



生活クラブ生協の介護保険事業所

さいわい

2021.冬号

No.22

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堂会議

発行責任：仁藤名都子／編集責任：内村真由美

問い合わせ：川崎市幸区南幸町 2-4-2-101

TEL.044-556-1122 FAX.044-556-1121

～生活リハビリクラブ幸 30周年記念行事～

加藤彰彦氏 講演会

「人がつながる 豊かなまち」

生活リハビリクラブ幸は、1990年11月に生活クラブ生活協同組合が川崎市幸区戸手に開所し、2015年に戸手から現在の川崎駅徒歩圏内の南幸町に移転し今年で30年を迎えました。協同組合が運営する高齢者福祉だけでなく、人と人のつながりを持ち「お互いさまのたすけあい」をひろげ、多世代が交流し孤立しない豊かなまちづくりをおおぜいの組合員や地域の人と参加型で福祉（しあわせ）をひろめる活動を進めてきました。



講師の加藤彰彦先生

11月29日新型コロナウイルス感染拡大の状況を考慮し、オンライン（ZOOM）や人数制限した生活リハビリクラブ幸・高津センター・その他のサテライト会場にて記念行事を行いました。

記念行事のはじめに、生活リハビリクラブ幸の設立に至る経緯や関わった方々の思いなど30年間のあゆみを振り返りました。講演会では、学校、横浜寿町、沖縄と多様な現場で人のつながりを体験されている沖縄大学名誉教授 加藤彰彦氏をお招きし、「人がつながる 豊かなまち」をテーマに、コロナ禍での子どもや高齢者をはじめ社会の課題やこれからの地域づくりについてお話をいただき、まちにらしの種をまき、安心して話すこと、そして聴くこと、多世代が交流し共に作り出すこと、常に人に寄り添って活動する大切さなどいろいろ学ばせて頂きました。

あらためて、生活クラブが実践してきたことは、高齢者福祉だけでなく人と人のつながりを持ち「お互いさまのたすけあい」をひろげ、多世代が交流し孤立しない豊かなまちづくりをおおぜいの組合員や地域の人と参加型で福祉（しあわせ）をひろめる活動だと実感しました。

今後も、組合員と地域の人が生活リハビリクラブ幸を通して地域の中に生活リハビリクラブ幸が必要な拠点となるように、おおぜいの人と対話し、おおぜいの人の参加で安心して暮らせるまちづくりをすすめていきたいと思いました。



加藤先生と幸運堂会議のメンバー

生活リハビリクラブ幸運堂会議
代表 仁藤名都子



3 コモンズ合同企画

テーマ「気持ちと身体を整える3講座」

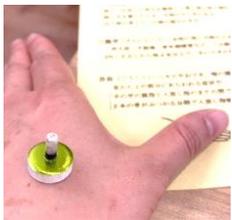
コロナ禍により、多くの方が自分の住み暮らす地域にじっくり滞在している状況が続いています。人とのつながりを強めながら「お互いさまのたすけあい」をひろげ顔のみ見える関係をつくる居場所として、「メロディーココ」を利用し、昨年好評でした3 コモンズ合同連続講座を開催しました。今年度は、小さな単位で感染対策をし、コロナ禍で疲れた心と身体を軽くする講座を3 コモンズが連携して行う事ができました。

中原コモンズ

第1回 10月15日(木)

「未病対策～体を整えるおうちでお灸～」

講師：健康づくりワーカーズ「ぱーとなー」三沢美恵子さん



10月15日(木)3コモンズ合同企画第1回として中原コモンズ企画「未病対策～カラダを整えるおうちでお灸～」を開催しました。コロナの自粛期間後初の対面企画。感染対策を主催者も講師の先生も参加者の組合員も徹底しました。

感染対策により少人数で行われた講座は参加者が発言できる機会が多く、大人数の企画に比べすぐに打ち解けることができたように思いました。(中原コモンズ 石田佑子)

かわさきコモンズ

第2回 10月21日(水)

「スカーフ・ストールの巻き方術～おしゃれからエコや非常時まで～」

講師：「ぬのころろ」主宰 谷川美佐枝さん

10月21日実施「スカーフ・ストールの巻き方術～おしゃれからエコや非常時まで～」フォーラムアソシエの登録講師であり、「ぬのころろ主宰」の谷川美佐枝さんに教えて頂きました。シルクの四角いタンスの中に眠っていた大判のスカーフが、工夫された巻き方をちょっと教わっただけで、とても素敵になったのです。最初とても表情の硬かった参加者の方たちも、次第に笑顔笑顔となりました。非常時での巻き方術も少しだけ教わりました。(かわさきコモンズ：林裕子)



幸コモンズ

第3回 10月30日(金)

「プチ瞑想を習慣に」

講師：ライフサポートワーカーズ・コレクティブ 樹(アーブレ) 江口由美子さん



日常誰でもできる瞑想法を教わりました。呼吸に気持ちを向け、深く呼吸ができると、自然と心が落ち着いてくるのがわかりました。

参加者の皆さんは、講座の開催前、終わったあとも話が尽きない様子でした。久しぶりに家族以外の人とは話せた、楽しかった、との感想があり、この時期に開催してよかったと思いました。(幸コモンズ：和田紀子)

多世代の居場所メロディーココ

介護一口メモ

「2021年度介護保険制度改正について」
今回の制度改正は、新型コロナウイルスの影響により、小幅な内容にとどまっています。

「高額介護サービスの引き上げ」高額介護サービス費は医療保険の高額医療費と同一とするルールがあるので、すでに引き上げられている医療保険の高額医療費まで引き上げられます。

「補給給付の対象者の縮小」介護保険施設やショートステイを利用する低所得者に対する食事代及び室料の公的補助の補給給付の対象者の縮小です。現在6割の方が占めているので多くの方に影響が生じます。

その他の改正がありますが制度改正は2021年3月には決定することになります。

居宅管理者 丸山美保子

ワーカーズ・コレクティブメロディーは赤ちゃんからシニア世代までさまざまな人が集う「多世代の居場所」として「コミュニティカフェ メロディーココ」を運営しています。人のつながりを強めながら「おたがいさまのたすけあい」を拡げ、顔の見える関係をつくります。

♡お知らせ♡

多世代のココ食堂
開催日が変わります。

2021年1月より、
第3金曜日になりました。

マスクの着用
検温・消毒
ご協力お願いします



生活リハビリクラブ幸開設 30周年記念動画

生活リハビリクラブ幸30周年を記念して、組合員が中心になって動画を作成しました。

生活リハビリクラブ幸の様子やその他組合員と一緒に活動した様子がわかります。

ぜひご覧になってください。

生活リハビリクラブ幸 30周年記念動画
<https://youtu.be/CkSLTKplJU>



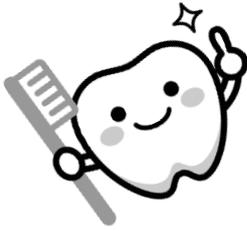
事業内容

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。

*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。

生活リハビリクラブ幸がおくる元気な暮らしのヒント



「いつまでも自分の歯で
健康な暮らしを」



歯の寿命を延ばすことは、健康寿命を延ばすためにとても重要です。今一度自分の歯について考えてみませんか。

日時:2021年2月15日(月) 15:00~16:00

講師:サンライズ歯科 梶原 一朗先生

場所:メロディーココ 10名 (幸区中幸町4-21 エステート鳥養1F)
オンライン Zoom 併用 (予約制)

参加費:無料(但し、Zoom参加に伴うデータ通信料などは各自ご負担ください。
Wi-Fi環境での参加をおすすめします。)

生活リハビリクラブ幸に2月8日(月)までにお申込みください。

・Zoom参加希望の方は氏名を添えてメールでお申込みください。
2月11日(木)までに招待メールをお送りします。

※新型コロナウイルス感染拡大の状況により開催時期や方法を見直すことがあること、あらかじめご了承ください。

主催:生活リハビリクラブ幸

メール:rsaiwai@bz03.plala.or.jp

お問合せ:044-556-1122



編集後記

生活リハビリクラブ幸 30周年記念講演会、主にZoomを使ったいつもとは違った講演会でしたが、無事に終わり、ほっとしています。
早く、コロナが終息することを祈っています。(H)