



Q,活動を始めたきっかけは？………

ヨガに出会えて本当に良かった！とハッキリ言える自分がいます。28 年前にヨガに初挑戦。先生の言葉とポーズに一生懸命向き合っているうちに、心が解放される感覚を味わい、そこから今までとは違って、とても楽に生きられるようになりました。



▲照明をつけずに自然光の中で…こたわりです。

Q,あみいこ教室の講師をしていかがですか？

お声をかけていただいてヨガ講師を始めてから 10 年余り。今では、自分の勉強、成長のためにもありがたい機会をいただいたと心から感謝しています。ヨガ教室に集まってきて下さった皆さん方も、興味とちょっぴり不安な気持ちとともにヨガに挑戦したと思います。でも、やってみたいことに思い切って一歩踏み出した時から、さまざまな広がりや喜びが生まれてきます。その一歩を大切にしてください。

お知らせ

- ◆10/26(日) 大人の絵本セラピー（八街センター）
- ◆11/2(日) 明日へつながるマルシェ（八街センター）
- ◆11/8(土) 光が丘子どもフェスタ（柏センター）
- ◆街ねっとでは、第三者評価調査員・生活支援ケア者・家計改善支援員を募集しています。詳しくはHPの「人材募集」をご覧ください。
- ◆振込用紙が同封されている方は、今年度会費の納入をお願いします。

「ヨガは自分へのご褒美の時間！」

“いっぱい自分を褒めてあげましょう〜♪” という声掛けから始まる榎尾先生のヨガは、呼吸のリズムが心地よく、ゆったりと筋肉をほぐしていくので、とても深く呼吸ができるようになり、自然と心が解放されていきます。明るくポジティブな先生とのお話を楽しみに来る参加者の方も多く、レッスンは自然と先生を囲んで話がはずみます。



◀榎尾裕子先生

Q,活動していると思うことは？

レッスン時間は約1時間半。自分をゆっくり見つめながら心と体を整えていくことを目指しています。あっという間に過ぎ去る毎日の中、自分を後回しにしている日々。ヨガは自分へのご褒美の時間。一番にここまで生きてきた自分をしっかり認めていっぱい褒めてあげましょう。それだけで、心が喜んでいくことに気づくはず。大切な呼吸とともにゆっくり様々なポーズに挑戦し、心身に程良い刺激と流れを与えてあげます。「頑張る」と「緩める」をバランス良く行い、心と体に感じる変化を観察してほしいです。



各センターで人材大募集！
あなたの魅力を貸してください。

ポ ボランティア 参 参加者 仕 仕事 場 場所貸出

- 【八街センター】 Tel 043-440-0181
・風の杜ひろば 参 企画参加者 参 草取り
場 ひろば利用
・子育てサロン 参 参加者
・風のロッジ 参 イベント開催・ロッジ利用
- 【柏センター】 Tel 04-7170-0939
・ふれあい健康麻雀教室 参 参加者
・光が丘サロン 参 運営スタッフ
・生活支援サービス 参 ケア者
- 【千葉センター】 Tel 043-290-8017
・地域食堂 参 調理や運営スタッフ
・子どもカフェ 参 運営スタッフ
・生活支援サービス 仕 ケア者
・あみいこ 参 麻雀インストラクター 参 講座参加

各センターにお問い合わせください



2025.6.15 第17回通常総会開催報告

地域づくりが地域の人の手でつくられ始めたことを 実感できた1年でした

街ねっとが目指す地域に一步近づく！

総会では、2024 年度の事業実績が写真やグラフを使って報告され、2025 年度計画や予算、役員の交代などが無事に可決されました。

2024 年度は、厳しい予算でのスタートでしたが、私たちの目指す地域づくりが少しずつかたちになってきたと感じられる1年でもありました。コロナ禍が過ぎ、地域の方の活動が徐々に活発になる中、ボランティアなどで積極的に自分たちの地域課題に向き合う方々が出てきたのは、とても嬉しいことでした。街ねっとが目指してきた地域のあり方に、1歩近づいたのではないかと感じています。

後期高齢者が増える 2025 年からの地域づくり



▲満場一致で議案が可決されました。

街ねっとの本部事務所がある「いなげビレッジ虹と風」は、2011 年 7 月に地域包括ケアシステムのモデルとしてつくられました。超少子高齢化に向かう中、地域の中で誰もが安心して暮らせるようにと国が提唱した地域包括ケアシステムは、すべての団塊の世代が後期高齢者となる 2025 年を見据えたものでした。今年はその 2025 年です。これからも、地域に必要な活動や支援を、地域の方々と共につくりながら、誰もが暮らしやすい社会を目指していきたいと思っています。

理事・監事の交代

理事の田端知江さんと監事の塙智さんが退任し、新たに並木道代理事と山崎倫一監事が就任しました。田端さん、塙さん5年間ありがとうございました。

～塙さんから～

「地域の人を主体とした活動に寄り添いながら、地域づくりを進めていく街ねっとの活躍に、期待しています！」



▲退任された田端さん(左)と塙さん(右)



特定非営利活動法人（認定NPO法人）

コミュニティケア街ねっと

【発行責任者：飯島 晃子】

〒263-0051 千葉市稲毛区園生町 1107-7
【Tel】043-290-8015 【Fax】043-290-8016
【E-mail】info@ccmachinet.jp
【URL】https://www.ccmachinet.com
2025 年 7 月発行



喫茶アルルカン 25 周年を迎えました！



地域の人や利用者、職員や家族に、
ここにしかない癒しと発見や喜びを
提供できる場を目指してきました。



アルルカンは、施設内から、外から、
そしてテラス側からも入店可能で、
利用しやすい開かれたスペースです。
施設と地域をつなぐ場として、だれでも気軽に
利用できる地域交流の場です。
…そこではさまざまな出来事がありました…

2000 年2月 生活クラブ風の村特養ホームに

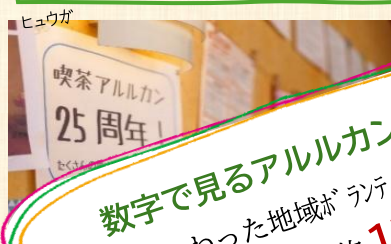
喫茶アルルカン誕生

その 2 年前の 1998 年に生活クラブ虹の街組
員が、風の村をお金と手で支えようと「たすけあ
い倶楽部を支える会」(街ねっとの前身)を発足さ
せました。その活動の大きな柱が「365 日営業す
る喫茶店アルルカン」でした。

地域のボランティアが運営を担い、毎日“森の
コーヒー”の豆を挽いてドリップした美味しいコ
ーヒーと手作りケーキを提供しました。

その後、施設利用者や地域の人にコーヒーや
軽食を提供する「喫茶営業」に「地域交流」と
いう形態が加わり、ボランティアの休憩場、サ
ークル活動や自治会の集まりの場として多様化
していきました。

♪会いたい人とゆっくりおしゃべり…
♪ただただ一人で豊かな緑を眺めながら…
♪街の喫茶店に出かけた気分で…
…やりたいことがかなう居場所です。



数字で見るアルルカン25年間
■かかわった地域ボランティアスタッフ約50人
■喫茶利用者数は約17万人！
■1日のコーヒー提供数 最高64杯！

【写真・イラスト協力】ヒュウガ



レポーターは
八街地域コーディネーター
電永ゆみ でした！

*地域に住む問題をかかえる
少年がいました…

障がいを持った少年や、家庭環境に問題を抱える
子の拠りどころになっていました。風の村と連携して
受け入れ態勢をつくり、一定のルールづくりもして、
街ねっとな Find out 相談としても対応しました。

◆地域とつながり、さまざまな 出会いが生まれました

*何かやりたい、という人がいたら…

足指に筆をもって描く画家シマッタさん
の絵画展、デイ利用者が長年撮りためた写
真や昔制作したちぎり絵展、地域の人の絵
手紙展の開催など、実にさまざまな対応を
してきました。

◆ここでいろいろな企画を開催しました

*夜を楽しむ(ナイトバーアルルカン)

時には生演奏つきで、大人の素敵な時間でした。

*あみいこ(前お楽しみ教室)で楽しみを見つける

マルシェ開催、寄せ植え教室、お抹茶教室、
紅茶と英国菓子の教室、アロマ教室、キルト教室、
体操教室、救急救命講座など。

*音楽や伝統芸能に触れる

JAZZ ライブ・馬頭琴ライブ
寄席など。



*スタッフは愚痴を笑顔で傾聴します

開店を待って朝一番にやってきた
入居者 A さん「きのう隣の B さんが
部屋に来て大変だったの！」。
その後、その B さんがやってきて
「タベ隣の A さんが来てね…」
…みなさんの愚痴の吐き出し場所です。

*時にはスタッフに人生のアドバイス

お気に入りのタバコをたしなみ、
コーヒーを飲んで俳句を詠んだり、人生
を振り返ったり…そしてスタッフに曰く、
「あのね、可愛いおばあちゃんになっちゃ
ダメよ！ 自己主張しないと
人生つまんないよ！」

*出張アルルカン

お菓子和飲み物をワゴンに乗せて
施設に運び、移動喫茶を開店！

*利用者の認知症対応を、風の村と連携しました

・大好きなアメをたくさん買いたい…！
職員から「今行ったからよろしく！」と連絡を受け、
スタッフは急いで売店のアメのかごを奥に隠します。

・大好きなコーヒーを注文したのに…？！

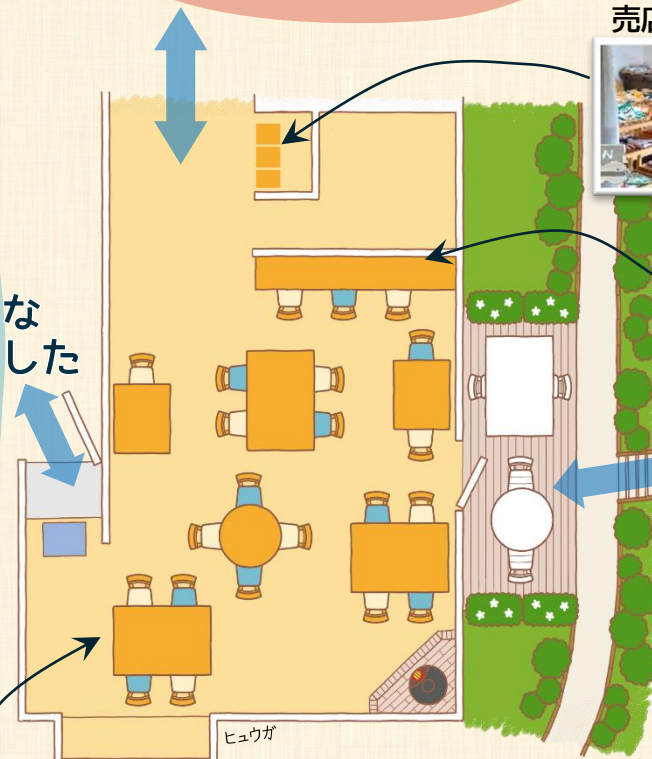
「まだ飲んでない！」と言い張る利用者には、
空のカップは下げずに残しておきました。

*入居者の誕生日ケーキを作っています

注文を受けて、65～103 歳のバース
デーケーキを約 120 個作りしました！



◆施設へ直接つながり、 たくさんの利用者がお客様でした



売店コーナー

お菓子、米粉パン、せっけん、
アーシアンのアジアン雑貨、
布ナプキン、アクセサリーな
どの手作り品や地元農家の
野菜花苗などを販売しました。

喫茶コーナー

手作りの美味しいケーキ
や季節の野菜を使ったラ
ンチ、果汁 100% ジュ
ースや新生酪農のアイスな
どを提供しました。

風の杜ひろばにつながり
四季折々の自然に癒されます

喫茶アルルカンを 愛する人たち

♡高田さん(米粉パン工房あ〜の)



米粉パンの販売やパン de
ランチ開催、親子でパン作
り教室も楽しませてもら
いました。パンつながりで
これからもよろしく！

♡美炎さん(馬頭琴プロ奏者)



ライブやりましたね！馬
頭琴の魅力を発信できま
した。近所の住人としてラ
ンチを食べに行ってます。
またライブやりましょう。

♡金坂さん(野菜生産者)



俺はアルルカンの応援団
長として、農家をつないだ
り野菜情報を提供してき
ました。ここは地域に必要
な場所！みんな頑張れ！

♡佐々部さん(初代街ねっど理事長)



地域のみなさま、スタッ
フ、風の村関係者が 25 年
間愛してくれて嬉しいで
す。あ〜、アルルカンのラ
ーメン食べたいなあ！
(天国から)



ぜひ、喫茶アルルカンにお越しください！

地域交流喫茶として、地域の方が気軽に立ち寄れてのんびり過ごせる
居場所づくりを継続していきます。現在、週3日2時間
のみの営業ですが、窓から四季折々の自然が眺めら
れるいい場所なので、営業日外にも地域の
人に喫茶スペースを使っていただくよう
広報しています。現在、ボランティア活動の
場所として、月1回「お抹茶の会」、「ギター
演奏と歌の会」を開催。また月数回カイロプ
ラクティック施術の場として貸し出しています。

<営業時間> 火・水・土曜日 12:00~14:00

<電 話> 070-1271-6325

<所在地> 八街市東吉田 912-8 生活クラブ風の村八街内

insta▶▶



私たちが
お待ちしております

