

いきいきマキコム

2017.6.20

7月号

柏市社会福祉協議会
〒277-0005 柏5-8-12
TEL 04-7165-0880

KAIGO-YOBU KAIGO-YOBU KAIGO-YOBU

7月7日は1年間の重要な五節句のひとつ「七夕（しちせき）の節句」として日本で古くから親しまれるお祭り行事となっています。季節の行事を通じて地域の「縁」が繋がっていきますように。



地域活動応援講座 保存版 “地域で教えよう！折り紙講座”

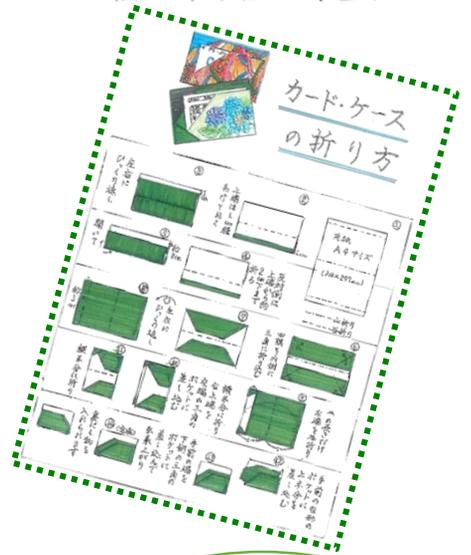
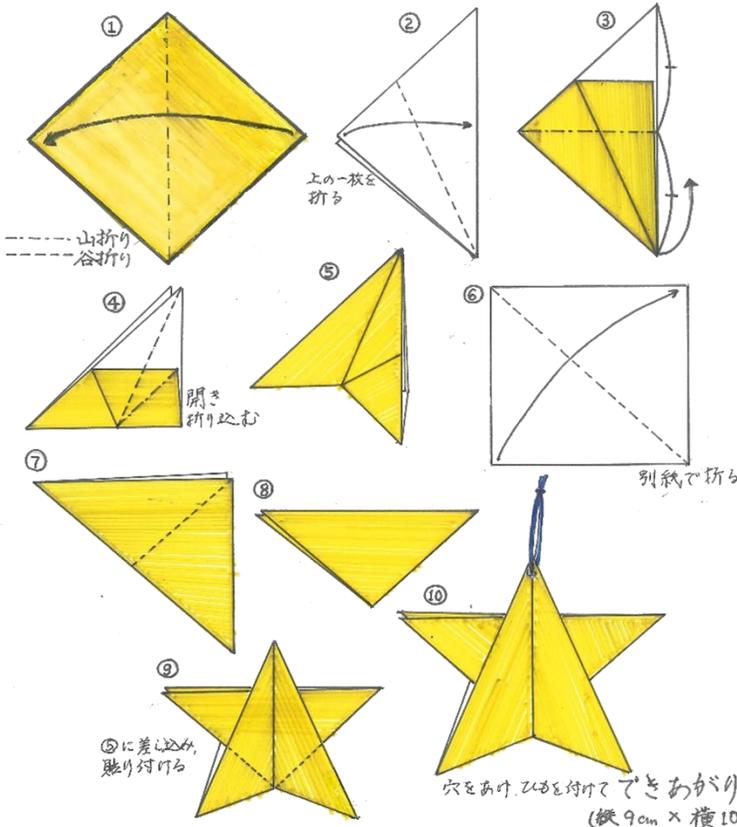
笹飾り (星) 手塚障子紙 (10cm x 10cm 2枚)

one point アドバイス

③で組み合わせて貼るときは曲がらないように注意しましょう



講師は
高田折り紙会の皆さん



名刺などを入れられるカードケースもつくりました。折り図が欲しい方はボランティアセンター（瀧澤・蓮實）まで TEL7165-0880

折り紙講座のはじめに蓮實インストラクターによるミニ体操講座が開かれました





人生100年時代のなかで、これから元気に生きるポイント

※東京大学IOG 木村先生語録より

- ・1週間のうち、2日は思いっきり遊びましょう。
- ・2日は楽しく学びましょう。
- ・1日は収入を得て働きましょう
- ・1日は無償で人の役にたつことをやりましょう。
- ・そして1日はゆったりと過ごしましょう

「よく学び、よく遊び、少し人の役にたつことで、生活が豊かになり、元気な生活を送ることができます。」

特集

いきいき元気のヒケツ！！

～“ちょこっと稼いで役立ちがい”編～



今号のテーマは、就労・有償ボランティアです。人の役にたつことで、自身が元気になるいくつかのカタチをご紹介します。

さわやかサービス での たすけあい活動

高齢者や障がいをお持ちの方などに、日常生活のちょっとした困りごとをお手伝いする活動です。

活動者のこえ

「私にもなにか力になれることがあれば！」と思って始めました。

利用会員さんと会話しながら楽しく活動しています♡



利用会員さんと一緒に食事をつくっています。

【さわやかサービス協力会員の活動（一例）】

- ・調理、洗濯、掃除、買い物などの生活援助
- ・食事介助、排泄介助、外出介助などの介護サービス
- ・生活援助を中心とした産前産後支援

【問合せ】さわやかサービス 電話：7162-2557
<窓口> 午前9時～午後5時 <曜日> 月～金曜日

ファミリーサポートセンター での たすけあい活動

子育てを手助けして欲しい人に子育てのお手伝いを行い、育児を地域で助け合う活動です。

活動者のこえ

仕事も子育ても頑張るお母さんを応援したい！

いつも子供たちから元気な197をもらっています！



【ファミサポ会員の活動（一例）】

- ・保育園や幼稚園、こどもルームのお迎えとその後の預かり
- ・保育園や幼稚園登園前の預かりと送り などなど

【問合せ】かしわファミリー・サポート・センター

電話：7162-0330（事務所案内）
<窓口> 午前9時～午後5時 <曜日> 月～土曜日
（土曜日は電話受付のみ）

シルバー人材センターで 地域デビュー！！

活動者のこえ

退職後、今まで支えられてきた。地域社会に直接的に貢献したい！

歩きながらの仕事は健康的で、街の人からありがとと言われる。

自分の存在意義を見出すことが出来て充実しています。



路上喫煙防止パトロールの仕事をしています。

【シルバー人材センターの活動（一例）】

- ・植木剪定、除草 ・施設や駐車場の管理 ・パソコン訪問支援
- ・屋外清掃 ・ふすま、障子、網戸の張り替え、福祉車両の送迎
- ・生活支援、訪問サービス など

【問合せ】シルバー人材センター 電話：7166-6681
<窓口> 平日午前8時半～午後5時15分

かしわ生涯現役窓口 で 働き方を見つける

ライフスタイルに合った働き方を相談する窓口です。仕事だけでなく、ボランティア活動、趣味・生涯学習、スポーツ等の健康活動サークルなどの情報も提供しています。



【場所】パレットかしわ（柏市柏1-7-1 DayOneタワー3階）
【アクセス】JR常磐線 柏駅より徒歩3分
【営業時間】平日午前10時～午後4時
☎ 7157-0282

かしわ生涯現役ネット <http://kashiwa-secondlife.com/>