



生活クラブ生協の介護保険事業所

さいわい

2019.夏号

No.16

生活リハビリクラブ 幸 だより



生活クラブ

発行:生活リハビリクラブ幸運営会議
問い合わせ:川崎市幸区南幸町2-4-2-101

発行責任:仁藤名都子/編集責任:福岡洋子
TEL.044-556-1122 FAX.044-556-1121



生活リハビリクラブ幸 デイサービスの紹介



生活クラブ生活協同組合では、消費材の共同購入だけではなく、高齢者介護や保育の福祉事業も行なっています。介護保険は、65歳以上で支援や介護が必要と認定された方が状態に応じたサービスを受けることができる制度です。生活リハビリクラブは神奈川県内に6カ所ある生活クラブの介護保険事業所です。そのうちのひとつ生活リハビリクラブ幸は、川崎駅西口近くで、デイサービス・ヘルパー派遣・ケアプラン作成の事業をしています。

生活リハビリクラブ幸のデイサービスは、川崎駅近くのハッピーロード商店街にあるマンションの1Fです。利用者の方は、送迎車でデイサービスに到着すると、食事や入浴、レクリエーションや機能訓練をします。生活クラブの組合員かどうかには関係なく、認定を受けた方ならデイサービスを利用することができます。厨房で手作りしている昼食は、生活クラブの食材を使用し、利用者のみなさんから好評をいただいています。スタッフは、*ワーカーズ・コレクティブメロディーのメンバーで、笑い声の絶えない明るいデイサービスです。

*4面下段の説明を参照してください。

Go!5 リハビリデー 赤ちゃんボラ大歓迎

デイサービスは、いつでも見学可能ですが、特に5の日(5日15日25日)はゴーゴーリハビリデーとして組合員のボランティアの日としています。特別な何かをしなくても、遊びに来ておしゃべりしてくれるだけでOK。古布等の提供だけでもOK。特に赤ちゃん連れは、利用者の方もとても喜ばれます。赤ちゃんボランティアをお待ちしています。

生活リハビリクラブ幸の一日

10:00 到着 朝の会・体操



11:00 アクティビティ



17:10 送り



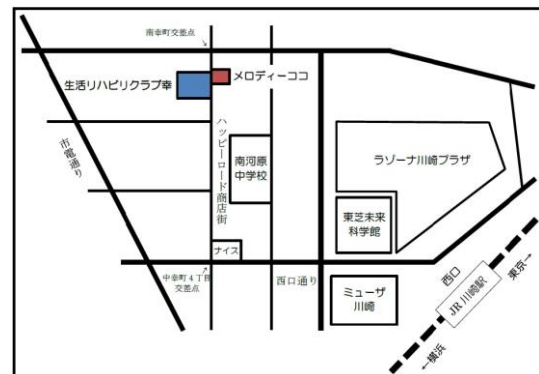
12:00 昼食



15:30 おやつ・転倒予防体操



13:30 入浴





組合員とワーカーズの交流会報告

6月11日(火)、毎年恒例の交流会、今年はオープンしたばかりの多世代の居場所「メロディー・ココ」にて集合。明るく温かいココの空間で参加者の皆さんも和気あいあいとした雰囲気の中、すぐ向いに位置するリハビリ幸デイサービスを見学しました。

生活クラブ消費材を使って調理される厨房、利用者さんの自立を促す入浴時の工夫、生き生きとお仕事をされているワーカーさんの現場を感じたとても貴重な時間でした。

そして利用者さんとのふれあいのひとときは、若いママさんにとっても貴重な時間だったようです。普段なかなか接することのない小さなお子様の訪問はとても喜んでいただけました。



ココで参加型福祉のお話

見学の後は、メロディーココに戻って参加型福祉の拠点としてのリハビリ幸の成り立ちや実際にお仕事をされているワーカーさんのお話など、興味深く伺いました。「参加型福祉」というと、どんなことをしたらよいのか、なかなかイメージが湧かないかもしれません。小さなお子様だけでなく、地域の様々な世代の方が訪問の機会を持って、「お話をする」「お話を聞く」「その場に行く」という、「顔を合わせる」ことからお互いに親しみを感じ、楽しく気持ちよく過ごせる場所になっていくのだと思います。

それが個々の参加型福祉への意識を高め、地域の福祉力の向上につながっていきます。様々な場面で、地域の多くの人たちに関わっていただき、多世代の交流を広げていきたいですね。

(かわさきコモンズ 山田慶子)



幸まつり

10月6日(日) 11:00~14:00

今年も幸まつりを実施します。今回は、生活リハビリクラブ幸とお向かいのメロディーココを会場として開催します。各種飲食物の販売、ワークショップで小物づくり、子ども遊びコーナー、健康測定、ミニバザーなどなど、楽しい企画を用意してお待ちしています。

TEL 044-556-1122 担当 福岡・大石



多世代の居場所 メロディーココ

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。

「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。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。

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とき

なつかしい歌・季節の童謡や唱歌

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。

【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】

小学生を対象に学習支援・居場所づくり遊びもしながら、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。

【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 100円

【ひまわりカフェ】

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

介護一口メモ

認知症と水分補給

熱中症対策には水分補給が欠かせないことは周知されていますよね。今回は認知症と水分の関係についてお伝えします。

認知症の症状には水分！食事！排便！運動！が大きく関係しているようです。脱水になると血液内の水分量が低下し血液の循環が悪くなり脳の細胞機能に影響を及ぼします。活動力と意識が低下して、元気がなくなったり、ぼんやりしたり、体が動かさづらくなります。熱中症と似た症状です。便も出にくい、運動どころではない、食欲も出ないという負の連鎖が起こりうるそうです。

「起き抜け」と「寝る前」は水を飲むことを習慣づける。トイレから出たら必ず1杯、水を飲む。

アルコール以外の飲み物は水分としてカウントして良いそうです。

認知症になったらどうしよう～。そんな言葉はあちこちで聞かれます。

まずは一日 1500ml の水分補給。お金も時間もかからない一番手軽な認知症予防から始めましょう。



訪問管理者 平野ひろみ

編集後記

今年の梅雨は5月の終わりの真夏のような暑さを終わらせてくれ、数年ぶりの梅雨らしい梅雨かと思っただけですが、昨年同様九州に大きな被害をもたらしました。子供の頃のような生活や体に支障をきたさない程度の梅雨、暑さが懐かしいです。

(石田)

事業内容

デイサービス (通所介護) 事業	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。	
ホームヘルパー派遣 (訪問介護) 事業	ホームヘルパーがご自宅を訪問し、食事・排泄などの家事や介護等の日常生活の援助を行います。	
川崎市 要介護者ヘルパー派遣事業	介護保険の給付サービスだけでは生活が難しい高齢者のお宅をホームヘルパーが訪問し、家事等の生活援助サービスを行います。 (利用には申請が必要ですので詳しくはお問い合わせください)	
W.Co メロディー 独自事業	生活支援 サービス事業	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、通院介助等。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。 *介護保険など公的サービス以外 *川崎市産前・産後家庭支援ヘルパー派遣事業 Tel&fax 044-533-8308 URL http://wco-melody.com/ e-mail wco-melody@guitar.ocn.ne.jp
	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。 顔のみえる関係をつくり「おたがいさまのたすけあい」をひろげます。

*ワーカーズ・コレクティブ(W.Co)とは：地域に暮らす人たちが、生活者の視点から地域に必要な「もの」や「サービス」を市民事業として事業化し、自分たちで出資し経営し労働を担う働き方の組織です。

*W.Coメロディー：参加型福祉の趣旨に賛同した地域の人々が、自主的にワーカーズ・コレクティブ メロディーを組織し、日常のワークを担っています。