



生活クラブ生協の介護保険事業所

さいわい

2021.春号

No.23

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」

開催報告

生活リハビリクラブ幸は、2021年2月15日（月）15:00～16:00にメロディーココで「元気な暮らしのヒント（家族介護教室）」を開催しました。

今回は「いつまでも自分の歯で健康な暮らしを」というテーマでサンライズ歯科の梶原一朗先生にお話しを伺いました。コロナ禍ということもあり、実参加とZoom参加の併用での開催でした。

当日は、メロディーココに8名、Zoomで11名と計19名の参加となりました。

アンケートは初めてGoogleフォームも利用しました。参加者の方すべてから、「よかった」という声をいただきました。また、参加のきっかけとして「 commons の SNS 等」という方が半数以上でした。新しい活動の形が実践できたことを実感しました。

アンケートからの声

- ・口の中のケア、歯磨きの大切さを再認識しました。
- ・とても親しみやすい先生でわかりやすい話でした。
- ・子どもの歯の話もきけて良かったです。
- ・歯の健康と全身の健康が関連している、歯磨きで血液中の健康が維持できるなど目からウロコでした。



参加した方からの感想

印象に残っているお話から1つ、加齢とともに口の機能の低下を防ぐための練習に「パタカトレーニング」というのがある。パパパパパ、タタタタタ、カカカカカ、パタカパタカと声に出して練習すると活舌が良くなるんだそうですよ！
(かわさき commons 林 裕子)

当日は土砂降りの中でしたが、会場まで出向いたので、先生に直接質問をさせていただいてラッキーでした。今、歯周病が若い人から老人まですごく増えていること、歯や口の問題は糖尿病や認知症にもかかわっていること、歯を磨くのは食後30分がよいこと、インプラント治療は定期的ケアをしなければ大変なことなど、短い時間に歯に関して大事な情報をたくさんいただきました。Zoom開催の舞台裏も覗けて、興味深かったです。
(幸 commons 新堀 智子)

2021 年度幸運営会議



生活リハビリクラブ幸運営会議は、地域における人と人とのたすけあいを大切に、誰もが自分らしく安心して暮らせるまちづくりをめざしています。中原 commons・幸 commons・かわさき commons の組合員、W.Co メロディー、戸手生活館運営会議、かわさき生活クラブ理事会、たすけあいネットワーク事業部とともに地域づくりをすすめています。今年度の活動テーマは

「豊かなまちづくり あなたとつながる・支え合う」



今年度のメンバー紹介



昨年度に続き代表をさせていただきます。今年はおおぜいの人と対話し楽しい時間を過ごしたいです。

(幸運営会議代表 仁藤 名都子)

運営会議には初めての参加となります。昨年 30 周年を迎えたことを機に、更に連携を強めて、おたがいさまのたすけあいを地域にひろげていく活動を、みなさんと一緒にすすめていきたいと思ひます。

(かわさき生活クラブ 理事長 佐野 めぐみ)

参加型福祉を学び、他の組合員に発信し、共感ある人を増やしていきます。

今年、中原は運営委員会全体で関わっていきます。

(中原 commons 運営委員会)



みんながたすけあう地域、つながる地域をめざし、だれでも気軽に参加できるきっかけを作っていきたいと思ひます。

(幸 commons 和田 紀子)

かわさき commons の林裕子です。今年で 2 年目です。昨年度よりはもう少し積極的に動けたらいいかなと思ひています。

(かわさき commons 林 裕子)

昨年度は様々なことが試行錯誤でした。中でも日々の小さな活動の積み重ねが大切だと実感しました。その思ひで今年も活動していきたいです。

(事務局 内村 真由美)

コロナ禍で社会の歪みが顕在化し、孤立や貧困が広がっています。これまでの経験を生かし、豊かな地域づくりにむけて協同の力を発揮していきたいものです。

(ワーカーズ・コレクティブ メロディー 理事長 木村 満里子)

3 月 16 日に小田原センターから福祉課たすけあいネットワーク事業部に異動になりました「わしお」と申します。共同購入の現場と本部の福祉課。まったく別世界で戸惑っておりますが、誰もが関わる福祉の世界。すべてが勉強と思ひています。よろしくお願ひいたします。

(たすけあいネットワーク事業部 鷺尾 敦)



幸 commons と W.Co メロディーメンバーとの交流会

介護一口メモ



2月の講演会「元気な暮らしのヒント」で歯科医の先生から歯周病についても伺いました。今や40歳以上の8割が歯周病にかかっていると言われていています。歯周病は歯肉や歯の骨を壊すだけではありません。歯周病菌が血管から体内に侵入することで、心臓病や脳卒中が引き起こされたり、糖尿病が悪化することがあります。また、最近では、歯周病が認知症の発症や進行をまねくことがあきらかになりました。毎日の歯磨きや歯の定期健診など、歯を大切にすることが元気な暮らしにつながるようです。



(通所管理者 福岡洋子)



今年の干支の小さな牛たち

生活リハビリクラブのデイサービスでは季節ごとに様々な壁画を飾っています。

普段は利用者の方の手作りのものを飾っています。今回、戸手小学校わくわくプラザの子どもたち作成の牛の壁画がその横にならびました。小さな牛がたくさん集まって大きな牛になっています。利用者の方も「きれいだね」「細かいね」などと子どもたちの力作に感心されていました。今は直接デイサービスに来ていただいている交流はありませんが、様々な形で地域の方と交流しています。

たかつデポーのみなさん
ありがとうございます！

生活リハビリクラブ幸では、古タオルやシーツ等を、利用者の方が入浴するときなどに活用しています。

今回たかつデポーのみなさんからファイバーリサイクルとしてたくさんいただきました。

とても助かっています。

本当にありがとうございます♡



介護のことで何かお困りのことがあったら生活リハビリクラブ幸にご相談ください。介護認定を受けていても認定前でもかまいません。ちょっとした質問や悩みなど遠慮なくお電話ください。



電話番号 044-556-1122 生活リハビリクラブ幸



メロディーココは4月でオープン2周年をむかえます。5月は「ココバースデーウィーク」として様々な企画を考えています。

5月15日(土)～5月21日(金)までです。ココカル「文化祭ぱっかんCafé」に始まり第3金曜日の「多世代のココ食堂」までです。

メロディーココの情報はFacebookやLINEでも発信しています。

Facebookでチェック 



LINE公式アカウント



予約問い合わせは

電話 044-533-8308 メロディーまで

編集後記

桜が咲くのをみて、一年たつのが早いなあと思いました。様々なことがあった一年でしたが、きれいに花を咲かせる桜をみて、前向きな気持ちになりました。

(スピカ)

生活リハビリクラブ地図



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。

W.Coメロディーではホームページで様々な情報を発信しています。
ぜひアクセスしてみてください。 <http://wco-melody.com>

