



# さわやかだより

主な内容：情報コーナー② 移動サービス情報・お知らせなど…③ 行事報告・おたのしみコーナー…④

## 手作り作品に囲まれて心豊かに! お二人の信頼関係はバッチリです

菅藤さんが  
来てくれて  
うれしい。

笹井さん

最近是一緒に  
お手伝いして  
くださって  
助かります。

菅藤さん



利用会員の笹井さん  
と協力会員の菅藤さんは、  
さわやかサービスを通して5年以上  
のお付き合いが続いています。

笹井さんのお宅には以前作られたパッチ  
ワークの作品がたくさんあり、その腕前はブ  
ロ級です。お出かけの時も、手作りのバッグ  
を持って行かれるそうです。たくさんの自作  
の作品に囲まれての生活は素敵ですね。

平成29年6月30日現在会員数

●利用会員 521人 ●協力会員 167人

平成29年度4月から6月の支えあい件数

生活援助：1,162件／介護：129件／送迎：1,586件 合計 2877件



かじサポとは？

介護保険法に基づく介護予防・日常生活支援総合事業のヘルパー（家事援助のみ）として、柏市が行う研修（2日間）を修了することにより取得できる資格です。活動内容は、掃除や調理、買物など、高齢者の日常生活のサポートです。

男性「かじサポ」  
活躍中

名取元さんに  
聞きました



介護保険事業所  
「和氣あいあい」  
さんに聞きました

◀介護保険事業所「和氣あいあい」の皆さんと名取さん(写真:前列左)

Q:在宅支援の活動をしたいと思うようになったきっかけは何ですか？

A:難病の妻を10年介護したなかで、必要なときにお願いできる場所がなくて困りました。妻が他界して、しばらく何も手につかない時期もありましたが、在宅で困っている人のちょっとしたお手伝いができればと思うようになり、地域での活動を探すようになりました。社協職員から、かじサポ養成研修の受講を勧められ、今年5月のかじサポ養成講座を受講しました。

Q:今はどのようなお仕事をされていますか？

A:研修を終了し、社協に求職票を出しました。さっそく面接を受け採用となり、6月から仕事を始めました。今は1件のお宅に訪問を始めて昨日で3回目になりました。週1回午前中に掃除の支援に入っています。

Q:かじサポとして仕事を始めてご自身の中で何か変わったことはありますか？

A:男性だと家事の仕事が少ないことは承知しています。相手のお役に立っているというより、勉強させてもらっています。老老介護で、介護者自身が認定を受けている人も増えていますが、出会いがあればそのようなお宅に支援に入り、自分が助けてほしかったように、精神的な支援になればと願っています。

Q:柏市の新しいサービス「かじサポ」を始めたのは何故ですか？

A:介護保険制度では、要支援の方はサービスが利用しづらい状況になりつつあり、要支援の方々への支えを継続できるよう、新たなしくみにチャレンジしてみようと思いました。

また、かじサポでは年齢の高いヘルパーさんが多くいらっしゃいますが、かじサポでの仕事を通じて元気になってほしいという思いから雇用するための準備をしてきました。

Q:かじサポの仕事はどれだけ稼働していますか？

A:今はまだ、かじサポ2名、利用者6名と少ないので、マッチングがうまくいかないのが課題です。利用者もかじサポももっと増やすことで、希望にそったマッチングができる体制を作っていきたいと思っています。

Q:かじサポのヘルパーさんに期待することは？

A:名取さんが訪問しているお宅では、「自分と近い年齢のヘルパーさんが真剣にやってくれているので、自分も元気を出して頑張らねばと思った」と感想をいただきました。人生経験を活かして、ともに寄り添う支援をしていただきたいと願っています。

平成29年度  
**かじサポ**  
(柏市訪問型生活支援サポーター)  
養成研修の予定

- 時間 10:00～16:15
- 場所 いきいきプラザ2階 研修室

	日 程	申込み期限
第2回	平成29年 8月30日(水) 8月31日(木)	7月31日(月) ※抽選後、受講者決定通知発送
第3回	平成29年 11月16日(木) 11月17日(金)	10月16日(月) ※抽選後、受講者決定通知発送
第4回	平成30年 2月 6日(火) 2月 7日(水)	12月28日(木) ※抽選後、受講者決定通知発送

★受講を希望する方はさわやかサービスまでお電話でお申込みください。



情報

### こらくだくんからのお知らせ

スタッフ会議の予定

- 8月22日(火)
- 9月26日(火)
- 10月24日(火)

会議の日は、運行・予約ともに3時までになります。

ご協力のほど、よろしく申し上げます。

★車内の空調に関しまして、暑さや寒さを感じる場合にはお声かけいただければ温度調整しますのでお気軽にお申出ください。

## 真夏のおすすめスポット

### 猛暑も楽しく出かけよう



手賀沼沿いは散歩道が整備されていて湖沼の風が気持ちいい～。

柏側にある「道の駅しょうなん」にも「野菜レストラン SHONAN」がオープンしています。大人気で混雑していますが、狙い目は早朝！早起きして手賀沼モーニングはいかがでしょう？

手賀沼親水広場・水の館が今年6月に全館バリアフリーとなってリニューアル。生き物についての展示施設や農産物直売所、「和」と「健康」をテーマにした地元食材を使ったレストランもオープン。雨の日も暑い日も快適に過ごせるお出かけスポットです。



天気よければスカイツリーや富士山も。

## 行事予定

### 全体交流会

## のど自慢・芸自慢大会

お待たせしました!!今年の全体交流会は皆さんが主役です。歌うもよし、踊るもよし、自慢の芸を披露して楽しみましょう♪



- 日 時:平成29年10月7日(土) 11時～14時
- 場 所:アビリティーズ・気まま館柏内 イベント&レストラン フレンドシップ柏 柏市あかね町4-3 東武バス あかね町東停留所下車
- 参加費:昼食代

※皆さんに楽しんでいただける内容を企画中です。詳細が決まり次第お知らせします。お楽しみに～♪



### 第2回 協力会員登録説明会

お知り合いの方に是非お声掛け下さい。

- 日時 9月21日(木) 10:00～11:30
- 会場 いきいきプラザ 2階 会議室



大募集

## 会員の皆さんへお知らせ

### 草取りについて



猛暑となる、7月、8月の草取りは、協力会員の皆さんの体調を考慮しお休みとさせていただきます。ご理解ご協力をお願いいたします。

### 怖い熱中症 こまめな水分補給を!!

夏は室内でも熱中症になることがあります。エアコンを上手に活用し、のどがかわかなくても水分補給を心がけましょう。暑い夏を元気に乗り切るために、まずは予防から。協力会員さんは、活動時水分を持参しましょう。



### よろしくおねがいします

7月1日よりさわやかサービスに新しい仲間が増えました。早く名前を覚えて下さいね!!  
板橋 良子コーディネーター



### お世話になりました

6月30日付で退職となりました。ありがとうございました。  
白木 真依コーディネーター

協力会員研修会

# 「わたしの望みノート」活用術



5月31日(水)いきいきプラザ研修室にて、社協職員であるかかわ福祉権利擁護センター野澤さんに講師をお願いし、協力会員研修会を実施しました。

内容は、社協版エンディングノート「わたしの望みノート」活用術。今までの自分の人生を振り返り、これから残りの人生で何をしたいか、どんな自分になりたいかを考えるきっかけとなる研修会でした。参加者は男性2名を含む18名。6名ずつのグループに分かれ、書き方のポイントを聞きながら体験版に記入する流れで進みました。

エンディングノートと聞くと、重い感じがしますが、元気なうちだからこそ書けるもの、皆さんも一度手に取ってみてはいかがでしょうか。後半は、休憩を挟み、さわやかサービスについての再確認ということで、コーディネーターより活動時に注意していただきたいことをお伝えしました。協力会員の皆さん、入会時にお渡しした、「会員の心得」を時々確認してみてくださいね。



「わたしの望みノート」は社協にて無料で配布をしています。ご興味のある方はお声掛け下さい。

## おたのしみコーナー

あと一品ほしい！というときの簡単メニュー

### 「厚揚げのみそ焼き」

《材料》2人分

厚揚げ／1枚 味噌(好みの物)／小さじ2杯  
ゴマ油・いりごま・青ネギ／各少々

《作り方》

- ①厚揚げを4等分に切り、ごま油をかけ、スプーンのうらで薄く延ばす。
- ②①の上に味噌を乗せ、全体に延ばす。
- ③②をアルミホイルに乗せ、オーブンで5～6分焼く。
- ④③を取り出し、いりごまと青ネギのみじん切りしたものを乗せ、出来上がり。

(青ネギの代わりに青じそ、長ネギ等、香味野菜をお好みで)



## つれづれ コーディネーター記



1年間指導者付の体験農園で野菜作りを経験し、6月から貸農園デビューをしました。夢はでっかく「目指せ自給自足生活!!」長靴姿で毎週末畑仕事に出かけ、ホームセンターで購入した苗に呪文をかけながら、収穫を心待ちにしています。土に触れて身も心もリフレッシュ!!体は筋肉痛に襲われますが…(E.K)

## 地域福祉推進に協力します

介護付き有料老人ホーム  
**ボンノールガーデン**

緑溢れる  
住み良い  
環境

全室  
陽当り良好  
庭付き

柏市篠籠田1385-1  
TEL:04-7143-0555

さわやか協力会員  
**大募集**

できる時間と内容で  
支えあい活動にぜひ  
ご協力ください!

(連絡先)

**04-7162-2557**



編集/発行

社会福祉法人柏市社会福祉協議会

地域福祉課 さわやかサービス

〒277-0005 柏市柏5-11-8  
いきいきプラザ内

TEL 04-7162-2557

FAX 04-7163-9199