



さわやかだより

主な内容：お出かけスポット・会員の皆さんへお知らせ……②、③ 行事報告・簡単レシピ……④



福原 栄子さんの手作り作品

福原さんが染めた着物の端切れで作ったお地蔵さんです。鳥が大好きで写真で肩にのっているのはボタンインコのチェリーちゃん、他にもおしゃべりが上手なヨウムを飼っています。ボランティア活動をしたりパソコンを習ったり、さわやかの活動の他にも活発にお過ごしの方の福原さんです。

みなさんの隠された才能☆発見！
手作り作品などがありましたら
どしどしお寄せください



会員さんの
作品紹介
ダョ〜♪

梅宮 紀代子さんの絵手紙

梅宮さんはちょっとした空き時間に、いろいろな小物を手作りで作られています。今回、恥ずかしいので顔出しは遠慮したいという事で、絵手紙のみのご紹介となりました。さわやかサービス事務所の受付には梅宮さんの絵手紙が飾ってあります。チャンスがありましたら是非、ご覧下さい。



角田 佳子さんの書道作品

角田さんは地域のウォーキング講座や折り紙講座に参加して活発にお過ごしです。老人ホームでカラオケや書道を教えるボランティアもなさっています。今回はさわやかだよりにご紹介いただくために筆をとってくださいました。



伊藤 武夫さんの水彩画

趣味の水彩画はもう20年になるそうです。こらくだくんを利用して時々先生に作品を見せに行きアドバイスをもらい日々精進している芸術家！伊藤さん。最近模写が多いそうですが本当はモデルさんを前に描きたいなあ、と話しています。

平成30年6月30日現在会員数

●利用会員 532人 ●協力会員 154人

平成30年度4月から6月の支えあい件数

生活援助：953件／介護：93件／送迎：1,662件 合計 2,708件

サービス付き
高齢者向け住宅
**日生オアシス
柏豊四季**

お出かけスポット

- 住所: 柏市旭町4-11-4
- 電話: 0120-954-890
- 営業時間 9:00~17:00

「地域交流スペース」の ご予約受付中♪

市内のサービス付き高齢者向け住宅「日生オアシス柏豊四季」では、お仲間と活動するときに「地域交流スペース」を無料で貸出しています。

- 【利用無料】広々51㎡(30帖) 様々な利用の仕方ができます
- イベント会場
 - 会議室
 - 歌の練習
 - お茶会等
 - 体操教室
 - 勉強会
 - 料理教室

皆様の地域活動を応援します!



最近、「きょういく」と「きょうよう」はいくつになっても大切だとよく聞きます。実は、これは「今日、行くところがある」「今日、用がある」ということを指しています。

いろいろな活動の場に参加し、自分でも企画してみましょ。そんな時、施設の場所をお借りすることも方法の一つです。



本の紹介



おつきの
▲ペンネーム於月野きのこで
著書をお持ちの衣笠朋子さん



コーディネーターが 読んでみました

私は、現在車いすを使っている彼女を知っていますが、この本を読んで彼女の今までの人生を少しだけ知ることができたような気がします。是非、続編を読んでみたいと思いました。(N. F)

「月と光の道しるべ」

著者: 於月野きのこ



利用会員の衣笠さんが 書いた本の紹介です

「できないことを嘆くのではなく、できることを数えていこう。」クリスチャンとなり家族の支えもあって全ての面で支えてくれるパートナーとの巡り合いまでを描いた作品。



情報

スタッフ会議の予定

- 8月28日(火)
- 9月25日(火)
- 10月23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。

- 帰りのお迎えにはお待たせすることもあります。暑い外で待つのは危険ですので、玄関内の涼しいところでお待ちください。
- ご予約の際には利用者様のフルネームをおっしゃってください。



お世話になりました

ドライバー 則武 かず代さん
こらくだくんの受付とドライバーでお世話になりました則武かず代さんが7月いっぱいまで退職することになりました。ありがとうございました。



行事予定

全体交流会

施設見学・BBQ大会

- 日時 10月27日(土)
- 場所 麗しの杜・レストラン「まんりょう」(ともに麗澤大学キャンパス内)
柏市光ヶ丘2-1-1 (東武バス南柏駅東口から広池学園停留所下車)



今年の全体交流会は、麗澤大学の敷地内にあるサービス付高齢者向け住宅『麗しの杜光ヶ丘』の見学とレストラン『まんりょう』での屋外バーベキューを企画しております。秋晴れの下、協力会員・利用会員の皆さん楽しく交流しましょう。



詳細が決まり次第お知らせいたします。お楽しみに～!

会員の皆さんへお知らせ

柏市訪問型生活支援サポーター

平成30年度 かしサボ養成研修予定

関心のある方! 申込みをお待ちしています!

- 2日間の充実した講義内容
- 日時/午前9時45分～午後4時15分

日 程	申込み締切日
8月29日(水)・8月30日(木)	8月 3日(金) 締切
11月15日(木)・11月16日(金)	10月19日(金) 締切

- 会場/いきいきプラザ2階 研修室
- 費用/500円(資料代)
- 講義/「高齢者の現状と介護保険制度」
「認知症の理解対応」「高齢者の心身の特性」等
- 演習/「利用者への接し方」「リスク管理」等
※希望者は現場見学実習あり
※研修終了後は就労先の訪問介護事業所も紹介できます。



第2回 協力会員説明会

6月に協力会員登録説明会を開催し、6人の新しい協力会員さんが入会しました。

最近は産前産後のサービスの活動依頼が増えている、調理のできる協力会員さんの需要が増えています。ボランティア活動にご興味のあるような友人・知人の方がいらっしゃいましたら是非、お声かけをお願いします。

- 日時/9月6日(木)
- 時間/午後1時30分～午後3時
- 会場/いきいきプラザ 2階 研修室
- 申込み期限 当日まで

草取りについて



暑い夏! 7・8月は活動してくださる協力会員さんの体調に配慮して草取りをお休みさせていただきます。みなさんのご理解とご協力をお願いします。



熱中症にご注意!

室内でも熱中症の危険があることはだいたい知られてきましたが、『のどが乾きにくい』『暑さに強く、我慢強い』と思いませんか? 加齢とともにのどの渇きや暑さを感じにくくなっているのかもしれない。つらさを感じていなくても気がついたら倒れていた! などということのないように早めの水分補給を心がけましょう。

6月21日(木)三二協力会員交流会を開催しました。当日は、協力会員の皆様のパワーで梅雨の晴れ間となりました。まずは、柏のフレンチレストラン「Ginkuran」にて舌鼓を打ち、食後はパレット柏でピアノとヴァイオリンのクラシックコンサート鑑賞をし、優雅なひと時を過ごしました。

男性5名を含む17名の協力会員の皆様にご参加いただき、普段できない情報交換を行い、たっぷりと交流を深めました。

今回の交流会では、柏駅から徒歩圏の身近な場所で「柏再発見」をしました。

皆さんもお薦めの情報がありましたら、ぜひご提供下さい！



簡単レシピ

夏野菜のピクルス



旬の食材で栄養たっぷりのピクルスを作りましょう。付け合せに、お酒のお供に、常備菜として万能なピクルス。野菜をたくさん食べられるのもうれしいポイントです。

- 材料
酢…150ml / 水…300ml / 塩…大さじ1/2
砂糖…大さじ5 / 鷹の爪…1本
ブラックペッパー(ホール)…5~6粒
ローリエ…1枚 / お好みの野菜…漬汁に浸る位

- 作り方
①酢、水、塩、砂糖、種を取り除いた鷹の爪、ブラックペッパー、ローリエを鍋に入れ、中火にかける。砂糖が溶けたら火を止め、粗熱をとる。
②お好みの野菜を一口サイズに切り、サッとゆでる。
③①に②を入れ、冷蔵庫で1日ほど漬ける。

つれづれコーディネーター記

暑い夏はつつい自炊がおろそかになりがちで、昼食が冷たい麺なのに夕食にもまたしても麺ということもしばしばです。身体のためには『夏でも常温の飲み物を』なんて、頭ではわかっていても今日もキンキンに冷えた飲み物に手が伸びてしまいます。人様のことをとやかく言えない私ですが、皆様も夏の冷えにはご用心、元気に夏を乗り切りましょう！(N. 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
陽当たり良好
庭付き

柏市篠籠田1385-1
TEL:04-7143-0555



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