

御所見 だより

御所見地区社会福祉協議会
発行：御所見だより編集委員会
■ 事務局 御所見市民センター
藤沢市打戻1760番地の1 TEL(48)1002

2026年 第139号



ポピー

御所見地区 世帯数と人口 令和8年7月1日現在				
地域	世帯数	人口	男	女
用 田	1,453	3,588	1,837	1,751
葛 原	1,273	3,048	1,573	1,475
菖蒲沢	2,370	4,752	2,644	2,108
打 戻	1,137	2,579	1,251	1,328
瀬 郷	519	1,514	737	777
宮 原	898	2,280	1,132	1,148
総 数	7,650	17,761	9,174	8,587

<トピックス>

認知症のQ&A	2
夏バテはスーパーフードで	2
ご存じですか？	2
少年の森報告	2
ふれあいサロン開催	3
ごみの分別はゲーム感覚で	3
次代を担う子ども達のために	3
気候正義	3

はじける笑顔で 示そう“知”“歌”“楽”

人と自然が豊かな
我がまち

みんなで創る
御所見の未来

開催日時：2026年10月24日(土) 9:30～15:00
25日(日) 10:00～15:00

場 所：御所見市民センター/多目的広場

第2回 ごしょみフェスタ が開催されます！

新しいお祭りを通して、御所見の人と人が力を合わせ、健康で文化的なふれあいのまちづくりめざし、今年も「ごしょみフェスタ」の開催が決定しました。

昨年は雨にもかかわらず大勢の人が参加し、市民センターでの展示やパフォーマンス、福祉バザー、じゃんけん大会などもあり大いに盛り上がりました。体育室での柔道や剣道の交流試合、多目的広場や体育室横の駐車場には、たくさんの模擬店が並び、終了まで多くの人を楽しんでいました。

今年は更にバージョンアップしたフェスタにしようと実行委員一同、知恵を絞っています。地域の新しいお祭りとして「みんなで創るフェスタ」を目指します。

中学生ボランティア 募集中！

みんなで楽しいフェスタを
創り上げよう！！

本部受付などのお手伝いをして、みんなで楽しいフェスタを創り上げよう！！

御所見中学校の保護者連絡ツール（すぐーる）で配信していますので、詳細はそちらをご覧ください。

昨年のごしょみフェスタ



抜粋

今年度「ふれあいサロン」の内容

日々の健康管理に役立ててみませんか？

自分でできる簡単なツボ押し

～腰痛・肩こり等のセルフケア～

講師：関根 勝巳氏（鍼灸マッサージ師）

お口の若返り

藤沢市健康づくり課

お茶を飲みながら ひと時を楽しみませんか？

これからの開催予定

参加無料

月・日	曜日	時 間	場 所
8月27日	木	午後1時30分～3時40分	御所見市民センター
9月3日	木	午後1時30分～3時40分	菖蒲沢市民の家
10月1日	木	午後1時30分～3時40分	用田市民の家
10月15日	木	午後1時30分～3時40分	かわせみ

高齢者のふれあいの場に
2025年度はのべ237名の方
が参加されました。
普段ふれあいの機会の少ない高
齢者にとっては、講演や健康づく
りの実演などで会話が弾み、とて
も良いふれあいの場になりました。

声をかけあって参加しよう！
高齢者の増加で、社会との繋が
りが薄い人がいます。普段からの
挨拶や何気ない雑談ができる機
会づくりの場として高齢者を対象に
「ふれあいサロン」があります。
毎回楽しく役にたつ講話や
実演を企画
今年度は、御所見の6地区で7
月から10月まで開催しておりま
す。小規模のサロンを開き、講師
を招いたり、様々なことを話し合
い、ふれあうことによって地域の
方々が心身ともに元気に日々をお
くれるようになることを目的とし
ています。

「ふれあいサロン」 御所見地区社会福祉協議会主催



ふれあいサロン開催

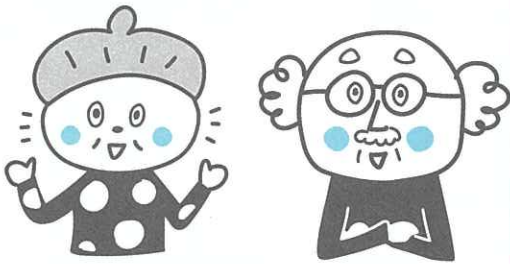
参加者の感想
2025年度の「ふれあいサロ
ン」に参加された方の感想の一部
を紹介します。
・毎回参加させてもらっている
が、毎年工夫を凝らしたテー
マで素晴らしい
・近所の人と話ができ良かった
大変勉強になった時間でした。
・ありがとうございます
・次回も参加したいです
・市職員の方の説明は分かりや
すく、楽しく学べました。あ
りがとうございました
・話を聞いたり、体験できたり、
和やかな雰囲気良かったです
2026年度は既に7月2日(木)
に打戻自治会館、9日(木)に葛原
公民館にて開催しました。今後の
日程は開催予定表の通りです。

ご存知ですか?『世界アルツハイマーデー』

1994年9月21日スコットランドのエジンバラで第10回国際アルツハイマー病協会国際会議が開催されました。そしてこの年、国際アルツハイマー病協会（AD I）が世界保健機関（WHO）と共同で会議の初日であるこの日を『世界アルツハイマーデー』と宣言し、9月を『世界アルツハイマー月間』としました。アルツハイマー病や認知症に関する認識を高め、患者や家族への支援と希望をもたらすことを目的としています。

日本では2024年1月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」により9月21日を『認知症の日』、9月を『認知症月間』と決めました。全国各地で記念講演会、ポスターやリーフレット配布など街頭での啓発活動が行われ、認知症への関心と理解を深めることが推進されています。

神奈川県では県庁、藤沢市では江の島の灯台がオレンジ色にライトアップされYouTubeやZoomで配信されています。御所見では偕老ホームの建物がオレンジ色でデコレートされます。



ケアシステム(CS)推進会議第一四半期報告

<第1回御所見地区CS推進会議を開催しました>

日時：2026年5月11日（月）10:00～11:30
場所：御所見市民センター 第2談話室

今年度1回目の会議では、昨年度を振り返り今年度の方向性や具体的な取り組みについて議論しました。新たに「多世代交流」の視点を取り入れた取り組みを展開する予定です。

<第4回健康づくり体験フェアを実施しました>

日時：2026年6月5日（金）13:30～16:00
場所：御所見市民センター 体育室

「健康づくり」と「住民同士の顔の見える関係性づくり」を目的に、4回目の実施となりました。今回も健康づくり体験や健康に関する相談など12のブースが出展し、72名の参加者がいきいきと楽しそうに過ごされていたのが印象的でした。



少年の森報告シリーズ ⑪

少年の森からのご案内

藤沢市少年の森 一時閉園へ！

みんなの「やってみよう」で

最高の思い出をつくらう

地域の皆様、いつも温かいご支援をありがとうございます。御所見の宝である「少年の森」は、再来年度に再整備のため一時閉園を迎えます。そこで来年度、当施設では「こどもたちの意見をカタチにする事業運営」を実施したいと考えています。閉園までの期間を、主役である

夏バテは スーパードで

・梅干し



昔から「梅はその日の難逃れ」という諺があります。朝に梅干しを食べると、その日は災難（病気や食あたり）から逃れられるという意味です。現在も養生訓として親しまれています。疲労回復や免疫力向上効果、大です。夏バテ対策に、スーパード（自然由来の栄養価が高い食品）と言われる梅干しを食事にとりいれてみるのは如何でしょうか。

・生ハチミツ



これもスーパードです。クレーンにあたり過ぎて喉が乾いた時や夏風邪かな、と思った時など、スプーン一杯口に含むと喉のケアになります。エネルギー源としても即効性があり、最適です。

注意！生ハチミツは一歳未満の乳幼児には絶対に与えないで下さい。また重度の花粉アレルギーの人も控えてください。

認知症のQ&A



Q：母が夜になると、家の中を歩き回り、時々一人で誰かとしゃべっています。そのためか昼間ウトウトしています。どうしたらよいでしょう。

A：睡眠の乱れから昼夜逆転、感情が不安定、落ち着きがない、幻覚（誰か見えている）など認知症症状のある方は夜間せん妄症状とも考えられます。特に夕方から夜間にかけて出現することが多いです。

<接し方のコツ>

介護者が落ち着いて否定せずに話を聞く、部屋を明るくしてみる、温かい飲み物を一緒に飲むなどしてみましょう。昼夜逆転している場合は、夜間しっかり寝ることまた不安要素を軽減するために薬を使用してみるなどがあります。せん妄症状には原因が多くあるので、主治医に相談してみましょう。

イベント案内

①自然体験フェスティバル

開催日時：2026年10月10日（土）
9時～16時



藤沢市少年の森
担当 小雀 智洋
0466-4817234

②森の音楽会

開催日時：2026年11月15日（日）
10時30分～11時10分

内容：自然環境の中で奏でられる音を感じながら、心と体がひらかれる特別なひとときを過ごせます。同時に地元野菜販売やフリーマーケット（出店者も募集）も開催しています。



※予備日：2026年11月21日（土）
9時～16時

内容：野外体験のプロが集まり、自然の魅力や学びに触れられる特別な一日。多彩な体験と飲食店の出店で新しい発見が広がります。

新賛助会員紹介

“フランスパン” まるで本場の味！

ベーカリー
「ブラウン」



用田で創業してから40年以上御所見地区で愛されている老舗のベーカリー「ブラウン」。2013年に現在の宮原に移転し、お店で焼きたての約40～50種類のパンをお手頃の値段で提供している。岡野オーナーの一押しは「コーヒーあんぱん」で、あんことコーヒーの味が絶妙なバランスで、さらにホイップクリームが味に深みを与えている。

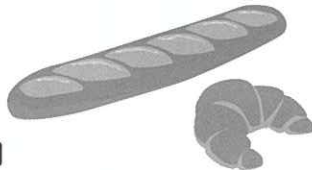
焼きたての「バゲット」はフランスを思い出させる食感と味で、是非お試しを！

また、「ブラウン」でしか味わえない「マヨたく」も絶品で、なんと沢庵とマヨネーズがやみつきの味です。他にも定番の食パン、カレーパン、デニッシュなど、どれをとっても“セブン！”。

お店の外にテーブルと椅子があり、焼きたてのパンをすぐに食べられますよ。

「ブラウン」は毎日食べても安心・安全なパンで皆さんを笑顔にすることをモットーに毎日パンを焼いています。

- 住 所：藤沢市宮原3539-1
- 電 話：0466-48-8373
- 営業時間：午前10時～午後7時
- 定 休 日：毎週火曜日・第3水曜日



サロン開会

今年度初回の「ふれあいサロン」を7月2日（木）打戻（南部）地区の高齢者を対象として、打戻自治会館にて開催しました。「ふれあいサロン」は民生委員が中心となつて近所で人々が集い、講師を招いたりして、世間話や身近な情報交換をする、いわば「地域の縁側」とも呼べる企画です。今回は葛原に開業している鍼灸マッサージ師の関根勝巳先生を講師としてお招きし、「自分でできる簡単なツボ押し」をテーマに肩コリや腰痛に効くツボを、民生委員林会長をモデルに場所を示すなど丁寧な説明がありました。人間にはなんと350箇所のツボがあるとのこと、人間の体の中で特に大切な所を指すそうです。その後関根先生が参加者の間を回り、質問に答えたり実際にツボを押すなど貴重な体験ができました。



民児協の林会長がモデル

口周りの筋肉を鍛えてくれるので、一番いいと強調していました。さらに、食事の時に良く噛むことが唾液を出し殺菌効果を上げることや認知症の予防にもなることなどみなさん真剣に耳をかたむけていました。お口の体操では、全員で唱歌「ふるさと」を歌い早口言葉で口の周りの筋肉を鍛えるなど和やかな雰囲気でした。その後恒例の「偕老ホーム」手作りのケーキ、コーヒーと紅茶が出る「お茶タイム」では、せっかく鍛えた口元も緩み周りの人との会話も弾み、総勢44名の参加された方は満面の笑みでした。今回もふれあうことによつて地域の方々が身体も心も元気に日々を送れるようにとの「ふれあいサロン」の目的が達成できたのではないのでしょうか。

続いて、藤沢市健康づくり課の歯科衛生士による「お口の若返り」では、歯ブラシの選び方や磨き方の説明がありました。また、うがい

ゴミ分別はゲーム感覚で！

私たちの出したゴミは玄関先からその日の内に跡形もなく消える…気持ち良い！！

しかし目の前から消えるが、それは適材適所(?)で処理され、それなりに処分されていることは皆さんもご存知のことでしょう。焼却された残渣は御所見の自然豊かな谷戸であるきれいな公園の下に埋まっています。



ヒトが生きていく以上出てしまうゴミについては処分が必要です。それでも私たちが自己責任としてゴミの行く先に思いを巡らせ、少しでも減らす努力は未来への思いやりとして必要不可欠ではないでしょうか。

分別…面倒くさいなあ～ではなく、一人ひとりが分別を心掛けることにより、資源となることが多くなりました。少し前まで固めてポイしていた廃油も今や飛行機を飛ばします。

ちなみに今一番多くて厄介な透明プラスチックも生協(湘南台)やスーパーヤオコー(綾瀬)ではリサイクル回収しています。これは水曜日に出すプラスチック削減に大いに貢献しています。さあ、皆さんもゲームを楽しむために分別の達成感を味わいましょう。



御所見中学校玄関前

委員の顔ぶれは「ああ、あの人が」と知られているほど多彩でとても活動的です。次回からシリーズで「ふれあいの活動」をご紹介します。

実は私も社協役員になるまでは知りませんでした。と言うより、広報紙トライアングル、回覧や行事等のチラシにその名称があつても記憶に残らなかったと言うのが正直なところ。でもこの通称「ふれあ」はとても大事な活動をしていきます。共の顔ぶれは「ああ、あの人が」と知られているほど多彩でとても活動的です。次回からシリーズで「ふれあいの活動」をご紹介します。



御所見小学校校門前で

シリーズ
次代を担う
子ども達のために①

大人からのあいさつ・声かけ運動

御所見地区ふれあい共育ネットワーク

「おはよう！ 気をつけて」朝一番で中里小学校、御所見小学校そして御所見中学校の校門前で「あいさつと声かけ」に「おはようございます！」と元気な声が返ってきます。あいさつをするこ

シリーズ 気候正義①

京都大学の宇佐美誠教授が著書「気候正義」で「気候変動による自然災害は、温室効果ガスの排出量が多い先進国よりも、ほとんど排出していない開発途上国でより深刻だ」と述べている。「気候正義」とは「こうした不公平を解消し、すべての人々の命や健康、安全に生きる権利を大切にしよう」と定義している。また、日本の現状については「倫理的な観点から気候変動の対策を考えることが少ない」と指摘している。CO2を世界で5番目に多く排出している国として必要な視点とも。アクションを起こさないことを「静かな暴力」として強く非難する声もあるとのことだ。地球温暖化が進み大きく変化する気候を考えていきたい。



日々是好日

「おはよう！」の挨拶から一日が始まる。

皆さんは家族や友人、隣人や散歩の途中ですれ違う人に挨拶をしていますか？「こんにちは」「ありがとう」「ごめんなさい」や「おやすみなさい」など人との関係を築く上でのとても大事な言葉だと思ふ。地域の小学校と中学校の校門前で朝「大人からあいさつ・声かけ運動」が行われているのをご存知だろうか？挨拶だけでなく大人が子ども達を見守っているという意味で大事な活動である。普段から大人が挨拶をしていればそれを見る子ども達も自然と挨拶をするようになるだろう。「おはよう」に対して元気に「おはよう！」と返つてくれば今日は調子がいいなとわかる。反対に元気がない声や返事がないときは体調が悪いのか不機嫌なのかと心配になる。ウォーキングで「こんにちは」と声をかけても無反応ですれ違う大人も子どももいる。子どもの場合は知らない人から声をかけられても相手をしないようにとの防犯上の注意もあり、理解はできる。しかし、大人の無反応には？？？？

まずは大人が家庭や顔見知りの人などが集まる場所などで挨拶をすることが大事なことでないか。「おはよう！」の一言が家族や友達との良い関係を築く第一歩になると思うがどうだろうか。



御所見だより 賛助会員 (あいうえお順)

建築資材 (株) 秋山商店 代表取締役 秋山 悟 東京都世田谷区等々力2-5-3 ☎ 03-3702-1146	あらい建設株式会社 代表取締役 荒井 亨 葛蒲沢824-4 ☎ 54-8764 携帯 090-9000-7192	うなぎ (有) 安藤養鰻場 代表 安藤 昇 瀬郷1557 ☎ 48-1575	(株) 石塚運送 代表取締役 石塚 孝一 打戻1913 ☎ 48-1089
社会福祉法人 一石会 理事長 鈴木 良昌 特別養護老人ホーム 白鷺苑 御所見愛児園 ケアプランセンター えんじゅ 用田820 ☎ 48-0896	湘南藤沢の「かかりつけ農家」 井出農園 代表 井出 茂康 打戻2730 ☎ 090-3040-1293	(株) 今井水道設備 代表 今井 満敏 宮原3394 ☎ 48-3311	四季菜庵 いわかめ 森 俊一 用田587-1 ☎ 48-1039
一般建築塗装・防水塗装・吹付塗装 株式会社 内野塗装 代表取締役 内野 謙 宮原1448 ☎ 48-5312	うなぎ・一幸 大木 克実 打戻686 ☎ 48-3744	尾上茂のジムニー歴史館 館長 尾上 茂 用田2140 ☎ 90-3011	社会福祉法人 三つ葉会 介護老人保健施設 ガーデニア・ごしょみ 瀬郷218 ☎ 47-0580
特定非営利活動法人 偕老会 高齢者グループホーム 偕老ホーム 瀬郷65-1 ☎ 48-7812	かしや園 大貴 正雄 葛原553 ☎ 48-4025	加藤商事(株) 代表取締役 加藤 寛章 瀬郷844 ☎ 48-1028	湘南野菜 生産販売 亀井園芸 亀井 利貞 葛蒲沢334 ☎ 48-1971
熊山園 熊山 直行 瀬郷675 ☎ 48-1726	ギフト専門店 くりばやし 打戻1768-3 ☎ 48-5574	社会福祉法人 光友会 理事長 五十嵐 紀子 瀬郷1008-1 ☎ 48-1500(代表)	(株) コーシン物産 代表取締役 落合 功 葛蒲沢820 ☎ 48-3435
(有) 御所見不動産 代表取締役 熊山 典洋 用田595-1 ☎ 48-8800	御所見ロイヤルテニスクラブ 代表 森 正治 打戻2516 ☎ 48-3525	文具・雑貨 (有) 小菅商店 代表取締役 小菅 誠 用田588-5 ☎ 48-1085	(有) 御畜食肉センター 国産肉の店 内野 茂樹 宮原1514 ☎ 48-2929
グループホーム デイ・ショートステイ ことりの森ふじさわ 代表取締役 久保田 志津 葛蒲沢790 ☎ 47-6681	さがみ農業協同組合 御所見支店長 西 朋子 打戻1907-1 ☎ 48-0545	三丘園 三上 健一 瀬郷977-4 ☎ 48-2277	三和矢崎サービス株式会社 湘南営業所 所長 齋藤 一也 宮原1163-4 ☎ 48-0123
(有) 下田酒店 下田 邦彦 用田591 ☎ 48-1044	(有) 伸和自動車商会 代表取締役 與安 伸彦 葛蒲沢1039-2 ☎ 48-2348	海鮮市場 豊洲直送 鮎まさ 地域の店 いきまますよ 瀬郷1289-5 ☎ 48-7150	誠勝建設株式会社 代表取締役 植村 百恵 藤沢センター 葛原1389-1 ☎ 48-1999
(有) 大寿商事 代表取締役 亀井 マサエ 葛蒲沢219 ☎ 48-1965	太陽電設 田崎 康寛 葛原2360-8 ☎ 48-2138	(有) 高橋商事 おおい 大平 果樹園 葛蒲沢920-1 ☎ 48-6261	高橋緑化園 高橋 忠雄 瀬郷646 ☎ 48-1729
給排水 リフォーム工事 (有) 東管 佐藤 利男 用田612 ☎ 48-8838	長嶋園 長嶋 喜満 宮原1562 ☎ 48-1027	(有) 西山畳店 代表 西山 茂 宮原1423 ☎ 48-3754	日祥梱包倉庫(株) 代表取締役 有坂 和夫 遠藤4651 ☎ 48-5641
(株) 長谷川土建 代表取締役 長谷川 一夫 葛原2243 ☎ 48-4529	英樹園 漆原 忠彦 葛原339 ☎ 48-1413	フードショップ鈴野 (有) 鈴野商店 代表取締役 鈴野 昌太郎 宮原1319 ☎ 48-1031	介護付有料老人ホーム 藤沢ロマン館 施設長 小松 伸助 葛蒲沢538 ☎ 49-1140
プレキャストヤマザキ(株) 代表取締役 山崎 敬二 葛蒲沢1018 ☎ 48-3622	ベーカリー・ブラウン 岡野 鉄平 宮原3539-1 ☎ 48-8373	ポデーショップさとう 佐藤 六男 打戻2543 ☎ 48-7203	マルカ園芸 加藤 雅文 瀬郷1198 ☎ 48-1001
みーとはうす KANEKO 豚肉生産直売店 金子 憲永 打戻3392 ☎ 48-3536	(有) 水越商事 代表取締役 水越 正信 葛蒲沢554 ☎ 48-1379	(有) 明花園芸 代表取締役 長谷川 正臣 用田2662 ☎ 48-1187	明誠建設株式会社 藤沢事業所 代表取締役 北原 哲治 瀬郷1552 ☎ 48-5801
(有) 森電気商会 代表 森 達明 瀬郷578-5 ☎ 48-2827	焼肉ファミリー 代表 木戸 哲則 葛蒲沢1072-1 ☎ 48-9777	(株) 柳屋クリーニング 代表取締役 斎藤 一博 葛原1146 ☎ 48-3535	御所見だより 賛助会員募集中

御所見だよりは上記の皆様の賛助金により発行されております