



こらくだくんだрайバーの おすすめお出かけスポット

冬の寒い時期、図書館に行くのはいかがですか。
おすすめの図書館をご紹介します。



● 柏市図書館本館

柏市役所の近くにあるので手軽に利用でき、読書以外にもプラネタリウムで星空観賞(不定期開催)ができます。

住所：柏市柏5-8-12
Tel：04-7164-5346



● 我孫子市アビスタ本館

図書館の近くに手賀沼公園があり、読書のあと手賀沼を見ながら散歩が楽しめます。

住所：我孫子市若松26-4
Tel：04-7184-1110



● サンコーテクノプラザ 流山市立南流山地域図書館

2022年にオープンした新しい図書館です。
カフェが併設されており本や雑誌を読みながらお茶・珈琲(軽食あり)が楽しめます。

住所：流山市南流山10-2-1
(新しい住所)
Tel：04-7159-4000



こらくだくんとは？



在宅生活を支援する移動サービスです。
車いすのまま車両に乗車できます。

次の日は、スタッフ会議のため
運行・予約ともに
15時までになります。

2/27(火)	3/26(火)	4/23(火)
5/28(火)	6/25(火)	7/23(火)

つれづれ コーディネーター記

昨年も秋が短くあっという間に冬になりましたね。
一年中冷え性体質の私は、街中のキラキラしたイルミネーションにときめくこともなく、冬を越す準備に勤しんでおりました。
特に今年は新しい職場で迎える初めての冬。生姜入りココアを飲んでみたり、ブランケットを新調してみたりと色々試しています。
みなさんは寒い時期を乗り越えるために心掛けていることはありますか？おすすめのグッズやレシピがありましたらぜひ教えてください。(Y.C)



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 柏市風早一丁目2番地2
沼南社会福祉センター内

TEL 04-7197-6400
FAX 04-7193-3161
E-mail:sawayaka@kashiwa-shakyo.or.jp

柏市社会福祉協議会
2024 1月
25日発行
vol.77

さわやか

KASHIWA



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

赤ちゃんから元気ももらって楽しく活動!

産前産後支援の活動中に取材に伺いました。

実家から送られてくる沢山の家庭菜園の野菜で佐藤さんに毎週美味しい料理を作ってもらいます。
赤ちゃんは最近人見知りが始まって、仕事が忙しいパパを人見知り中。パパは赤ちゃんにメロメロなのに泣かれてしまいさみしそうです。
3ページでおすすめレシピを紹介しています。

利用会員の
ママ

産前産後支援の活動では利用会員さんから新しい家電のことやライフスタイルなどいつも新鮮な話を聞くことができ、毎週活動に行くことが楽しみです。
ママに抱っこされた赤ちゃんの安心した様子を見たり、赤ちゃんの成長を目にすると自分もとってもうれしくなります。
これからも楽しい話を聞かせてくださいね!

協力会員

佐藤信子さん

会員数
令和5年11月30日現在
利用会員 840人
協力会員 177人

支え合い件数
令和5年8月~11月
生活援助 1245件
介護 205件
送迎 1929件
合計 3379件

住民福祉大会



12/9(土)に柏市住民福祉大会がアミュゼ柏クリスタルホールで開催され、さわやかサービスからは10年以上在籍し、貢献して頂いた協力会員8名が表彰されました。表彰者の皆さん長い間ありがとうございます。これからもご協力よろしくお祈いします。



田中 幸恵さん



得重 玲子さん



熊野 敬子さん



中野 フミ江さん



諸田 妙子さん



笹原 敦子さん



渡辺 裕見さん



武藤 久美子さん

協力会員登録説明会

日時：令和6年3月12日(火) 10時～12時
場所：新富近隣センター 会議室

新しく協力会員になって活動して下さる方の会員説明会です。最近、産前産後支援の活動依頼が増えており、特に新富、柏の葉、大室地域の協力会員が足りません。会員の皆さんの中でさわやかサービスの活動に興味のあるお知り合いがいたら、是非ご紹介ください。(遠方の活動を引き受けて頂ける方は、個別でご連絡をお待ちしています。)
※事前に電話でご予約をお願いします。



協力会員スキルアップ研修のご案内！

日時：令和6年2月14日(水) 11時(受付)～13時30分
場所：カフェみちくさ亭 柏市藤心1-29-12
費用：軽食代・交通費は各自負担
申込：令和6年2月7日(水)までにさわやかサービスへ電話でお申し込みください。

スキルアップ研修を開催します。藤心にある「カフェみちくさ亭」にて、住民の集いの場となっているコミュニティカフェの見学をかねて座談会をします。協力会員同士で活動についての体験談や感じていることなど意見交換を行いましょ。ぜひ、皆さんのご参加お待ちしております。



さわやかだよりについて

令和6年度より「さわやかだより」の発行回数が年2回となります。6月20日、12月20日を予定しています。協力会員研修会などはハガキでお知らせすることもあります。引き続き、みなさまからのご意見、ご感想をお待ちしております。

自転車を使用される方へ 千葉県では自転車保険への 加入が義務化されています！

千葉県の条例の一部改正により、令和4年7月1日から自転車損害賠償保険等への加入が義務となりました。全国では自転車加害事故となる事故で、高額な損害賠償請求をされるケースが少なくありません。自転車を使用される方は、万一事故を起こしてしまった時に備えて自転車保険に入りましょう。

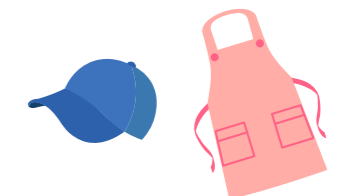


活動収入について

さわやかサービスは有償のボランティア活動です。税法上、活動費は「雑所得」となります。雑所得とパート等の就労で得た給与所得の合計金額が、一定額を超えると「課税対象」となり、配偶者控除及び扶養控除の対象ではなくなります。各自税務署等にご確認ください。
※雑所得＝収入金額－必要経費(交通費、事務費などの実費)を除いたものです。

エプロン、帽子について

使用しているエプロン、帽子の交換ができます。色あせ等気になりましたら新しいエプロン、帽子の交換をしますのでさわやかサービスまでご連絡ください。



おすすめレシピ

キャベツのペペロンチーノ



ペペロンチーノというパスタのイメージが強いですが、麺を入れずに作ることでご飯のおかずにもピッタリです。材料も少なく簡単なのでぜひお試しを！

材料(2人分)

キャベツ	1/3玉	鷹の爪	少々
ベーコン	100g	オリーブ油	大さじ1
ニンニク	小さじ1	塩コショウ	少々

作り方

- ①フライパンにオリーブ油を入れて、ニンニクとベーコンを炒める。
- ②ざく切りしたキャベツを加え炒める。
- ③②に鷹の爪を加えたら、塩コショウで味を整えて出来上がり。