

明るく元気な職場です。

生活クラブ生活協同組合

生活リハビリクラブ幸のお仕事です

働く人大募集

デイサービス スタッフ

介護スタッフ(未経験可)

ドライバー・看護師

1,000円~/1時間

各種手当あり

ホームヘルパー

介護福祉士

初任者研修終了者

1,200円/1時間

+移動手当 400円

ケアマネジャー

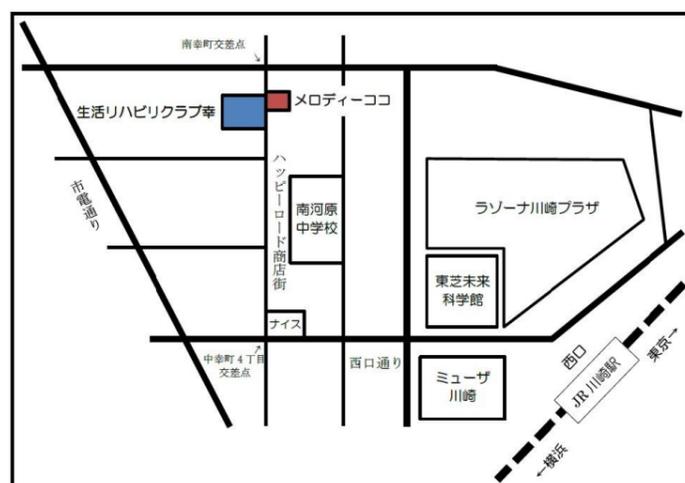
要資格

未経験OK

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)	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。	
多世代の居場所 メロディーココ	子どもから高齢者まで、多世代が集えるコミュニティカフェです。顔の見える関係をつくり「おたがいさまのたすけあい」をひろげます。	
生活リハビリクラブ幸 介護保険事業	【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)
	【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。
	【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

暑い日が続くと炭酸の効いた清涼飲料水が欲しくなるものですが、なんと、500mlのペットボトルにはスティックシュガー22.5本分以上の糖類が入っているそうです。水分のとり方に気を付けて暑い夏を乗りきりましょう。

(Light)

2019年7月1日発行

第45号

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

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。

みんなで食べる晩ごはん

—毎月第4金曜日はココ食堂—

多世代の居場所メロディーココは、ワーカーズ・コレクティブメロディーが運営しているコミュニティカフェです。人と人のつながりをつくり、「おたがいさまのたすけあい」がひろがるようにと4月にオープンしました。カフェとしての営業はもちろんですが、いつまでも元気であるための介護予防体操(ふまねっと運動)や小学生の学習支援(つばき学習会)などさまざまな企画を用意して、近隣のみなさんをお待ちしています。

毎月第4金曜日の17:00~19:00には、「多世代のココ食堂」を開いています。いわゆる子ども食堂と同じように、家庭的な手づくりの食事を提供しています。子どもだけでなく、いつもお仕事が忙しいママやパパも、一人暮らしの人も、年齢に関係なく、おおぜいでごはんを食べたいと思ったら、ココ食堂に来てください。ココ食堂を通じて、顔見知りが増えていくといいなと思っています。

*参加費は大人300円、子ども(小学生まで)100円。

*ココ食堂では、調理・配膳のボランティアさん、食材の差し入れなども募集しています。



Contents

- 1: みんなで食べる晩ごはん
- 2: 多世代の居場所 メロディーココ
- 3: ココのおすすめレシピ
- 4: ワーカー募集

多世代の居場所 メロディーココ

ワーカーズ・コレクティブメロディーでは、15周年記念事業としてプロジェクトを立ち上げ、年をとっても障がいを持っても住み慣れた地域で自分らしい生活を最期まで送れるように、地域に常設の「居場所・たまり場」の設立を決め、具体化に向けて動いてきました。人のつながりを強めながら、相談や「お互いさまのたすけあい」を拡げていくために、コミュニティカフェを中心にフリースペースを開放し、地域住民がつながり、顔の見える関係がつけられる新たな拠点「多世代の居場所メロディーココ」をオープンしました。

メロディーココではこんなことをしています

【コミュニティカフェ】

カフェ 11:00~17:00 ランチ 11:00~14:00

【うたごえ喫茶】

楽しく歌う音楽のひとつとき
なつかしい歌・季節の童謡や唱歌
昭和の歌謡曲・フォークソングも！
不定期 水曜日 午前 11:00~12:00
1ドリンク(200円)ご注文ください。



ワンコインランチ

【ふまねっと運動】

歩行機能や認知機能の改善、うつや閉じこもりの予防にも効果が期待できます。
毎週 火曜日 午前 10:00~11:30
参加費 300円

【つばき学習会】

川崎で小学生を対象に学習支援・居場所づくりを行っている団体です。
遊びもしながら、学校で学習した内容をサポート。
毎週 土曜日 午前 10:00~12:00
参加費無料。



ふまねっと運動

【多世代のココ食堂】

子どもからシニアまで。
みんなで一緒に食べる晩ごはん。
毎月 第4金曜日
参加費 大人 300円 子ども(小学生まで) 100円

【認知症カフェ(仮)】

認知症やその家族の方の話し合いや情報交換の場です。
偶数月 第3木曜日 午後 2:00~3:30
参加費 100円

「ココに来れば誰かに会える」「ココに来れば誰かとつながる」をコンセプトに、一人ひとりが顔を合わせ、対話し、互いに助け合う居場所です。

商業施設でもなく店舗でもありません。「多世代の居場所メロディーココ」は、暮らしていくためのコミュニティをつくる居場所です。ボランティアな自発的な働き方で運営されています。

ボランティアしてみませんか？

○コミュニティカフェの調理・接客

美味しいメニューを考えたり、調理したり、配膳したり、来た人とお話したり。
三角巾とエプロン持参でボランティアに来ませんか？



○ココ食堂(月1回 みんなで食べる晩ごはん)

手づくりのおかずとガス釜で炊いたふっくらごはん、みんなで食べるとおいしいね。
お手伝い・差し入れお待ちしております。

○まちの先生

「何か楽しいことを習ってみたい」という人がたくさんいると思います。
メロディーココには、カフェの奥にフリースペース(20㎡程度)があります。
フリースペースを活用して、例えば絵手紙・手芸・語学・楽器演奏など得意なことを教えてくれる方を大募集しています。

お問い合わせは メロディーへ 044-533-8308

お年寄りに喜ばれるレシピ

< ピーマンの肉詰め >

夏の食材のひとつにピーマンがあります。今回はピーマンを使った料理をご紹介します。



材料 4人分

ピーマン	4個
豚挽き肉	160g
玉ねぎ	小1/2個
生椎茸	1枚
パン粉	大さじ3杯
牛乳	大さじ2杯
小麦粉	適量
塩、コショウ	適量
油	大さじ2杯

調理

- ①玉ねぎはみじん切り、生椎茸はかさの部分を使いみじん切り。
- ②挽肉をボールの中で良くこね、①を混ぜ入れさらに良くこね、塩、コショウを適量入れる。
- ③つなぎにパン粉を入れ、さらに牛乳を入れてこね合わせる。
- ④ピーマンは縦半分に切り、種とヘタを取り除く。
- ⑤ピーマンの内側に小麦粉を振り、そこへ③を詰める。
- ⑥肉の表面に小麦粉をまぶす。
- ⑦フライパンに油を入れ肉側から焼き、ひっくり返してピーマン側も焼く。串を刺して肉汁が透明になれば焼き上がり。あとは、お好みにより、醤油タレやソースをかけて、お召し上がりください。