

# メロディーほっと通信

発行：特定非営利活動法人ワーカーズ・コレクティブ メロディー 発行責任 理事長 木村満里子  
住所：〒212-0016 川崎市幸区南幸町 2-4-2 ビクセル川崎 101  
Tel/Fax：044-533-8308 URL：http://wco-melody.com/ e-mail:wco-melody@guitar.ocn.ne.jp



## あけましておめでとうございます

私たちワーカーズ・コレクティブ メロディーは、住みなれたまちで安心して暮らし続けるためのサービスを提供しています。

### 生活リハビリ研修(2)

「生活リハビリクラブ幸」という私たちの施設の名称にもなっている「生活リハビリ」とは、今できることや残った機能を生かしながら使えなくなった機能を補い、今まで通りの生活を続けられるようになるケアのあり方です。私たちは「生活リハビリ」を基本にしたケアを行うよう努力をしていますが、「この方の機能を生かすにはどんなケアが良いかしら？」と日々悩みます。そこで3月に生活リハビリを長年実践されている金田さんを講師にお招きし生活リハビリの基本の考え方、実践のポイントを学びました。<sup>\*</sup>ところが、その一日だけでは金田さんは伝えきれない！ワーカーも聞き足りない！ということで第2弾を9月25日に開催しました。

今回は実践を中心とし、個々のご利用者を想定しながらワーカーが生活リハビリを体験しました。例えばイスからの立ち上がりではイスの前に低めのテーブルのような物を用意し、両足を引きテーブルに手を乗せ前屈みになるとお尻が持ち上がり、他者が軽く手を添える程度で自分の力で立ち上がれるのです。イスの高さも重要で少し変えるだけで立ちあがりやすくなります。「今ある力を生かし、活用することで「生きる力」が湧いてくる！」そんなケアを実践していきたいと強く思える研修となりました。この研修を生かして今年もサービスの向上に努めます。

(理事 平野ひろみ)

※ほっと通信第33号で既報

- 1：生活リハビリ研修(2)
- 2：15周年記念事業プロジェクト視察報告
- 3：川崎市との意見交換
- 4：メロディー事業案内

Contents

## メロディーほっとサロン



メロディーほっとサロンは今年から子どもも参加できる多世代交流の場になります。

### こま廻し



昔ながらのコマを手のひらに乗せて廻してみましょ。元校長先生に教えていただきます。こま廻しで遊んだあとは自分でおにぎりを作ってみんなで楽しく食べましょ。豚汁もあるよ。こまの調達があるので先着20名です。



平成29年1月15日(日)

午前10:00~12:00

参加費こども200円(お持ち帰りこま付き)

おとな500円

044-533-8308

詳細はお問合せください

## メロディー 事業案内

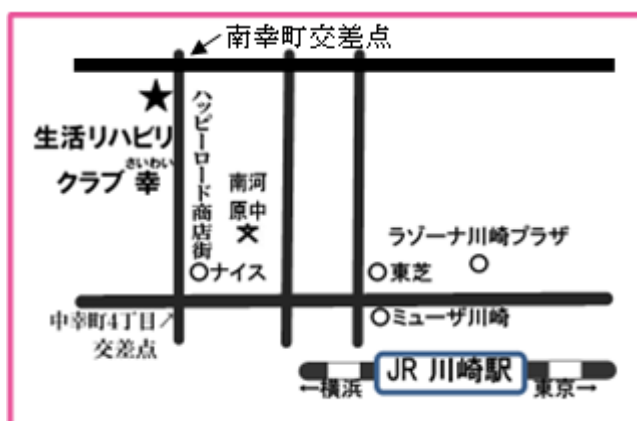
tel&fax 044-533-8308

【生活支援サービス事業】 (W.Co メロディー独自事業) 川崎市産前産後家庭支援ヘルパー派遣事業	手助けを必要とされている方にサービスを提供します。例えば、お年より・障がいを持つ方・病弱な方のための付き添い、通院介助など。また、保育園の送迎や産前産後のお手伝いの育児支援など。まずはご相談ください。
生活リハビリ事業	【デイサービス】 介護や支援の必要な高齢者の方に、送迎つきで、昼食・入浴・趣味の活動等を通じて楽しく過ごしていただきます。(月~土)
介護保険事業	【居宅介護支援事業】 介護保険の申請代行やケアプランの作成、サービスの調整・手配をします。
ピアサポーター事業	【ヘルパー派遣】 ホームヘルパーがご自宅を訪問し、食事・排泄などの介助や家事等の日常生活の援助を行います。障害福祉サービス事業にも対応しています。

### 編集後記

今シーズン東京では11月24日に初雪を観測しました。11月の観測は54年ぶりとの事。昨シーズンは降雪も少なく、利用者さんを送迎する際、車にはチェーンを一度も巻きませんでした。今シーズンも、そう願いたいものです。

(light)



メロディーへのアクセス：川崎駅より徒歩10分

# メロディー15周年記念事業プロジェクト

## 視察報告

メロディー15周年となる今年度は、記念行事の開催ではなく、メロディーの新たな発展につながる取組みとして、「居場所・たまり場」の創出を考えるためプロジェクトを設置しました。今、少子高齢社会が加速する中で格差や貧困が拡大しています。高齢者、子ども、子育て中の親など多世代が集える「居場所」をつくることで、さまざまな人のつながりを回復させ、相談も含めた拠点として機能させていきたいと考えています。そのためのヒントにと、各地の「こども食堂」を10～11月に視察をしました。

視察したこども食堂では、月に1～2回、低料金で食事を提供していました。また、それぞれ工夫を凝らして運営されており、非常に参考になりました。メロディーでは、今後に向けて、まずは毎月のミニデイほっとサロンを子どもたちも参加できる多世代交流の場とし、地域のさまざまな方たちとネットワークしていくことで新たな拠点開設につなげていきたいと考えています。

(理事 宇都宮加代子)

称	開所日/金額	運営主体/内容
ナナ食堂 横浜市青葉区あざみ野	第2・第4土曜日 こども 無料 大人 500円	NPO法人スペースナナ 人件費はなし。食材の提供をしてくれる農家や、調理したものを差し入れてくれるひともいる。
キネマえがお食堂 大田区東蒲田	第3水曜日 こども 300円 大人 500円	NPO法人ワップフィルム 商店街の空き店舗を活用。 食材は商店街で買う。 大田区のこども食堂 4カ所とネットワーク。 
丘の上こども食堂 鶴見区駒岡 (駒岡地区センター)	第1・第3木曜日 こども 200円 大人 300円	横浜市地区センターの独自事業 毎回20人ぐらいのボランティアが参加。子どもだけでなく高齢者もきている。
ひろしきキッチン こども食堂 東京都練馬区	第3金曜日 こども 300円 大人 300円	NPO法人アピリティック クラブたすけあい「練馬たすけあいワーカーズひろしき」 事務所のスペースを活用。 
ほんそんこども食堂 茅ヶ崎市本村	第3木曜日 こども 300円 大人 300円	地域のお茶の間研究所さろんどて 居場所「さいとうさんち」から発展して誕生。キリスト教会の集会所やフリースペースを利用している。

## 川崎市との意見交換

私たちワーカーズ・コレクティブ メロディーは、川崎南部ユニット※や市民福祉事業センター・かわさき※という連携団体を通して、川崎市との意見交換を行なっています。

9月20日には、市民福祉事業センター・かわさきが川崎市健康福祉局とこども未来局に高齢者を対象とした川崎市の事業や保育の一時預かりなどに関する予算要望書を提出しました。また、10月28日には、南部ユニットを含む川崎3ユニット連絡会が行政ヒアリングを行ない、子ども・高齢者・地域包括ケアシステムの施策の進捗状況について川崎市職員から話を聞きました。



川崎市との意見交換会の一コマ

この4月から要支援と認定された方や市のチェックリストから対象となった方に対する日常生活支援総合事業が川崎市で始まりました。これは介護を必要とされる比較的軽度な方へのデイサービスやヘルパー派遣をするものですが、今回の意見交換を通じて、サービスを提供する事業所がなかなか増えず、今後そうした方の受け入れ先への懸念が感じられました。

これからも高齢者介護や子育て支援の事業を通じて見えてきた課題から、利用者である市民の皆さんの声や意見を今後のよりよい施策につながるように、行政に届けていきます。

(理事 福岡洋子)

※川崎南部ユニット  
中原区・幸区・川崎区のかわさき生活クラブの組合員と福祉関係のワーカーズ・コレクティブの団体。川崎北ユニット、高津・宮前ユニットとともに川崎市への政策提言を行なっています。

※市民福祉事業センター・かわさき  
川崎市内の介護・生活支援・食事・移動等のサービスを行なっている非営利の市民事業者の団体。川崎市に対し予算要望を行なっています。

## みんなに喜ばれるレシピ

### <豆腐入り肉団子>



柔らかく食べやすい肉団子です

- 材料 4人分  
豚ひき肉 200グラム  
豆腐 1/4丁  
人参 1/4本  
長ねぎ白い部分 1/4本  
小麦粉  
揚げ油  
水溶き片栗粉
- 下味  
塩小さじ 1/2杯  
酒大さじ 2杯
- 煮汁  
だし 500cc  
砂糖大さじ 1/2杯  
醤油大さじ 2杯  
生姜のしぼり汁少々
- 調理
- ①豆腐、人参、長ねぎをみじん切りにし、ひき肉に加え、下味を加えて良くこねる。
  - ②団子状に丸める。
  - ③小麦粉をまぶし、油で中まで火が通るように揚げる。
  - ④煮汁を一度沸騰させた後、中火にした煮汁へ入れ10分位煮る。
  - ⑤団子を器に盛り、残りの煮汁に水溶き片栗粉を入れトロミをつけ、団子にかける。