第106号　更女会だより
大東支部担当
令和６年２月発行

掛川地区
更女会だより

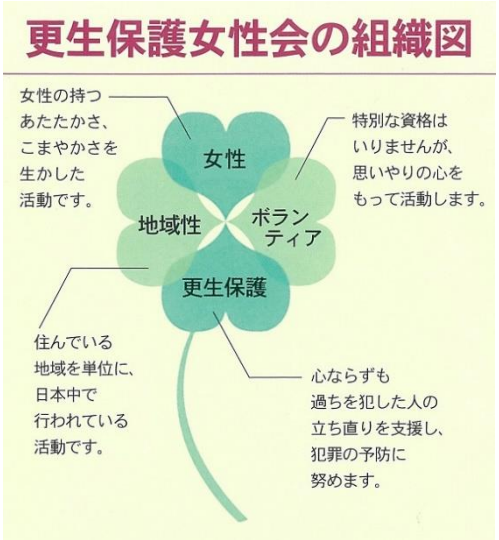
『新年を迎えて』

会長　佐藤 穎子

令和６年が始まりました。
本年もよろしくお願いいたします。
まずは、令和６年能登半島地震で被災された方々に心よりお見舞いを申し上げます。
さて、コロナウイルス感染症やインフルエンザの流行もございますが、以前と比べると行動に制約もなく、元気に活発にお過ごしの方も多いのではないでしょうか？
今年度も終盤を迎えました。計画されていた行事も“社会を明るくする運動”をはじめ、冠講座、静岡刑務所の矯正展、東遠学園の奉仕作業等々、無事に終えることができました。会員の皆様のご協力に感謝申し上げます。
そして来年度、本会は60周年を迎えます。
歴代の会長はじめ会員の先輩達から受け継いだ取り組みを次の未来・若い世代へ広めていけるよう、これからも共に頑張っていきましょう。
令和６年の飛躍をお祈りして新年のご挨拶といたします。

目　次

P1　新年を迎えて
（会長　佐藤 穎子）
P2　“社会を明るくする運動”作文審査会
（大東支部　宮澤 初子）
P3　冠講座に参加して
（大東支部　太田 千明）
P4　川越火力発電所・中部ウイング見学
（掛川支部　手塚 由子）
静岡刑務所矯正展
P5　少年の家食事作り
社会貢献活動東遠学園草刈り
P6　大須賀支部活動報告
掛川支部活動報告
P7　大東支部活動報告
P8　令和５年度静岡県更生保護顕彰式典
～受賞報告～
能登半島地震義援金お礼
編集後記



掛川市役所福祉課
掛川市長谷一丁目1-1
TEL:21-1140　FAX:21-1163
掛川地区更生保護女性会
http://kakegawa-koujyo.com/
会長 佐藤 穎子

第 73 回“社会を明るくする運動”掛川市地区作文コンテスト

審査会は、９月６日と８日に、大須賀市民交流センターで開催され、更女会の会員延べ 53 人にも参加していただきました。

応募された掛川市内の小学校 19 校 589 作品、中学校７校 272 作品の中から、掛川市地区推進委員長（掛川市長賞）、保護司会長賞、更生保護女性会長賞、協力雇用主会長賞に計 24 作品が選出されました。

なお、掛川市地区推進委員長賞に選出された、小・中学校各３人の作品は県のコンテストに推薦されました。

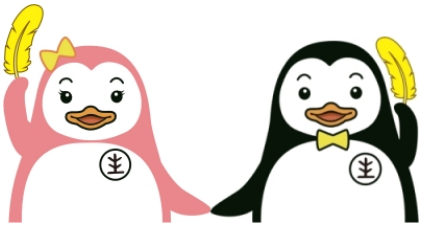
審査会の様子

作文審査会に参加して

大東支部　宮澤 初子

応募された小・中学生の作文は、家族とのきずなを深めること、人とのかかわり方とか、社会における自分がしなければならないことなど、大人の私たちも気付けなかったことも子どもたちはしっかり見ていることに本当に感心しました。たくさんの作品を読んで、考えさせられることばかりで大変勉強になりました。

表彰式（11/8 掛川市役所）の様子



更生保護キャラクター（出典：法務局ＨＰ）
更生ペンギンのサラちゃん（左）とホゴちゃん

更生保護女性会“冠講座”（９月 21 日　掛川西高校）

掛川地区更生保護女性会の冠を付して開催している講座で、市内の４高校を持ち回りで行っており、今年度は掛川西高校１年生と共に「睡眠と健康」をテーマに受講しました。

冠講座に参加して

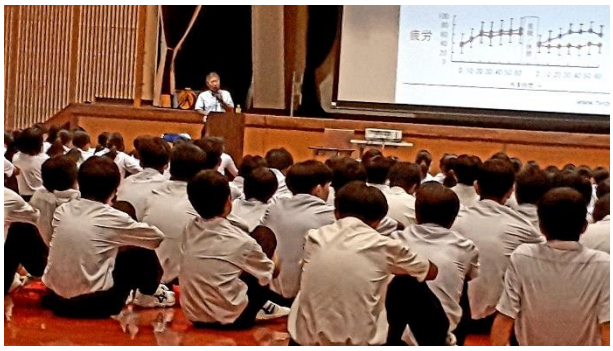
大東支部　太田 千明

残暑厳しい９月 21 日、「睡眠と健康」講座に参加させていただきました。

私にとって初めての活動への参加でしたが、用意していただいたバスを待つ間にお仲間もでき、とても楽な気持ちで臨むことができありがたく思っております。

高校生を対象にお話しいただいた「睡眠と健康」。

勉強に部活動に塾に、更にはスマホ（LINE や YOUTUBE）と今も昔も形は違えど多忙を極める高校生。“よく眠れば成績も上がる”と聞いても“勉強せず眠れば悪い点を取ってしまう”というのが正直なところではないでしょうか。



冠講座の様子①

私が講座の中で特に印象に残ったお話は、このように眠っている場合ではないという学生が、強いカフェイン入りドリンクを気軽に飲んでいること、またこの習慣（飲みすぎ）は中毒性があり頭痛や眠りの質の低下などの危険性があるということを若い学生さんに知っていただきたいと思いました。また眠る前の脳内会議、つまり辛い考え事などは上手に終えて早く良質な睡眠をとり毎日を豊かに健康に明るい心で活躍してほしいと願いつつ、拝聴させていただきました。

冠講座の様子②

貴重な講演会を企画していただき心より感謝申し上げます。

生徒の感想（抜粋）

・睡眠は大切であるということを再認識することができました。仮眠をとることにもメリットがあるということが分かったのでうまく活用していきたいです。

・睡眠は自分が今まで思っていた以上に大切で、そして睡眠が取れているかどうかで実際にかなり多くの面で違いがあるのは驚いたし改めて考え直してみたいと思いました。

・バスケの睡眠と 80mの記録の結果が印象に残りました。自分は陸上部で、最近寝始める時間を 12 時から９時にしたら記録が伸びたから、そういうことだったのかと思いました。睡眠は記録を伸ばすうえで大切だと思いました。

・睡眠の大切さがよく理解できました。忙しい時期でも、睡眠時間をしっかり確保することでパフォーマンス向上に繋がることが分かったので、これからは心掛けようと思いました。

会員研修会　川越火力発電所・中部ウイング見学（10／18）

例年、中部電力浜岡原子力発電所から見学に関する情報を提供いただいています。
当日は、会員 14 人の参加があり、天候にも恵まれて、車内での交流も深まる見学会となりました。

『見学会に参加して』

掛川支部　手塚 由子

海岸部を埋め立てた臨海工業団地の一角に位置している川越火力発電所は、シンボル的な２本の巨大な煙突を有しており、長島スパーランド南西に見えます。

火力発電所というと、石炭を燃料にして黒煙をあげているイメージでしたが、ＬＮＧ（液化天然ガス）を燃料として発電する世界最大級の発電所だそうです。説明を受けてから、バスで広い敷地内を回り施設を案内していただきました。空気汚染に配慮した装置、地域共生施設（電力館・温水プール・釣り桟橋・緑地公園等）もありました。

中部ウイングでは「チャレンジド」と呼ばれる障がいのある方が施設内を案内してくれました。どの部署でも私たちが入室すると全員が立ち上がり挨拶をしてくださり、とても清々しい見学でした。

掛川にも養護学校がありますので、将来的に卒業生を受け入れてくださる「掛川支店」のような場所ができるといいですね。

見学会参加者 集合写真

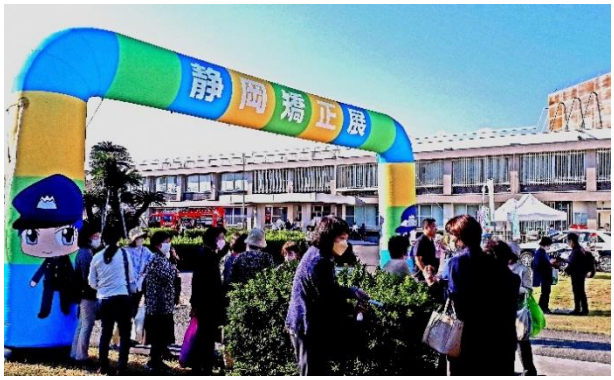
静岡刑務所矯正展（10／28）

更女会員 22 人が参加しました。

会場は私たちのような団体だけでなく、家族連れの方たちで大変賑やかでした。高い壁を隔てた刑務所内への出入りゲートは厳重でした。社会復帰と再犯防止のための訓練を行っておられるそうです。

木工、印刷作業施設、生活する狭い個室、広い浴場、図書室などを案内していただきました。

イベント広場では、販売中心のブースが設けられ、更女会のバザーも行われていて、買い求める人々で賑わっていました。建物の中では各地の刑務所作業場で作られた高級な家具等の展示即売会が開かれていて目を見張るものばかりでした。



矯正展会場の様子

少年の家食事作り（9／14、11／16）

静岡市の北西部、安倍川の堤のもとに位置する「指定更生保護施設 少年の家」。更女会で月・木曜日の夕食づくりを支援しています。掛川地区は年３回担当します。

９月 14 日（木）は大東支部が担当。更女会員４人で伺うと１人の入所者が出迎えてくれました。
施設長さんが不在のため、初参加の方への説明・案内はしていただけませんでした。
献立は豚肉の生姜焼き、マカロニ・ポテトサラダ、冷やっこ、茄子とオクラの味噌汁、ぶどう、余り野菜の塩もみです。
大東産新米、紫蘇巻、落花生煮の地域色も演出。

料理作りの様子（大東支部）

11 月 16 日（木）は大須賀支部の会員４人で担当しました。
献立は肉巻き、豚汁、煮物、サラダ、柿です。
大東支部から、入所者の方は「ガッツリ系」が良いみたいと聞いていたので参考にしました。

完成した料理（大東支部）

完成した料理（大須賀支部）

料理作り参加者（大須賀支部）

社会貢献活動「東遠学園草刈り」（10／27）

掛川市地区保護司会と掛川地区更生保護女性会で社会貢献活動を行い、更女会からは会員 17 人に協力をいただきました。
おしゃべりしながら楽しく作業が進み、短時間できれいになりました。
大勢で活動するっていいですね。

作業前打合せの様子

作業の様子

大 須 賀 支 部

まち協祭などに参加し、更生保護女性会の活動をＰＲしながら会員の勧誘を図りました。そして会員の手作り品も販売しました。

11/19　第一地区まち協祭

11/26　フェスタ大渕　第二地区まち協祭

12/12　まきばの家支援活動花苗定植（更女会員 10 名参加）

掛　川　支　部

９/26　ミニ研修会

掛川警察署生活安全課の宮城係長様を講師に迎え、少年事件の特性についてお話を伺いました。

会員 14 人や民生委員、西部地域包括支援センターの職員らが参加し、多くの質問がでました。

ミニ研修会の様子

11／18　けっトラ市

会員と掛川市地区保護司会の皆さんとでＰＲと販売に臨みました。

会員が自家製の里芋を出品、完売しました。また更女会の活動ＰＲもできました。

大　東　支　部

12/14　　小笠の郷障子張り替え

天候に恵まれ更女会員 11 人のご協力で楽しく作業ができました。2 年ごとに行っている作業です。
経験者も参加してくださったので、まず古い障子紙をはがして乾かし、乾いたものから張っていきました。大きな障子紙を扱うので緊張しますが、次第にコツをつかみスムーズに作業を終えることができました。

張り替え作業の様子

2/10　ミニ集会「笑いヨガ（呼吸法）・手遊び

土曜日に開催したためか、23 人という大勢の方に参加いただきました。
会員でもある岡本とみゑさんのリードで作り笑いが本物笑いになっていく実感、大きな動作で身体もぽかぽか、深く長い呼吸！！簡単と思われた手遊びも間違えたり、遅れたりしてもう辛い。「良いんです！頭が活発に動いている証拠です。」と講師の岡本さん。
４～５人のグループおしゃべりタイムも捨てたものではなかったです。

11/26　　大東交流センターフェスタ
1/13～14　北公民館まつり
1/26～27　千浜農村環境改善センターまつり

大東支所で半日だけ行われた「大東交流センターフェスタ」は多くの団体が参加して盛大に開催されました。初めて会員有志の手作り品が販売され、好評でした。
さらに地区の方にも「更女会」の存在を知っていただこうと、今年度初めての試みで２つの「公民館まつり」にブース出展しＰＲしました。
特に千浜環境改善センターでは、活発にＰＲ活動ができました。
有志の手作り品の売り上げ金は、「令和６年能登半島地震災害」の義援金としました。

大東交流センターフェスタ出展の様子

千浜農村環境改善センターまつり出展の様子

令和５年度静岡県更生保護顕彰式典　～受賞報告～

11 月 28 日、グランシップ（静岡市）にて「令和５年度静岡県更生保護顕彰式典」が開催され、掛川地区更生保護女性会から６人の方が表彰されました。おめでとうございます。

〇関東地方更生保護委員会委員長感謝状
　小澤　悦子（掛川支部）

〇関東地方更生保護女性連盟会長表彰
　大石　幸惠（大須賀支部）

〇静岡保護観察所長感謝状
　佐藤　穎子　様（大東支部）
　鈴木　睦子　様（大須賀支部）
　伊藤　啓子　様（掛川支部）
　鈴木　あけみ　様（大東支部）

石井法子静岡県保護観察所長より表彰を受ける佐藤穎子さん

令和６年能登半島地震災害義援金について

令和６年１月１日 16 時頃に発生した令和６年能登半島地震において多大な被害がでました。お亡くなりになった方にお悔やみを申しあげるとともに、被災された皆様にお見舞いを申し上げます。

日本更生保護女性連盟の意向を受けて、会員の皆様方へ義援金をお願いしたところ、掛川地区全体で 48,560 円の多額の義援金をいただきました。（大東支部）公民館まつり売上金の 8,700 円も加え、全額を義援金として寄付いたしました。

皆様のご理解、ご協力に感謝申し上げます。

★更生保護女性会へのお誘い★

「出来る時に、出来る活動を！！」
と声をかけあっています。
～一緒に活動しましょう～
各支部長までご連絡ください。

～編集後記～

新型コロナウイルス感染症が第５類に分類され、活動が活発に行われるようになりました。参加してこそ実感できる皆さんとのふれあい、心に残る情報も入ってくるようになりました。ご協力に感謝するとともに今後ともよろしくお願いいたします。

大東支部

※更女会の活動は、「掛川地区更生保護女性会」のホームページにアップされています。是非ご覧ください。