

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

2016 4・5月号

Vol. 83

TAKE FREE

ご自由におもちください

すたっとTV

検索

動画配信中! <http://www.stad-tv.com/>

すたっと歩こう! Vol.30

うっぽうおか
四街道市鹿放ヶ丘で
郷土の魅力を再発見!



表紙写真/鹿放ヶ丘の食材と加工品



佐倉城址のさくら

佐倉市

4月1日(金)～6日(水) 10:00～16:00
※開花状況により変更の場合あり

佐倉城址公園本丸跡では佐倉の名産品と飲食物の販売が行われます。佐倉城址に春を告げる約50品種約1,100本の桜を愛でながら郷土の味もご賞味下さい。

☎ (公社) 佐倉市観光協会

☎ 043-486-6000

☎ <http://www.city.sakura.lg.jp/0000005580.html>



歴博夜桜観賞のタベ

佐倉市

3月28日(月)～4月5日(火)
18:00～20:00 ※4日はライトアップのみ

国立歴史民俗博物館の展示棟脇にある桜の木を期間限定でライトアップ! これに伴い、企画展示は18:00まで閉場時間を延長。エントランスホールも時間延長で開放され、ガラス越しに夜陰に浮かび上がる幻想的な夜桜を観賞することができます!

☎ 国立歴史民俗博物館 広報サービス室
☎ 043-486-0123(代)

☎ <http://www.rekihaku.ac.jp>



DIC川村記念美術館「ツツジ山 一般公開」

佐倉市

4月16日(土)～5月GWまでの土・日・祝日限定
9:30～16:30 ※開花状況により変更の場合あり

美術館に隣接するDIC総合研究所に植栽された、約3万本のクルメツツジの見頃にあわせて敷地内を一般開放! 色鮮やかなクルメツツジが来園者を迎えます。入園料大学生以上¥200(美術館入館者は無料)。

☎ DIC川村記念美術館

☎ 0120-498-130(代)

☎ <http://kawamura-museum.dic.co.jp/>



佐倉草ぶえの丘「ローズフェスティバル」

佐倉市

5月20日(金)～6月5日(日)

原種やオールドローズを中心に約1,050種2,500株を誇り、昨年は「世界バラ会連合第17回世界大会」で「優秀庭園賞」を受賞! アジアを代表する美しいバラ園です。期間中はイベントも豊富、様々な企画でバラを満喫できます。入園料小・中学生¥100、高校・一般¥410、未就学児無料。

☎ 佐倉草ぶえの丘 ☎ 043-485-7821(代)

☎ <http://www.kusabue.shiteikanri-sakura.jp>



第33回

緑のまつり

平成28年4月29日(祝) 10:00～16:00

ユーカリが丘南公園&志津コミュニティセンター ※荒天中止



花と緑にふれあう

ユーカリが丘「緑のまつり」に行こう!

ユーカリが丘「緑のまつり」は、今年で33回目。花や農産物の即売会、模擬店・フリーマーケットの出店や、消防音楽隊・地元中学校のバンド・市民サークルによるパフォーマンスステージ、スポーツイベント、恒例のおもちつきや大抽選会など親子で楽しく過ごせるコンテンツが盛りだくさん! 今年は台湾からなつかしい台湾バナナと特産品の販売、キッチンカーによる国際色豊かな食も味わえます。また4/29限定でユーカリが丘の飲食店が考案した駅弁の販売あり! ゴールデンウィークの幕開けを飾るユーカリが丘「緑のまつり」に、ぜひ足を運んでみましょう!

主催 ユーカリが丘商店連合会 ☎ 043-463-0784

緑のまつり

検索

昨年の会場の様子もご覧になれます



戸田養鶏場



三石いちご園



大澤農園



★グリッシーニ3種/ブラックペパー2種(マイルド・ホット)、トマト味
四街道の市民団体「よつグルメ研究会」と東京情報大学起業・商品開発コースとの連携により開発された鹿放産小麦とごぼう、トマトを使用したグリッシーニ。風味の良い鹿放ヶ丘の小麦をおつまみで楽しめます。鹿の角をイメージしたかたちも試作中!



★鹿放パン▶
開拓時代にパンを製造していた歴史があることから、「よつグルメ研究会」が鹿放産小麦で「鹿放パン」を復活させました。現在は、「日替わりシェフの店さくらそう」の「がれっとやけみ」のメニューとして、また市内のイベントで販売されます。



★鹿放ヶ丘産食材を使用した開発中のメニュー
「戸田養鶏場」の卵を主役に、「大澤農園」のトマト・椎茸・アスパラをトッピングしたピスマルクピザ。もちろん生地は鹿放産小麦を使用。「三石いちご園」のかぼちゃを使用したスープと見た目も可愛い人参のマフィン。お店に登場する日も近いかもしれません。こうご期待!



食と農

はるのガーデン

「鹿放ヶ丘ふれあいセンター」から徒歩約1分。昨年11月に開店したのがアンティークカフェ「はるのガーデン」です。店主の河野春江さんは、「地域の方々に親しまれるお店にしたい」と、お客様との会話を大切にしています。また、地元食材をなるべく使用し料理を通して鹿放ヶ丘の魅力も伝えていきます。



◀★いちごのワッフル ¥1,200(ドリンクセット¥1,400)
「三石いちご園」の朝採りいちごを贅沢に使ったワッフル。甘酸っぱいいちごが生クリームと相性抜群!

「江戸野菜」美味しく食べて、地域を元気に!

「江戸野菜フォーラム」が開催されました

千葉県北総エリアは、江戸時代に江戸の台所を支えていた農業地域でした。昨年から始まった「房総のむらからはじまる江戸野菜プロジェクト」は、房総のむらの畑をはじめ北総エリアの生産者が、江戸時代に作られていた伝統野菜を復活させ、この地域ならではの江戸のストーリーをいかして、地域を元気にしよう! という取り組みです。

3月11日には、ホテル日航成田を会場に、2年目の締めくくりとして「江戸野菜フォーラム」が開催されました。プロジェクトに参加した地域の農業高校の取り組みや、生産者、江戸野菜料理の提供者等による発表、パネルディスカッション、江戸野菜料理とスイーツの試食が行われました。

プロジェクトも3年目に入り、さらに地元の生産者による江戸野菜をいかしたまちづくりが進化します!



鹿放ヶ丘ふれあいセンター/歴史民俗資料室



★語り部▶

開拓1世の(左)宮島仙三さん(85)と(右)加藤昌司さん(87)。郷土を大切に思う心と平和の尊さを伝える為、展示解説を行い鹿放ヶ丘の歴史を語り継いでいます。

旧日本陸軍の演習場であった歴史を持つ鹿放ヶ丘(旧下志津原)。終戦後は食糧増産の為、満蒙開拓青少年義勇軍訓練所基幹学校の14~17歳の生徒約120名が入植し、見渡す限りの荒涼たる原野を切り拓きました。「歴史民俗資料室」には、当時の貴重な写真や生活用品、開墾の象徴ともいえる鍬やトラクターなどが展示されており、貧しい暮らしの中でもそれぞれが役割を担い、夢を抱き、精魂込めて開拓に挑んだ少年達の熱き心を伺い知ることができます。



開拓の歴史

★トラクター

日本で最初に輸入されたといわれているドイツ製のハンドトラクター(中央)とその後、昭和31年に導入された国産のトラクター(手前)。少年達にとって重機を動かすのは大変な力のある作業でした。

①【鹿放ヶ丘ふれあいセンター/歴史民俗資料室】

開館時間:9:00~21:00
休館日:月曜日(祝日の場合は翌日休館)
入館料:無料(団体は予約が必要)
所在地:四街道市鹿放ヶ丘284-12
☎043-424-1577
🌐http://yotsu-foundation.or.jp/fureai/



観光

佐藤いちご園

鹿放ヶ丘の「佐藤いちご園」は、四街道市唯一の観光農園。とちおとめ・章姫・紅ほっぺ・ふさの香の4種類を栽培しており、例年5月中旬頃までいちご狩りを楽しむことができます。また、敷地内には直売所もあり旬のいちごを販売。開店と同時に買い求めるお客さんで賑わいます。



★いちご狩り/30分食べ放題(小学生以上¥1,000~、3歳以上¥800~、3歳未満¥500~)「遠くに行かなくてもいちご狩りができるので嬉しい!」と、この日初めて訪れた二人。15名以上は団体予約が必要となります。



①【佐藤いちご園】

いちご狩り:10:00~(5月中旬頃まで営業予定)
直売所:9:30~18:00
定休日:月・火曜日
所在地:四街道市鹿放ヶ丘300
☎043-422-7340

観光支援事業/モニターツアー

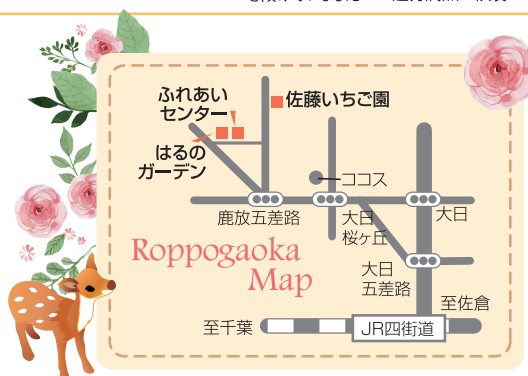
3月13日(日)には、都市型近郊の着地型旅行商品としてモニターツアーが実施され、都内近郊から約20名が参加。「三石いちご園」の収穫体験や開発中の鹿放ブランドを食した他、開拓1世の話や文化活動に触れるなど、鹿放ヶ丘の魅力を一日体感しました。



★開拓1世の解説に興味深く耳を傾けていました



★「鹿子太鼓」による迫力満点の演奏



「STaD Cafe」 4月&5月のご案内

STaD Cafe

イルピーノ

営業日 毎週水・木曜日(祝日は休み)
営業時間 11:30~16:00(L.O.15:30)
週替わりランチコース ¥2,000(税込)
パスタランチ ¥1,600(税込)
カレーランチ ¥1,600(税込)
ケーキセット ¥800(税込)

佐倉井/ベコちゃん

営業日 4月11日(月)・12日(火)の限定営業!
営業時間 11:30~14:00(L.O.13:30)
佐倉井セット(サラダ付き) ¥1,000(税込)
佐倉井単品 ¥600(税込) ※お持ち帰りでもできます。



●問い合わせ (株)高千穂ネットワーク ☎043-486-1101(月~金曜日10:00~16:00)

旭鶴×イルピーノ STaD Cafe Dinner at STaD Cafe

日時 4月22日(金)
18:30~20:30(18:00受付開始)

内容 オードブルからメイン、デザートまで、約5種類のお酒の内容に合わせたお料理をお出しします。「旭鶴」当主と「イルピーノ」オーナーシェフのお話を聞きながら、佐倉の銘酒とお料理をご堪能下さい。

参加費 ¥6,000(税込)
定員 20名様(要予約)
会場 STaD Cafe

佐倉市田町74-1
T-NETビル2階
※厩博交差点近く



●問い合わせ・申し込み
(株)旭鶴 TEL.0120-65-0002(9:00~18:00/日曜日定休)
FAX.043-498-2702

これからイベント

第28回
佐倉チューリップフェスタ

4月2日(土)~24日(日)9:00~16:00

佐倉ふるさと広場とその周辺

今年は関東最大級100種類約71万本のチューリップが広場を彩ります! 会場ではチューリップの掘取り販売やオランダ衣装の貸出し、ストリートオルガン演奏などが行われ、オランダ気分を満喫できます。また9・10日には「風車まつり」も開催! 佐倉の春の風物詩をご堪能下さい。
 ⑨(公)佐倉市観光協会 ☎043-486-6000
 ⑩http://www.city.sakura.lg.jp/0000000042.html



これからイベント

2016ほくそう春まつり

4月24日(日)10:00~15:00 ※雨天決行・荒天中止

千葉ニュータウン中央駅
コンコース、自由通路、
ロータリー周辺

鉄道各社局のグッズや沿線特産品、農産物販売を始め、飲食ブースも多数出店します。また、九州発のアイドルグループ「LinQ」やアニメの人気女性声優「Pile」、お笑い芸人などが特設ステージを盛り上げます! 入場無料。
 ⑨北総鉄道株式会社
運輸部営業課
☎047-445-1901



第「さくらスクエアーズ」初心者講習会

6月毎週土曜日13:00~14:00 佐倉市西部保健福祉センター
軽快なカントー&ウエスタンの音楽にのり、4カブ8名が隊形を変化させながら歩いて踊るスクエアダンスの無料体験会が開催されます。初心者も経験者も歓迎! 「さくらスクエアーズ」は毎週土曜日に活動。ご興味のある方は動きやすい服装と靴でご参加下さい。申込不要。
 ⑨さくらスクエアーズ ☎043-489-8255(代表 田中さん)

催 つつじ観賞ウォーク

4月28日(木)9:30JR物井駅前集合
14:40千葉都市モノレール千城台駅前解散
NPO法人ちばさこう会によるウォーキングイベント。見頃を迎えるDIC総合研究所のつつじ観賞(入園料¥200)や焼嶽神社などを巡る約13kmコースです。参加費¥300。申込不要。雨天決行。
 ⑨伊藤さん ☎090-2318-5361

イベント情報は ST&D TV みんなのイベントカレンダーもチェック! ➡ http://www.stad-tv.com/our_calendar/ 初回登録(無料)が必要です。

地域資源を活かしたコラボスイーツ

地域活性を目的に、弊社(株式会社 高千穂ネットワーク)がプロジェクトに関わらせて頂いているコラボレーションスイーツが続々と登場! 地域の魅力をぜひ味わい下さい。

江戸野菜スイーツ

「房総のむら」で取り組んでいる「江戸野菜プロジェクト」の商品開発に弊社が携わらせて頂いており、江戸野菜を使用したスイーツを欧風洋菓子「イルピーノ」が製造。「房総のむら」で、今春から販売を開始しました!
 ※お買い求めの際には入館料が必要です。

★ごせき晩生小松菜のスティック(手前)と小松菜の葉を使ったさくさくアーモンドサブレ(右)、子安三寸人参のジャム(左)
 ※季節によって商品内容が異なります。



房総のむら
入館時間: 9:00~16:30
休館日: 月曜日(休日の場合は翌日休館)
入館料: 一般¥300、高・大学生¥150、中学生以下・65歳以上無料
所在地: 印旛郡栄町龍角寺1028 問合せ: TEL.0476-95-3333

酒粕スイーツ

佐倉の地酒「旭鶴」の酒粕を使用した「STaD Cafe×イルピーノ」のコラボスイーツ2種は、「イルピーノ」と「STaD Cafe」でお買い求め頂けます。

★チョコレートのブラウニー酒粕ジャム入り(手前) ¥200(税込)
 ★レモンと酒粕のパウンドケーキ(奥) ¥300(税込)

欧風洋菓子イルピーノ
営業時間: 10:00~20:00
定休日: 火曜日・第1・3月曜日
所在地: 佐倉市稲荷台2-6-7
問合せ: TEL.043-489-6405



STaD Cafe
営業時間: 毎週水・木曜日11:30~16:00(祝日休み)
所在地: 佐倉市田町74-1
問合せ: (株)高千穂ネットワーク TEL.043-486-1101
(月~金曜日10:00~16:00)



これからイベント

第28回成田太鼓祭

4月9日(土)・10日(日)10:00~

成田山新勝寺境内、成田山表参道

全国各地から集結した約50団体、総勢約1,500名の和太鼓奏者が成田山と参道を舞台に太鼓の音を轟かせます! 約800名が演奏する「千願華太鼓」、かがり火に照らされた幽玄な舞台の「成田山千年夜舞台」、個性溢れるパフォーマンスに魅了される「太鼓パレード」など、心震える感動の二日間を体感して下さい。
 ⑨成田太鼓祭実行委員会事務局
 ☎0476-24-3232(火~日曜日9:00~17:00)
 ⑩http://nrtm.jp



これからイベント

「しすい・ハーブガーデン」開園!

4月1日(金)10:00~

※月曜日休園(5月2日は開園)

「しすい・ハーブガーデン」が開園シーズンを迎えます。また、5月21日(土)には「ハーブガーデンまつり」を開催! 今年初となるスタンブラーやライブ、ハーブ体験教室などが行われます。ハーブの香りに包まれながら癒し溢れる時間をお過ごし下さい。入園無料。
 ⑨しすい・ハーブガーデン ☎043-496-4909
 ⑩酒々井コミュニティプラザ ☎043-496-4461



これからイベント

国立歴史民俗博物館
くらしの植物苑 特別企画

「伝統の桜草」※月曜日休苑(5月2日は開苑)

4月12日(火)~5月8日(日)9:30~16:30(入苑は16:00まで)

江戸時代中頃以降、園芸家によって野生種の中から変わった花が探し出され、多くの品種が作り出されてきた一連の桜草を、伝統的な観賞方法でお楽しみ頂けます。高校生以上¥100、小・中学生無料、毎週土曜日高校生無料、29日(金・祝)は「歴博みどりの日」で入苑無料。
 ⑨ハローダイヤル ☎03-5777-8600(8:00~22:00まで)
 ⑩http://www.rekihaku.ac.jp



これからイベント

国史跡本佐倉城跡見学会

4月23日(土)10:00~12:00 ※雨天中止

本佐倉城跡東山馬場9:50

または酒々井町中央公民館9:30集合

毎月第4土曜日に開催している「酒々井ふるさとガイドの会」による人気の見学会。4月下旬から約1ヶ月間20匹以上の鯉のぼりを掲揚。23日の見学会では城跡の空を悠々と泳ぐ鯉たちを眺めながら歴史散策ができます。参加無料、事前申込不要。
 ⑨酒々井町教育委員会生涯学習課
 ☎043-496-5334(直通)



催 印旛沼流域にトキを呼ぶ集い

4月21日(木)13:00~16:00

佐倉市立日井公民館 2階集客室

「下総トキ誘致懇談会」主催による第1回目の集い。(財)環境文化創造研究所主席研究員である蘇 雲山(そうんさん)氏を講師に迎え、トキの保護とその将来について講演が行われます。入場無料。申込不要。
 ⑨下総トキ誘致懇談会 ☎090-5535-2488(代表 太田さん)

音 成田ブリティッシュプラス「第9回定期演奏会」

5月15日(日)14:00開演(13:30開場)

成田国際文化会館

英国式プラスバンドの楽曲を始め、映画音楽など馴染みのある曲を織り交せて演奏します。英国式プラスバンドの壮大な響きをお楽しみ下さい。
 一般¥500、高校生以下無料、申込不要。
 ⑨山本さん ☎090-6495-9158

第4回とみさと市民活動フェスタ

2月13日(土)、「第4回とみさと市民活動フェスタ」が富里中央公民館で開催されました。これは市内で活動する団体の活動内容を知って貰うとともに、団体同士や市民との交流の輪を広げて貰おうと、富里市が主催したものです。

開会式では、主催者を代表し相川堅治市長から挨拶があり「地域力がないと難しいと言われている時代の中で、皆さんの活動が日々活発になり、“富里で暮らし子どもを育てることは安心”と思えるようなまちにしていきたい」と、協働のまちづくりへの理解を呼びかけました。また、この日は市内小学校からイベントの取材を行う子ども記者と富里高校の生徒が運営ボランティアとして参加することが紹介されました。



相川堅治富里市長



落ち葉プール

イベントには、NPOやボランティア団体など41団体が参加。日頃の活動発表や体験企画を用意し、自分達の活動をPRしました。特に子どもに人気があったのが、市民活動団体



子ども記者と高校生ボランティア

「富里にプレーパークをつくり隊」による落ち葉プール。子ども達はビニールプールいっぱい敷き詰められた落ち葉の感触を思い切り楽しみ、ひとしきり遊んでいました。保護者も「家の中では子どもも発散できないので良かった」と、団体の活動に興味を持ち会員の話を聞く姿などが見られました。

おもちゃを通じた地域交流を行っている「とみさとトイズクラブ」では“おもちゃクリニック”と称し壊れたおもちゃを修理しており、この日も市民から預かったおもちゃを会員が慎重に修理していました。会員は全員男性で修理する姿はまるで職人のようです! 2階で行われていたサークル「日本スポーツ吹矢協会富里支部」の吹き矢体験では、男性の来場者が積極的に参加。会員による丁寧な指導のもと、姿勢と呼吸を整え矢を吹いていました。中には初めてにも関わらず、的の中央を射る人もいて、腕前に驚く会員と会話を弾ませていました。その他にも、本の読み聞かせや昔遊び体験、慰問活動を行っているダンスサークルの発表など、各団体による様々な活動披露と体験が行われ、会場は一日熱気に包まれました。また、屋外で販売された焼きそばや豚汁も大好評! 昼前には完売となる盛況ぶりでした。

今年は天候にも恵まれ、昨年より多い約1,700名が来場。特に親子連れが多く見られ、団体の活動の中で子ども達を遊ばせるとともに、地域を身近に知る貴重な機会となりました。



おもちゃクリニック



スポーツ吹き矢体験



フラダンス発表

まちづくりコラム Vol.13

らっぽうがおか

鹿放ヶ丘の着地型旅行商品 ~都市の視点~

いま、各地で“都市”と“地域”をつなぐための「着地型観光商品」づくりが、活発に行われています。旅行者を受け入れる側の地域(着地)側が、その地域でおすすめの観光資源を基にした旅行商品や体験プログラムを企画・運営する形態を「着地型観光」と言います。独自性が高く、ニューツーリズムを始めとして、その地域ならではの様々な体験ができることから、各地域の魅力を味わう上でオススメです。

今号のSTaD(すたっと歩こう!)では、私がコーディネーターとして関わらせて頂いている四街道市鹿放ヶ丘の地方創生事業(観光支援事業)にスポットを当てていますが、まさに、鹿放ヶ丘ならではの地域資源をいかした着地型旅行商品づくりを進めています。

さる3月13日(日)に、都心で働くオフィスワーカーを中心に約20名の方に参加して頂きモニターツアーを行いました。着地型旅行商品づくりを進めるにあたり大切なことのひとつは、受け入れる側の地域が、自らの地域資源を見つめ直し、みんなで磨き上げることです。そして、その磨き上げる時には地域の方だけではなく、ターゲットとする方々と一緒に磨き上げていくこと…。今回の旅行商品づくりのターゲットは、都心で働く20~40代位のオフィスワーカー及びその家族を想定していますので、このターゲットの方々を感じる“都市の視点”がとても重要になります。特に、四街

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発行人のまちづくり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!

道市は都心から約1時間という立地で、着地型旅行商品づくりを考える上では、とても魅力ある地域資源の一つです。

モニターツアーでは、自慢の農産物をいかした農体験プログラムとして、美味しいいちごの収穫体験や、現在試作品開発中の地元で収穫された野菜などを地元の小麦でつくった“鹿放パン”にはさんで食べる“鹿放開拓バーガー”や“ピザ・鹿放ビスマルク”など、この地域ならではの食のおもてなしに、参加者も大満足でした。食事の後は、鹿放ヶ丘の開拓1世の方による開拓の歴史のお話や、地元鹿子太鼓の演奏と太鼓体験など、地元の食と農、歴史、文化をいかした鹿放ヶ丘ならではの体験プログラムでおもてなしました。

鹿放ヶ丘は、四季を通じての美味しい農産物や、開拓の歴史と受け継がれてきた地域文化、そして何よりも地域のみなさんが世代を越えて家族のような関係づくりを大切に育まれていること。これらの鹿放ヶ丘の地域資源をいかした着地型旅行商品がさらに進化していくことを楽しみにしています!



鹿放開拓バーガーと鹿放食材を使用したスープやキッシュ



ツアー参加者の演奏体験

『賢いチョイス! 「メガネ」で快適な生活を♪』

聖隷佐倉市民病院 眼科検査室 室長 視能訓練士 生田 容子

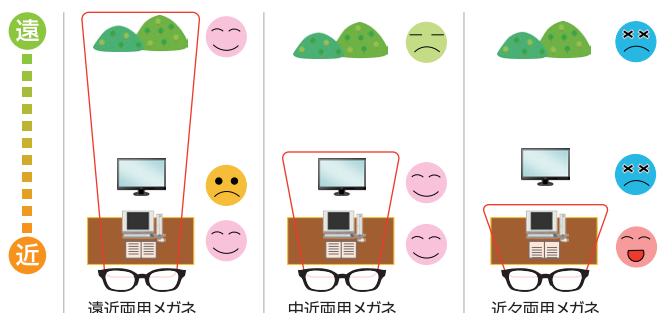
みなさんは「メガネ」を使用していますか? 視力の低下に伴い装用する方、ファッションとして装用する方、この時期に多い花粉症対策として装用する方など、メガネを装用する理由・種類・方法がたくさんあります。今回は、視力に関連する『メガネ』についてお答え致します。



Q1.どんなメガネを使うと良いか教えてください

A メガネは用途によっていろいろなタイプが選べます。

- ① 遠用メガネ…近視や遠視や乱視があり遠くが見にくい方が、車を運転する時や映画を見る時などにかけるメガネです。日常的にもかけることができます。
- ② 近用メガネ(老眼鏡)…新聞や本を読む時や手紙を書く時など、近くを見る時にかけるメガネです。
- ③ 遠近両用メガネ…遠くから手元まで焦点を合わせることができるメガネです。特にピントを合わせる力が低下した40歳以降の世代には欠かせない常用メガネです。
- ④ 中近両用メガネ…手元から室内の生活空間全体を見るためのメガネで、屋外での使用には適しません。
- ⑤ 近々両用メガネ…手元の新聞とパソコンモニターなど机上全体の範囲に焦点を合わせることができ、椅子に座ってデスクワークをするためのメガネです。



Q2.近い物が見えにくいです。老眼なのでしょうか?

A 目の老化現象で、水晶体の弾力性が弱まり、近くを見るときに必要な調節ができなくなった状態を老眼(老視)といいます。だいたい40歳位から老眼が始まり、60歳位までだんだんと進みます。

症状としては「新聞や本の文字が見にくい」「目が疲れやすい」「目が痛い」「肩が凝る」「薄暗いところで字が見えにくい」「近くを見ていて遠くを見ると、すぐにはピントが合わない」「近業(手元の手業など)の後、頭が痛い」などがあります。

これらの症状が出てきたころに、近くを見るためのメガネ(老眼鏡)が必要となってきます。

いろいろなタイプのメガネがありますので、どんな時に使いたいのか相談しながらメガネを合わせてもらうことをお勧めします!

目にしっかり合ったメガネをかけて快適な生活をおくりたいものですね。



☆スマホ老眼とは??

20~30代の若い世代でも、長時間スマホやパソコンを使用し目を酷使することで、目のピントを合わせる力が低下し、夕方頃になると老眼と同じような症状になります。

予防は、「長時間使わない」ことです。こまめに目を休めましょう。



『皮膚・排泄トラブルはおまかせください!』

聖隷佐倉市民病院 専門・認定看護師 皮膚・排泄ケア認定看護師 青木

今回は、皮膚のトラブルや、便・尿などの排泄に関わるサポートを専門にしている認定看護師についてご紹介いたします。

聖隷佐倉市民病院では、2名(高野・青木)の皮膚・排泄ケア認定看護師がいます。

「床ずれ」「ストーマ(人工肛門・人工膀胱)」「失禁による皮膚のトラブル」「治療上の皮膚のトラブル」に関するケアを専門的に行う看護師です。

皮膚、排泄に関わる環境を整え、患者様の日常生活が困らないようにお手伝いさせて頂いています。

床ずれがあったり、床ずれになりやすい入院患者様をお一人ずつ尋ねて、病棟スタッフや形成外科医師と早期治療と発生予防に努めています。

ストーマケアでは、外科医師と連携をとりながら、入院中から退院後を通してストーマをつくられた患者様・ご家族の精神的サポート、お手入れ方法の指導、体に合った装具の紹介などを行っています。退院後も認定看護師が行っている「ストーマ/スキンケア外来」を定期的に受診していただき、日常生活上の悩みや自宅での問題に関する相談を行っています。

失禁ケアでは便や尿失禁によっておこる皮膚のトラブルを中心に、失禁対策、失禁ケア用具の選択などに関してのアドバイスをしています。

外来は、月曜日から金曜日の午前中(完全予約制)毎日行っております。

初診の方は、医師の診察が必要になります。

受診を希望する方は、下記までお問い合わせ下さい。

◎お問い合わせ ☎043-486-1155



外来名称		月	火	水	木	金
ストーマ・スキンケア外来	初診	○	—	—	—	—
	再診(完全予約制)	○	○	○	○	○

聖隷佐倉市民病院

『4月・5月のイベント情報』

※駐車場有料(¥100/8時間まで)

聖隷看護フェア

『5月12日は看護の日』

近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、1965年に国際看護師協会によって、5月12日が「国際看護師の日」と定められ、日本でも1990年に「看護の日」と制定されました。

聖隷佐倉市民病院では、毎年「看護の日」にちなみ、地域の皆さんに対して健康、看護、介護に関する相談を行い、自己の健康及び看護への関心を浸透させることを目的に「看護フェア」を開催しています。

今年も、測定コーナーや相談コーナーを設置し、さらに当院認定看護師によるわくわく健康教室も加わります。

どなた様も参加無料・申込不要ですので、是非ご参加下さい。

- 日時：2016年5月14日(土)9:00～15:00
- 場所：聖隷佐倉市民病院 1階ロビー
- 内容：①測定コーナー《血圧・血糖・血流・骨密度》
②相談コーナー《健康・栄養・介護・認知症・腎疾患など》
③わくわく健康教室(認定看護師)
- お問い合わせ：☎043-486-1151(代) 総合案内・看護管理室



ふれあい看護体験

5月12日は「看護の日」。メインテーマは「看護の心をみんなの心に」です。気軽に看護にふれて看護の心、ケアの心、助け合いの心を感じてもらえるように「ふれあい看護体験」を開催致します。

当日は、高校生の方を対象に、簡単な看護体験や病院見学などを行います。参加無料・事前の申し込みが必要となります。体験を希望される方は、下記までご連絡下さい。

- 日時：2016年5月14日(土)9:00～15:00
- 場所：聖隷佐倉市民病院
- 内容：簡単な看護体験や病院見学
- 対象：高校生の方(定員5名)
- お問い合わせ・お申し込み：☎043-486-1151(代) 総合案内・看護管理室



ロビーコンサート開催♪

2016年4月30日(土)、聖隷佐倉市民病院1階ロビーにてロビーコンサートを開催致します。

今回は、青野 淳子様による「中国ダルシマー※(別名:楊琴)」の演奏を行います。

入場無料で、どなた様もご参加頂けます。

素敵な音色を是非、ご堪能下さい。皆さまのご来場をお待ちしております。

※中国ダルシマーは、箱型の共鳴体に張られた多数の金属製の弦をばちで打って演奏し、金属製の弦を打って音を出す点や、音色の類似性から「ピアノの先祖」と呼ばれることもあります。

- 日時：2016年4月30日(土)14:00～15:00
- 場所：聖隷佐倉市民病院 1階ロビー
- お問い合わせ：☎043-486-1151(代) 総合企画室

聖隷福祉事業団の有料老人ホーム 介護付有料老人ホーム [入居時自立]

浦安エデンの園

お元気なうちに入居できる有料老人ホームをご存知ですか?

受付中

●資料請求 ●個別見学

居室の一例【Aタイプ居室(36㎡)】

- ①玄関からベランダまでバリアフリーのフローリングになっています。
 - ②寝室とリビングを分けて使っていただけるように、3枚扉の間仕切りがついています。
 - ③約100着収納できる、まくら棚付きのクローゼットがついています。
- ※家具・カーテン・家電製品・調度品等は実際の居室には設置されておりませんので、あらかじめご了承ください。



お問い合わせ
頂いた方にもれなく
「オヤノコマガジン」
をプレゼント
いたします

当園のご入居者や職員の
インタビューが掲載されて
います!



●お問い合わせ 浦安エデンの園 入居者募集センター

な ろ う い い ろ う ご

0120-766-165

受付時間/9:00～17:00(土・日・祝日を除く)

千葉県浦安市日の出1丁目2-1

www.seirei.or.jp/eden/urayasu



【浦安エデンの園 施設概要】 ●開設/平成3年7月1日(浦安簡易保険加入者ホーム開設)、平成19年7月1日(浦安エデンの園開設) ●定員/324名 ●居室総数/224室(一般居室/個室195室、介護居室/個室29室) ●事業主体/社会福祉法人聖隷福祉事業団
【千葉県有料老人ホーム設置運営指導指針による類型・表示事項】 ●類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護) ●居住の権利形態/利用権方式 ●利用料の支払い方式/一時金方式 ●入居時の要件/入居時自立 ●介護保険/千葉県指定介護保険特定施設(一般型特定施設)、千葉県指定介護予防特定施設入居者生活介護 ●介護居室区分/全室個室 ●一般型特定施設である有料老人ホームの介護にかかわる職員体制/2:1以上

浦安エデンの園へは、JR新浦安駅南口(ジョypaーズプラザ新浦安方面)の東京ベイシティバス乗り場から「系統16、17」にご乗車ください。
浦安エデンの園の最寄りバス停「明海大学前」へ5分程で到着します。
JR京葉線「新浦安駅」から徒歩14分(約1.1km)

STaD × 江戸優り佐原

香取市合併10周年を記念して、柳が芽吹く春の佐原で、夏と秋を合わせた24台の「佐原の大祭山車」が特別に曳き廻されます。小野川兩岸の歴史的町並みにすべての山車が整列する姿はめったに見られません。まち巡りや舟巡りにも最高の季節。ぜひ、春の佐原へお出かけください。



イベント

香取市合併10周年記念・佐原の大祭山車の「特別曳き廻し」

記念式典会場の香取コミュニティセンターでは、代表町内の曳き廻しや手踊りが披露されます。町中では「本宿・夏祭り」と「新宿・秋祭り」の山車24台が勢揃い。忠敬橋を先頭に香取街道沿いや小野川沿いに整列。その後一斉に「佐原の歴史的町並み」を曳き廻されます。すべての山車が同時に曳き廻されるのは約15年ぶりとなります。※駐車場は利根川河川敷特設大駐車場をご利用ください。

開催日: 4月24日(日)

(第一会場) 香取コミュニティセンター

9:15〜 出迎えの曳き廻し、手踊り

10:00〜 記念式典

(第二会場) 忠敬橋周辺

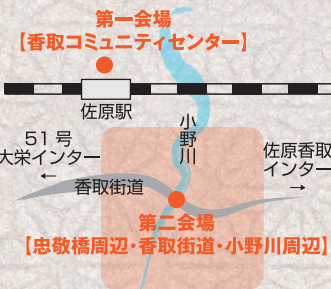
10:15〜 香取街道に山車24台が整列開始

12:15〜 通し砂切・曳き廻し(巡行)

15:00〜 小野川兩岸に山車24台が順次整列

18:00〜 総踊り・曳き廻し

(忠敬橋で曳き分かれた後、各町乱曳き)



お問い合わせ: 香取市役所・総務課 TEL.0478-54-1111



さわらの桜まつり

「佐原公園・諏訪神社」、「香取神宮」、「両総用水の水路沿い」が雪洞でライトアップされます。期間中は幻想的な夜桜をお楽しみいただけます。「八坂神社」や「観福寺」の桜もおおすすめです。

開催期間: 4月1日(金)〜4月15日(金)

お問い合わせ: 水郷佐原観光協会

TEL.0478-52-6675

<http://www.suigo-sawara.ne.jp/>



さわら五月人形めぐり

「佐原まちぐるみ博物館・企画展」として、老舗に伝わる人形など各商家で大切にしている五月飾りを公開。「佐原町並み交流館」などの周辺施設でも、個性豊かな人形が展示されます。※見学無料、見学時間・休日は店舗により異なります。

開催期間: 4月9日(土)〜5月15日(日)

お問い合わせ: 佐原おかみさん会

TEL.080-5455-7577

<http://m-kaze.com/gurumi/>



観福寺の花々

日本厄除三大師の一つに数えられる北総の名刹「観福寺」は、木々が多く自然の景観の美しさでも有名です。毎年4月には「枝垂桜」と「山桜」が、5月には「牡丹」が綺麗な花を咲かせ、参拝者を楽しませます。

所在地: 千葉県香取市牧野1752

TEL.0478-52-2804

<http://kanpukuji.or.jp/>



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

読者プレゼント 2016 4・5月号



①「佐藤いちご園」いちご 1パック

「すたっどと歩こう!」で紹介した「佐藤いちご園」より、旬のいちご1パックをプレゼント! 品種はお選び頂けませんのでご了承下さい。応募締め切りは4月17日(日)まで。「佐藤いちご園」で、平成28年5月8日(日)までに受け取りが可能です。に限りです。



②乗馬クラブクレイン千葉 富里

「乗馬試乗会」ご招待券

富里市七栄にある「乗馬クラブクレイン千葉 富里」より、乗馬の試乗会にご招待! 専門スタッフが付き添いますので、初心者の方でも安心して楽しむことができます。尚、利用有効期限は平成28年5月30日(月)まで。



③「アクアユカリ」入館券

約15種類のお風呂を誇る「アクアユカリ」から入館券をペアでプレゼント! 備長炭、檜、露天、岩風呂など、様々な湯で日頃の疲れを癒しませんか! 尚、利用有効期限は平成28年7月31日(日)まで。

応募方法

ハガキ、またはSTaD-TV(インターネット)から、メールでご応募下さい。

①お名前②年齢③住所④電話番号

⑤ご希望のプレゼント(第1希望、第2希望)

⑥以下のアンケートにお答え下さい。

Q1.今号が一番興味をひいた記事を読んで下さい。

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下さい。

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)高千穂ネットワーク内STaD編集部

または、STaD-TVからも応募頂けます!

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

締め切り 平成28年4月24日(日)まで必着

但し①に関しては4月17日(日)必着となります。

※当選者はSTaD-TVで発表させて頂きます。

編集後記

●四街道市鹿ヶ丘の取材では、開拓1世のお話を直接聞くことができ、食べるものもおいしい大変な時代にも関わらず、苦労以上に充実した日々であったことが、とても嬉しそうに当時の皆さんの表情から想像することができました。ぜひ、皆さんも地域の歴史を学び、地元のお味を楽しみ、郷土の魅力を再発見しませんか! (STaD編集部)

STaD
スタッフ

●発行人/中村正明 ●取材・編集/加瀬聡子 ●アートディレクション/細野ゆり
●写真/田尾敏郎 ●協力/城西国際大学メディア学部/東京情報大学情報
文化学科映像研究室 ●企画・編集・印刷・発行/株高千穂ネットワーク

(株)高千穂ネットワークは、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。 ☎043-486-1101

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。