



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……③ 行事報告・簡単手芸……④

利用会員
たにかわ よしこ
谷川よし子さん



心地よい関係が、これからも長く続きますように!!

協力会員
おおしまち かこ
大嶋智加子さん

利用会員の谷川さんと、協力会員の大嶋さんは、9年来のお付き合い。週に1回、調理や片づけ、掃除などの支援が続いています。

「大嶋さんには本当に良くしてもらって、とても助かっているのよ。いつまでも頼むわよ笑」とおっしゃる谷川さんのそばで、笑顔でテキパキと台所仕事をこなす大嶋さん。

「わたしも、谷川さんのお宅へ訪問するのを毎週楽しみにしているんです。」と、お二人はとても仲が良く、お互いの事をよく理解されている様子です。

谷川さんは、デジカメで撮影をされたり、地域サロンに参加したり、お手紙を書いたり、日々いろいろなおことに興味を持って過ごされています。

「まだまだやりたいことが一杯。毎日が忙しいの。人とのふれあいが私の生きるパワー。お医者さん以上のパワー!」とおっしゃる谷川さんは、とても輝いています。



趣味のマイカメラです



ふせんやメモがぎっしり!
勉強熱心!

平成27年6月30日現在会員数

●利用会員 541人 ●協力会員 203人

平成27年度4月から6月の支えあい件数

生活援助:1,319件/介護:199件/移動:1,364件 合計 2,882件



身近な福祉の相談窓口 ● 開設日/毎週 火・水・金
豊四季台ちいき いきいきセンター



オープンしました!

6月2日(火)、開設されました。場所は豊四季台近隣センター内です。

時間/10:00~16:00 ☎04-7128-7110 担当/吉本・菊田

週3日、社会福祉協議会の職員2名が地域のみなさんの福祉相談をお受けします。

介護の相談などは、地域包括支援センターや医療連携センターと連携し相談を進めていきます。

また、ボランティアの相談は、活動希望者と受け入れ団体をコーディネートするだけでなく、活動や組織作りが出来る人材育成の講座なども行います。

ぜひ、お気楽に足を運んでみてください。



各地域の
相談窓口です

- 光ヶ丘ちいき いきいきセンター ☎04-7128-9381
松葉町ちいき いきいきセンター ☎04-7136-8555
風早南部ちいき いきいきセンター ☎04-7160-6511



こまった時は **おたがいさま**

NPO法人
住まいるへるぷ

在宅サポート・
さくら

お気軽に
ご相談ください

たすけ合いの会
シニアハウス柏



【活動時間】月~金・午前8:00~正午
【TEL・FAX】04-7174-8301
【料金】会員:1時間 1,000円
一般:1時間 1,200円
《年会費》 1,000円

※下見に伺い、人数等を調整します。
【サービス内容】手すりの取り付け・障子の張り替え・庭木の剪定・草取り等、介護保険の住宅改修も対応可能。

有償ですので、お客様に喜んでいただける内容を提供すること。それが私たちの生きがいになっています。



【事務所】月~金・午前10時~12時
【TEL・FAX】04-7163-0634
【料金】看護等:1時間1,500円+交通費
介護等:1時間1,000円+交通費
(初回のみ相談料2,000円、年会費無料)

【サービス内容】在宅での看護、介護、生活支援等

ケアを必要とする方とご家族に、在宅で生活することの意義を理解して頂き、安心してすごせるよう柔軟に対応しています。当会のボランティアは主に有資格者です。



【受付時間】月~金・午前10時~午後3時
【TEL】04-7162-2311【FAX】04-7162-2312

【料金】入会金1,000円

利用料1時間1,000円+交通費実費

【サービス内容】家事援助、窓ふき、

草取り、ゴミだし等

・日替わり弁当を1個から配達可能

1食650円(配達無料)

昼食:午前10時迄 夕食:午後3時迄

に電話で申込み。土、日は夕食のみ。

高齢者同士だから相手が必要とすることがわかります。美味しいご飯、体にやさしいお献立で、安否確認を兼ねて1食から日替わり弁当をお届けします。



ご紹介した3団体の他にも、さわやかサービスを含め13の団体が柏市非営利団体連絡会に登録しています。活動地域・内容等は各団体によって異なりますので、まずはさわやかサービスまでご連絡下さい。

- | | | | |
|-------------|----------------|------------------|----------------|
| ・花いちりん柏 | ☎04-7148-7677 | ・柏ひまわり会 | ☎090-8318-2157 |
| ・タイムストック柏の会 | ☎090-9678-5792 | ・ワーカーズコレクティブ ういず | ☎04-7134-7201 |
| ・遊民 | ☎090-4593-2651 | ・新田原ひまわりの会 | ☎090-1737-0875 |
| ・うらら会 | ☎04-7172-8338 | ・大津ヶ丘スペース 結 | ☎04-7191-5775 |
| ・いしずえ | ☎04-7190-1428 | ・VAICコミュニティケア研究所 | ☎04-7170-0939 |
| ・ナルク東葛 | ☎04-7149-8745 | ・ふれあいの広場 | ☎04-7144-5465 |

チケット制から現金制に移行して約4ヶ月経ちましたが、皆様には小銭のご用意をしていただき、ご協力大変感謝いたします。

通院以外でも買い物、食事会などの外出の際にも、こらくだくんをご利用ください。



運転スタッフ中村さんが、無事故・無違反で自動車安全運転センターより表彰されました。

今回は
こらくだくんで
団体表彰を受け
られるようにみんなで
頑張ります。

中村 勇

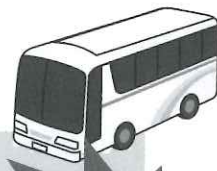
こらくだくんからのお知らせ

スタッフ会議の予定

- 8月25日(火) ●9月29日(火)
- 10月27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、よろしくお願いいたします。

奮ってご参加ください！ 協力会員バス研修会



参加者
大募集

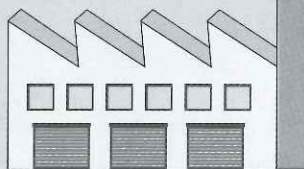
「柏地域医療連携センター・アサヒビール茨城工場見学」

●日時：平成27年9月2日(水) 9:10~16:00

●集合場所：いきいきプラザ

●参加費：昼食代 ●定員：25名(先着順) ●申込み：TEL04-7162-2557 ●受付開始：8月3日(月)9:30より

※活動と重なる場合はご相談下さい。詳細は参加者に追って連絡します。



会員の皆さんへお知らせ

熱中症に
注意しましょう！



草取りについて

毎日暑いが続いています。「草取り」は例年通り、協力会員さんの健康を考慮し、7月、8月はお休みとさせていただきます。ご協力、よろしくお願いいたします。



協力会員緊急連絡カード用ストラップを用意しました！



先日、協力会員さんに送付しました緊急連絡カード用のストラップを用意しました。必要な方は、さわやかサービスまでご連絡ください。

熱中症に注意！

熱中症は予防が大切です。活動中は必ず水分を持参し、こまめな休憩と水分補給を心がけてください。室内にいても熱中症になることがあります。高齢の方はのどがかわかなくても水分補給をし、室温を測って、エアコンも活用しましょう。 ※汗をかいた時には塩分の補給も忘れずに。

つれづれ

コーディネーター記



エナガという野鳥をご存じですか？体長13~14cm、体重8gほど、フワフワしてるっい体に長い尾羽が特徴です。低山の林などに生息しており、その可愛い姿から「しゃもじ」「スプーン」などと呼ばれています。写真集を眺めては、いつか実物を見てみたい…と思いを募らせています。(N.S)

登録時研修

第3回

9月16日(水) 13:30~16:00

いきいきプラザ 1階

デイサービス室

協力会員研修会「介護保険」と「助け合い活動」



5月14日(木)25名の協力会員さんの参加で、「介護保険制度」と「助け合い活動」について講師をお招きし、午前・午後に渡り研修会を開催しました。午前中の介護保険については、改正事項を含め申請から利用、認定後に利用できるサービス内容等を詳しく学び、午後は柏市の現状、たすけあい活動の必要性、関わり方等を学びました。出席された協力会員さんからは「介護保険制度について知識が増えた」「近所の助け合いは難しいものがあるが一步を踏み出したい」等の感想をいただき、みなさんの熱い思いを聞くことができました。



男性協力会員交流会

6月25日(木)、男性協力会員7名は柏の葉に集合、健康研究に出発！まちの健康研究所「あ・し・た」で健康チェックをし、昼食後は千葉大学植物工場を見学しました。

日常生活や活動の基本となる健康！参加者の皆さんはかなり健康に自信がある方ばかりでしたが、「歩く、しゃべる、食べる」各視点から見て、人生をより豊かにする健康法を学びました。

午後は千葉大学キャンパス内の植物工場、実際に太陽光や人工光によるトマトやレタスの栽培の様子を見学しました。沢山の色鮮やかな野菜を前に、思わず「美味しそう…」
日常の生活とはちょっと離れて、リラックスした1日をおくりました。



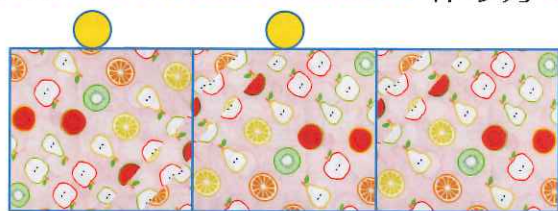
簡単手ぬぐいエコバッグ

協力会員さんから教わった手ぬぐいを使ったシンプルなエコバックをご紹介します。

2カ所をチクチク縫い合わせるだけなので、テレビを見ながらでもアツという間に完成します。100円ショップに色々な柄の手ぬぐいが揃っているので、たくさん作ってプレゼントしたら喜ばれること間違いなし!! おすすめです。



作り方



- ①手ぬぐいを広げ3分の1づつ位置を決める。
- ②中表に合わせ ● と ● を縫い合わせる。
- ③ ▲ と ▲ を縫い合わせる。
- ④表に返して ➡ を持って広げると完成～!



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

さわやか会員さんへ **感謝**
おじいちゃん
おばあちゃんのお宅配持

柏市指定酒造食事業者
ニコニコキッチン柏南店
TEL 04-7190-5637

編集/発行

社会福祉法人柏市社会福祉協議会

地域支援課 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