

光ヶ丘ちいき ♡ いきいきセンター ミニコミ誌



# ち い き

■編集・発行  
社会福祉法人柏市社会福祉協議会  
光ヶ丘ちいき♡いきいきセンター  
〒277-0062  
柏市光ヶ丘団地 200-5 光ヶ丘近隣センター1階  
TEL04-7128-9381 FAX04-7128-9382

参加者 募集

初めての

3回講座

## バルーンアート



(写真はイメージです)

で ボランティア!

会場：光ヶ丘近隣センター2階 多目的ホール

時間：13:00～15:00

(6/22のみ12:30～15:00)

費用：ポンプ代として594円(税込)

すでにお持ちの方はご相談ください。

定員：各回25名(応募者多数の場合は抽選)

申込：5/31(月)までに電話か直接窓口にて

【問合せ】

光ヶ丘ちいき♡いきいきセンター

TEL04-7128-9381

6/8  
(水)

6/15  
(水)

6/22  
(水)

☆子供に大人気!!

☆短期でマスターできる!

☆イベントやお祭りでの依頼多数!

☆3日間参加できる方を優先!

### 中新宿ハッピーサポート

～老いも若きもみんなで助け合い、困ったときはお互い様～

内容：ゴミ出し・掃除・見守り・草取り・簡単な庭の剪定等

費用：年会費無料、ゴミ出し1回150円

その他は60分700円(4月より料金改正)

利用時間：ゴミ出し 8:00～8:30

その他 9:00～17:00

活動範囲：中新宿町会周辺(その他応相談)

連絡先：090-4370-3770

### NPO法人 VAICコミュニティケア研究所

～依頼者とのコミュニケーションを大切にしています～

内容：家事援助・外出の付き添い・見守り・話し相手

入院時や退院時のサポート・産前産後サポート

費用：年会費は無料、平日1時間1,200円

土日・祝日1時間1,500円

利用時間：9:00～17:00

連絡先：04-7170-0939

### NPO法人 住まいるへるぷ

～有償なのに感謝の言葉は

地域貢献を実感致します～

内容：手摺り取り付け・段差解消・草取り・剪定・消毒

網戸・障子の張り替え日曜大工 等

費用：会員料金1時間1,000円(年会費1,000円)

一般料金1時間1,200円

利用時間：9:00～18:00(月曜日から金曜日まで)

連絡先：04-7174-8301

### たすけあい団体

日常生活での困りごとをサポートします



### 柏ひまわり会

～暮らしの小さなお手伝い

お困りごと ご相談ください～

内容：掃除・洗濯・食事の支度・買物・病院の付き添い

衣替え・窓ふき・ゴミ出し・散歩の同行 等

費用：年会費1,000円、

1時間1,000円(以後30分ごとに500円)

利用時間：9:00～17:00(日曜・祝日・年末年始は休み)

連絡先：090-8318-2157

10年後いつまでも安心して生活できる地域を目指して

## 光ヶ丘地域で**支えあい会議**が始まりました

これから、高齢化・孤立化が進む中でちょっとした手助けを必要とする方々が増えてきます。そこで、近隣との助け合いで生活の中の困りごとを解決していけるように支えあい会議を開催し、地域の課題と仕組みづくりを支えあい推進員が中心となって検討していきます。

例えば…  
こんな困りごと  
ありませんか？



地域支えあい  
推進員の役割  
(主な役割)

- ・支えあい会議の運営
- ・支えあい活動の情報共有と連携調整
- ・地域内の人材育成、資源開発など



光ヶ丘地域の地域支えあい推進員の竹中です。  
よろしくお願いします。



平成27年度 第1回支えあい会議の様子

### 報告

“ただそばにいていい”

## 在宅・ホスピスケア勉強会

2月3日・10日に開催しました。たくさんの方の方にご参加いただき、両日で60名の方にご参加いただきました。  
勉強会の合間にはリラックスタイムをもうけ「指ヨガ」を実施しました！オイルの香りで心もホッと和みました。



…ホスピス緩和ケアの基本方針とは…

- ・痛みやその他の苦痛となる症状を緩和する。
- ・最期までその人らしく生きていけるように支える。
- ・患者と家族のQOLを高め病状に良い影響を与える。

### 《 参加者からの声 》

- ・ その人らしい最期を迎えてあげることが大事
- ・ 緩和ケア病棟だけではなく在宅も選択肢の一つだとわかった
- ・ 実際の体験談を聞く事が出来て良かった

## かしわお元気コール

～ 光ヶ丘・酒井根地域 ～



毎週木曜日につながる安心☎届けるまごころ

週1回、木曜日の午前中

**ボランティアからの5分程度のお電話**で  
安否を確認する支えあい活動です。

定期的なお電話での  
声かけをご希望の方

光ヶ丘・酒井根  
地域にお住まいの方

1人暮らし等で  
不安がある方

申込・問い合わせ

光ヶ丘ちいき♡いきいきセンター

TEL: 04-7128-9381