合には主たるがん検診が含まれていますが、各種オプション検査の追加やがんを詳しく調べられるプレミアムドックも受けられますので、ぜひご検討ください。



2

検査結果が届きました。
見方を教えてください。

人間ドックの場合は検査結果について医師から説明があります。また、保健師・管理栄養士からの健康指導の場でもご相談が可能です。また後日郵送される結果に詳しい見方が載っています。一般的に下記のようにご案内されています。
異常なし・心配なし：病院受診の必要はありませんが、健康的な生活を心がけましょう。
経過観察：軽度の異常があります。年1回の人間ドック受診をおすすめします。
要精密・要受診：精密検査が必要です。病院を受診しましょう。
また、かかりつけ医がいる場合には結果を主治医に報告しましょう。



3

健康診断を受けた後どうすれば
いいの？少しくらい放っておいて
も大丈夫？

人間ドックや健診の結果は身体のパフォーマンス表ですので、「要精密・要受診」と判定された場合は**できる限り早期に病院受診をしましょう。**

当センターで人間ドックや健康診断を受けられた場合、併設する病院の予約をお取りすることが可能です。また、緊急性があると判断した場合は早期に病院受診が可能です。

病院受診の手配や、結果に疑問がある場合は当センターまでご連絡ください。スタッフ一同「健康のコンシェルジュ」として真摯に対応させていただきます。

自分や大切な家族にとって「健康」が一番の財産であることをお忘れなく。
※診療科により近隣の医療機関をご案内する場合があります。



企業向け出張健診も行っています。お気軽にお問い合わせください。

聖隷佐倉市民病院 健診センター

TEL 043-486-0006（平日9:00～16:30 土9:00～12:00）
HP: <http://www.seirei.or.jp/sakura/center/index.html>



次号では婦人科
検診について
お答えします！

STaD 三門農園 山万ユーカリファーム アイガモが育てるお米づくり体験

アイガモが育てるお米づくり体験2023がスタートしました。

農園主の三門増雄さんは生まれも育ちも、千葉県佐倉市青菅。印旛沼流域であるこの地で、地域の環境を守るためにも代々受け継がれてきたお米づくりを続けています。特にこのアイガモ農法によるお米づくりは、平成6年春、農業と化学肥料を使わない健康的な米づくりを実践してみようと始めたものです。アイガモが雑草や虫を食べ、糞が肥料となります。またアイガモが泳ぎながらくばしや足で水田の泥水をかき回すので、水田内に酸素を補給し稲の根を丈夫にすると言われています。さらに、農業や化学肥料による環境負荷がないため、多くの生物が共存する多様な生態系を復元・維持する相乗効果も生むと言われています。

しかし、アイガモ農法は手間とコストがかかり大面積の栽培には向きません。それでも、かつて農村の暮らしにあったこのアイガモ農法によるお米づくりの体験を通して、豊かな里山の自然に触れながら、自然の生態系を体感してほしいと、今年も「アイガモが育てるお米づくり体験」の参加者を募りました。



田植えを予定していた5月7日(日)は雨天のため、5月13日(土)に延期。この日も雨が降り出しそうな空模様で、少し肌寒さも感じる中でしたが、佐倉市内外から大人、子ども総勢約50名が集まり、田植えを行いました。田んぼに入るのは初めての方、学校で田植え体験をしたことのある小学生、毎年参加しており慣れた手つきのご家族、蛙やアメンボを捕まえて楽しむ子、田んぼのぬかるみが怖くて入ることができない小さな子、皆さん思い思いに田植えを楽しみ、1時間ほどで終了しました。



田んぼ脇のハウスからアイガモのひなたちのかわいらしい鳴き声が聞こえていました。次回は6月4日(日)、アイガモの放鳥と山万ユーカリファームの畑でさつまいもの苗植えを予定しています。

- 三門農園
● <http://mikadonouen.com>
- 山万ユーカリファーム
☎ 043-464-0039 ● <https://farm.yukarigaoka.jp>
- 農産物直売所 檜の木
☎ 043-463-8877 ● <https://town.yukarigaoka.jp/townguide/kashinoki>

STaD

X

江戸優り佐原

初夏の佐原

佐原の大祭・夏祭り

水郷佐原あやめパーク

佐原の夏のイベントとしてすっかり定着した「かき氷コレクション」を今年も開催します。大人形を乗せた山車が歴史的町並みを進む「佐原の大祭・夏祭り」は、江戸の風情たっぷりです。日本屈指の規模を誇る花菖蒲園では、初夏の水郷の風物詩「あやめ祭り」が開催されます。今年の夏も佐原でお楽しみ下さい。

かき氷コレクション in 佐原 2023 スタンプラリー

果物シロップのかき氷や、江戸時代の宇治金時を再現したかき氷、羽のような薄い削りにこだわったかき氷など、様々なかき氷が提供されます。今年は過去最多の13店舗が参加。6店舗のスタンプを集めると、佐原町屋館でオリジナルスプーンがもらえます。専用のウェブサービスの利用でスマートフォンでも参加できます。

期間: 5月12日(金)~9月30日(土)

かき氷の提供期間、営業時間、定休日は店舗により異なります。景品の引き換え方法とあわせてホームページでご確認ください。

<https://dx.nid.co.jp/sawara-kakigoori>



VMG CAFE
甘酒発酵ベリー
1,000円



御菓子司虎屋
さくら氷菓子
1,204円



だし処まにまに
佐原コーラ氷
880円

【制作協力】プラットフォーム佐原 (<http://www.facebook.com/platformsawara>)

佐原の大祭・夏祭り (ユネスコ無形文化遺産)

約300年の歴史を誇る佐原の大祭。八坂神社祇園祭である夏祭りでは10台の山車が曳き廻されます。日本三大囃子に数えられる佐原囃子や、それにあわせて踊る手踊りなども見どころです。

期間: 7月14日(金)~16日(日) 時間: 10:00~22:00

場所: 八坂神社周辺(香取市佐原イ3360)

<https://www.city.katori.lg.jp/sightseeing/matsuri/>



水郷佐原あやめ祭り

約400品種150万本の花菖蒲が色とりどりに咲き誇ります。サッパ舟という小舟で、水面からの眺めも楽しめます。週末には、嫁入り舟や野点などのイベント開催も予定されています。

期間: 5月27日(土)~6月25日(日) 時間: 8:00~18:00

場所: 水郷佐原あやめパーク(香取市扇島1837-2)

入園料: 大人800円 <https://ayamepark.jp/>

息づく
発酵のまち
佐原

Vol.2

発酵関連の産業が盛だった江戸時代、醸造業を担った事業者たちは単なる商売人ではなく、地域経営に大きな影響を与えました。醸造業を中心に事業の多角化が進められ、中には金融業を同時に営む醸造事業者も多く、佐原の地域経済を支え、経済のエンジンとなりました。また、伊能家を筆頭として、酒や醤油を営んだ事業者は本店として総合商社化し、経営者は地域を



担う旦那衆となりました。江戸時代における佐原の祭礼を担った中心的人物の多くは旦那衆であり、発酵文化が大祭を支えていたとも言えます。伊能家と旦那衆の存在が支えてきた地域経済は、今もなお佐原のまちに引き継がれています。当時の伝統を脈々と受け継ぐ佐原の大祭が今夏も開催されます。発酵フレンチや発酵かき氷、甘酒などとともに佐原の歴史と食文化をお楽しみください。

読者プレゼント 2023 6・7月号



1 「酒々井ベーカリーふくらパン」お買いもの券500円分

「酒々井ベーカリーふくらパン」は、毎日の食卓で活躍するシンプルな食事パンを始め、ご当地グルメや季節限定の味など、豊富な品揃えが魅力です。ぜひご賞味ください! 利用有効期間は2023年7月1日(土)~8月31日(木)まで。

10名様



2 「カフェ ichie」ドリンクご利用券

6月2日(金)、宗吾霊堂前(成田市宗吾3-565-1)にオープンする「カフェ ichie」(金・土・日・月曜11:00~17:00営業)より、メニューのなかからお好きなドリンクをプレゼントします。利用有効期限は2023年8月28日(月)まで。

5名様



3 「戸神ベーカリー」お好きなパン1個

※写真のアイスメロンパンもプレゼントの対象
トップページでご紹介した印西市の「戸神ベーカリー」より、お好きなパンを1つプレゼント。店頭にあるパン(単価100円~660円まで)のなかから1つお選びいただけます! 利用有効期限は2023年8月31日(木)まで。

10名様

応募方法

ハガキ、または「STaD」のHPから、メールでご応募ください。

①氏名 ②年齢 ③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号
⑥ご希望のプレゼント(第1・第2希望)
⑦以下のアンケートにお答えください。

Q1.今号で一番興味をひいた記事を教えてください。

Q2.「STaD」はどちらで入手されましたか?

Q3.あなたの知りたい気になる健康情報をお知らせください。

Q4.「STaD」に関するご意見、ご感想をお願いします。

【応募先】

〒285-0012 佐倉市田町74-1

(株)コミュニティデザイン内STaD編集部

または、「STaD」のHPからもご応募いただけます!

<http://www.stad-tv.com/>

締め切り 2023年6月23日(金)必着

※当選者は「STaD」のHPで発表いたします。

編集後記

●今回の取材で初めて(仮称)佐倉西部自然公園に伺いました。里山の空気は清々しく、野鳥のさえずりも賑やか。また、多くのボランティアに出会い、皆さん、生き生きと活動されている姿が素敵でした。夏には畔田のひまわり畑も広がります! ぜひお出かけください。(STaD編集部)

STaD
スタッフ

●STaDプロデューサー/中村正明 ●取材・編集/加瀬聡子

●写真/STaD編集部、小出信夫

●企画・編集・印刷・発行/(株)コミュニティデザイン

(株)コミュニティデザインは、STaDの発行を始め、コミュニケーションデザイン事業(Web・印刷・イベント・TV・ラジオ等)によるまちづくり代理店を目指しています。 ☎043-486-1107

STaDとは...

オランダ語で「まち」の意味。私達のまちから、地域の魅力をお伝えし、まちをもっと好きに、まちを元気にするまちづくりメディアを目指します。