

総務課 さわやかサービス職員

入職・異動のお知らせ

富樫 智和 総務課長
 関根 光輝 総務課 沼南社会福祉センター所長
 平島 雅治 移動サービス くらくだんドライバー
 高野山 定雄 移動サービス くらくだんドライバー
 原 竜太郎 事務局次長
 平野 いずみ 相談支援課 子育て支援グループ

よろしく
 お願いします

お世話に
 なりました

おすすめレシピ

はんぺんのベーコンまきまき

- 材料：はんぺん1枚
 スライスチーズ1枚
 ベーコン4枚
 醤油小さじ1杯
- 1.) はんぺんとチーズを6等分に切り分ける。
 - 2.) はんぺんに切り込みを入れ中にチーズをはさみベーコンを巻いて爪楊枝でとめる。
 - 3.) フライパンに油を薄くひいて中火から弱火で焼く。
 - 4.) 焼き色がつけいたら醤油を小さじ1杯回し入れできあがり。



2022 5月 25日発行 vol.72

さわやかだより

日常生活の助け合い事業「さわやかサービス」の利用会員・協力会員向け地域の福祉情報誌です。

支援を受けたい人 支援をしたい人

スタッフに聞きました! 今年挑戦したいこと!

総務課 健康診断D判定以上! 富樫 智和
 総務課 健康診断D判定以上! 関根 光輝
 滝行にチャレンジする! 甲斐 亜希子
 パンジージャンプに挑戦したい 都築 美津江
 日本一への旅 関根 茂雄
 シニアサッカーチームに入り「大活躍」する! 豊島 春信
 ウォーキングをするぞ! 亀谷 菜穂子
 資格を取る! 早川 尚
 初心者研修の資格を取る 平島 雅治
 曲を作りたい! 枝 好美
 スキーの上達を目指す 上野 哲夫
 北陸方面温泉巡り 海老原 久之
 日本全国温泉めぐりの旅 飯島 康二
 キャンピングカー 北海道一周 原田 修
 ギターを弾くぞ! 中村 勇
 鉄道ローカル線の旅 寺島 清
 パッションフルーツ栽培と収穫 寺田 正行
 ツーリング 山下 明
 ハーフマラソンの挑戦 高野山 定雄

おいしいパンをつくる! 助川 美樹子
 体を鍛える! 神島 敏恵
 2種免許の取得 栗原 美佐子

協力会員登録説明会のお知らせ

新しく協力会員さんになって活動して下さる方の会員説明会です。さわやかな活動にご興味のあるお知らせがいらしたら、是非ご紹介ください。

日時 | 6月3日(金) 10:00 ~ 12:00

場所 | いきいきプラザ2階研修室 ※事前に電話でご予約をお願いします。

コーディネーター記

若者の間でサウナブームになっており日帰り温泉にも若者が来るようになってきました。良く行く手賀沼近く満天の湯もサウナが利用でき若い方が多く見られるようになり、ジョギングやサイクリングの後に入浴されていく方もいます。私も散歩コースを歩いた後には、天然温泉の露天風呂もありゆっくり出来るのでお気に入りの場所です。また2階からは手賀沼も一望でき景色もよいです。(T.H.)

編集/発行

社会福祉法人 柏市社会福祉協議会
 総務課 さわやかサービス

〒277-0924 柏市風早1丁目2番地2
 沼南社会福祉センター内

TEL:04-7197-6400

FAX:04-7193-3161

会員数 令和4年4月30日現在	利用会員 718人 協力会員 164人	支え合い件数 令和4年1月~4月	生活援助 1,008件 介護 144件	送迎 1,582件 合計 2,734件
--------------------	------------------------	---------------------	------------------------	------------------------

レポート

協力会員向け「スキルアップ研修」報告

認知症についての座談会

3月16日、いきいきプラザ2階研修室で行い15名の協力会員さんにご参加頂きました。講師に認知症看護認定看護師の満井由子氏を招き、～映画「長いお別れ」DVD鑑賞会～、認知症についての座談会を実施しました。座談会では協力会員一人ひとりに映画の感想や認知症の方との関わりの体験談を話して頂きました。「自分もこの立場になった時の事を考えた。」「認知症の方への対応については自尊心を傷つけない事が大切。」などの意見を頂き、認知症の対応、家族の立場や、役割等の説明を詳しくご講義頂き、理解を深めました。



次回 スキルアップ研修案内 「わたしの望みノート」活用術

これからの人生をいかに自分らしく過ごすか。これから先の幸せにつながるために、自分の気持ちを記す社協版エンディングノートを作成してみませんか? さわやかサービスでは7月の研修のほかに、11月、2月にも研修を予定しております。詳細が決まりましたらお知らせいたしますので皆さん是非、ご参加ください。

日時 7月11日(月) 9時45分~11時45分
 場所 いきいきプラザ2階 研修室
 内容 「わたしの望みノート」活用術
 講師 柏市社会福祉協議会 関根 彩氏
 定員 先着20名 参加費 無料
 ※参加者の方にノートを差し上げます

●お申し込み・お問い合わせ さわやかサービス までご連絡ください。
 他にこんな研修を実施して欲しいなどリクエストがありましたらお待ちしております。

協力会員さんへ

雨の日について

「今日は雨が降っている!活動はどうしよう」と思うことはないでしょうか?草取りや外回り清掃など、雨の日の活動は振り替えることで無理のない範囲で活動をして頂きたいと思っています。

困った時はさわやかサービスコーディネーターまでご相談ください。活動は健康で末長く続けて欲しいです。

草取りのお知らせ

これから暑くなる時季到来!!
 毎年7~8月は暑さの為、協力会員さんの体調に考慮して草取りをお休みさせていただきます。
 さわやかサービスの草取りは6月までにできるような早めにお申し込みください。

情報コラム

くらくだんドライバーの おすすめスポット紹介

市内を走り回り市内を知りつくしたドライバーのおすすめスポット!

北柏ふるさと公園

前回ご紹介した柏の葉公園に続き、今回は北柏ふるさと公園をご紹介します。芝生広場でのんびりするもよし、ウォーキングコースや健康器具が設置されているので、手賀沼の景色を見ながら運動するのもおすすめです。昨年は新型コロナウイルスの影響で開催はありませんでしたが、夏にはじゃぶじゃぶ池で遊んだり手賀沼の花火大会の鑑賞もできます。



くらくだんとは?

在宅生活を支援する移動サービスです。車椅子のまま車内に乗車できます。



スタッフ会議のお知らせ

会議の日は、
 運行・予約ともに15時までになります。
 6月28日(火) 7月26日(火)
 8月23日(火) 9月27日(火)
 ご協力のほどよろしくお願い致します。

ご紹介

地域密着! たすけあい団体ご紹介

一般社団法人セカンドライフファクトリー 「ガーデンサポート」

柏市にはさわやかサービスの様に活動している団体が他にもたくさんあります。今回は柏市公益活動団体SLFガーデンサポートの会長坂東明彦さんにお話を伺いました。ガーデンサポートは剪定やガーデニングなどお庭の管理を通じて社会貢献する事を目的に設立した団体です。東京大学高齢社会総合研究機構の実践するセカンドライフファクトリー(SLF)が主催の年1回行われる『植木屋さん元気塾』という座学、実技講座を3ヶ月間受講してから活動を行います。また町内会で庭木の剪定講座なども行っています。同じ趣味や志を持った高齢者が繋がり、地域社会に寄与するという事を大切に活動されています。

第1弾



Attention!! 熱中症に注意!

熱中症についてお知らせ

今年も暑い夏がやってきます。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ましょう。室内にいても熱中症になることがあります。たとえ喉が渴かなくても、水分補給をし、室内温度を測って、エアコンと扇風機を活用しましょう。

