

ココのおすすめレシピ『じゃがいものガレット』

材料 じゃがいも 2〜3個 ピザ用チーズ 50g サラダ油 大1

塩・胡椒 少々 片栗粉 少々



- 作り方
- ①じゃがいもは千切りにする
 - ②①は水にさらさず、塩・胡椒・片栗粉とさっくり混ぜておく
 - ③フライパンに油をひき、②を入れ、フライ返し等でフライパンの底に押し付けながら焼き色がつかまで中火で4〜5分焼く
 - ④裏返したら、チーズをパラパラと入れ、ふたをしてさらに4〜5分焼く
 - ⑤チーズがとろりと溶けて焼き色がついたら出来上がり

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、高齢者・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	子どもからシニアまで、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。	
生活介護 保険事業 ハビリ クラブ 幸	【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】	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

気象庁から、今年は例年より14日遅れて「梅雨入りした見込み」と、6月21日に発表がありました。「線状降水帯」などという言葉も最近をよく聞くようになりました。これらは皆地球の温暖化によるものでしょうか。地球温暖化を防ぐ特効薬は何処かにないのでしょうか？

Light



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

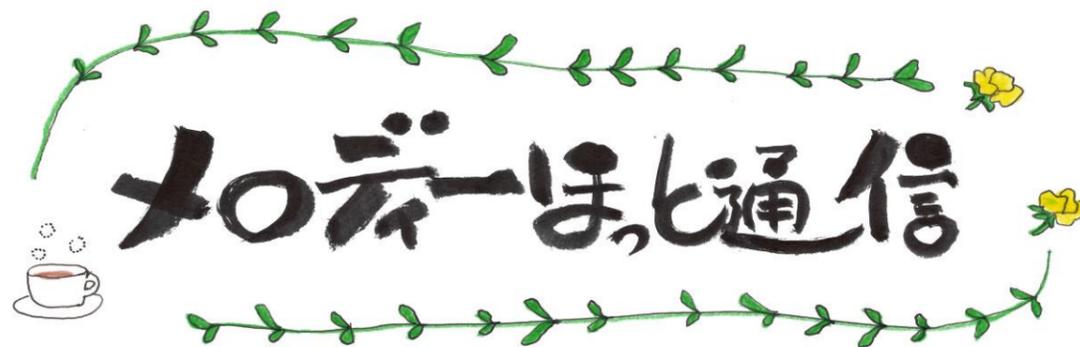
発行責任 理事長 平野ひろみ

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



65号 2024年7月1日発行

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。

第17回ワーカーズ・コレクティブメロディー
通常総会開催報告

2024年5月26日(日)「第17回通常総会」を開催しました。ワーカー45名中35名の出席がありました。かわさき生活クラブ組合員4名、生活クラブ職員1名にご来賓として出席いただきました。

多世代の居場所メロディーココの運営が安定してきた事、昨年より更にリピーターも増え居場所として地域に根付いてきたと実感できる場面が増えたとの2023年度の報告がされました。続いて決算・監査の報告があり、上記提案は承認されました。

次に2024年度の方針の提案がありました。安心して住み暮らし続けられる地域づくりをすすめること、メロディーのメンバーシップを高めること、多世代の居場所メロディーココが持続可能となるようにおおぜいの参加で運営すること、生活クラブ組合員とのパートナーシップを常に念頭において活動することが提案され、予算案とともに承認されました。

総会後はかわさき生活クラブ生協理事長 野村美湖さんの「生活クラブのまちづくり」についてお話を伺いました。



かわさき生活クラブ理事長
野村美湖さん

かわさき生活クラブの設立趣意書の中に明記してある「人が人らしく自然と共生し、こころ豊かに地域で暮らす「協同」の経済や社会づくりをすすめていきたい」に沿って、1970年代多摩川の水が泡だらけになっていたことから始まった石けんの取り組みや現在すすめているまちづくりについてお聞きしました。時が変わっても地域で暮らす私たちが課題に気づきおおせいの力で解決していくことが必要と再確認できた一日となりました。

理事長 平野ひろみ

contents

- 1 メロディー総会報告
- 2 多世代のメロディーココのいま
- 3 認知症サポーター養成講座
- 4 ココのおすすめレシピ

おかげさまで5周年を迎えることができました！

多世代の居場所メロディーココのいま

【多世代のココ食堂】

ココ食堂は子どもから高齢の方などどなたでも参加していただける食堂です。徐々に参加者が増え、品切れで時間前に終了してしまうこともあります。季節を感じるメニューを工夫して、お子さん連れやお友達同士など、皆さん楽しく食事をしています。ココ食堂での交流を通じ、地域のつながりが豊かになるといいなと思っています。



6月はおいなりさんでした

日時：毎月第3金曜日 17:00～

費用：大人300円 子ども100円 (40食程度なくなり次第終了)

【メロディーココでほっとひといき】

買い物途中で一休み、授乳中のママや子どもたちどなたでも、本を読んだり、宿題したり、マットを敷いたら寝転ぶこともできます。

月曜日～金曜日
14:00～17:00 無料開放中
後援：川崎市

【ふまねっと運動】



網を踏まないように注意深く、ゆっくり慎重に歩きます。歩行機能改善や認知症予防に効果が期待できます。川崎市より住民主体による要支援者等支援事業の委託を受けています。

日時：毎週火曜日 10:00～11:30

参加費：300円

【ケアマネジャーの介護よろず相談室】

奇数月の第2金曜日 14:00～15:30

介護のお困りごとなどお話が
気楽にできる相談室です！



【ボランティアしてみませんか】

ボランティアを通して、おたがいさまのたすけあいの輪をひろげて、身近な地域で豊かな人と人の絆を育みませんか？まずは楽しみながらできることから。

- ・カフェのお手伝い (調理補助、配膳、食器洗いなど)
- ・ココ食堂のお手伝い
- ・花壇の手入れ などなど

日時：月～金 9:30～15:00の間のご都合のいい時間

気軽にスタッフに声を掛けてください。

オープンして5年が経ちました。このように色々な企画を定期的に行えるようになりました。他にも毎月の「みんなのお誕生日会&お楽しみ会」や年2回のフリーマーケットもあります。ボランティアさんやココを訪れる人が増え、少しずつ地域に根付いてきたかなと感じています。もっともっと地域の方とつながって、メロディーココを知って活用してほしいと思っています。

「認知症サポーター養成講座」を開催します！

認知症サポーターは何か特別なことをする人ではありません。

認知症について正しい知識と理解を持ち、認知症の方やその家族を地域で見守り、できる範囲で手助けするのが認知症サポーターです。安心して地域で暮らせるまちづくりをめざすために、認知症を正しく知るところからはじめてみませんか？

日時：9月27日(金) 13:00～15:00

場所：戸手生活館3F (幸区戸手1-5-11 遠藤町交差点角)

参加費：無料 教材テキストと認知症サポーターのカードを差し上げます。

申込み：生活リハビリクラブ幸 (担当：小林)

電話番号：044-556-1122 メール：r-saiwai@bz03.plala.or.jp

電話またはメールにて9月20日(金)までにお申込みください。(定員20名)



幸区ロバくん倶楽部

認知症サポーターのマスコットロバくんづくりにご協力いただける方を大募集しています。お裁縫が得意でない方でも大丈夫です。材料はこちらで用意しています。おしゃべりしながら一緒にロバくんをつくりましょう！

日時：7月27日(土)14:00～15:30

場所：多世代の居場所メロディーココ

参加費：無料

持ち物：裁縫セット(貸出可)

申込み：電話 044-533-8303 またはメール melody-coco@aioros.ocn.ne.jp

