



生活クラブ生協の介護保険事業所

さいわい

2022.夏号

No.28

# 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当会議

発行責任：永野絵美／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の紹介



30年以上前、親や自分の老後の過ごし方を考えた時に、いつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らしたいという組合員のあったらいいなという思いから「生活リハビリクラブ」が誕生しました。介護保険法が施行されたのが2000年。それよりも早く、介護は家族だけでなく、「お互いさまのたすけあい」をしたいと動き出したのが、参加型福祉の始まりです。

「生活リハビリクラブ幸」は、生活クラブ生活協同組合の介護保険事業所です。

神奈川県内には6つの生活リハビリクラブがあり、そのうちのひとつ「生活リハビリクラブ幸」は、川崎駅西口近くのハッピーロード商店街にあります。

NPO法人ワークス・コレクティブメロディーが運営し、日々の動作すべてがリハビリになるという「生活リハビリ」の考えのもと、施設を利用する方のこれまでの暮らしや気持ちを尊重しながら、デイサービス、ヘルパー派遣、ケアプラン作成の事業を行っています。

福祉＝幸せのこと。高齢者やハンディーキャップがある方だけのことではないのです。身近なたすけあいが豊富になることで、住みやすい社会をみんなで作っていくことができます。人と人とのつながりを持ち、おおぜいの組合員や地域の人とともに、多世代が交流し、孤立しない豊かなまちづくりをすすめていきます。



(代表 永野絵美)

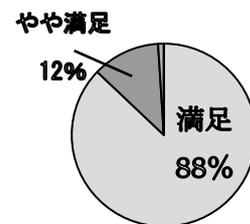
「生活リハビリクラブ」ではより良いサービスを行っていくために、「利用者のサービス満足度アンケート調査」を毎年実施しています。生活リハビリクラブ幸では、通所、訪問、居宅事業所合わせて215枚配布し、155枚の回収となりました。各事業の様々なサービスに対する満足度やご意見を回答いただきました。調査にご協力いただいた利用者・家族の方には心より御礼申し上げます。2021年度のアンケート調査結果をホームページで公開しております。

<https://kanagawa.seikatsuclub.coop/>

右のQRコードからもアクセスできます。

この調査結果をもとに、より満足いただけるサービスを提供できるよう努力していきます。

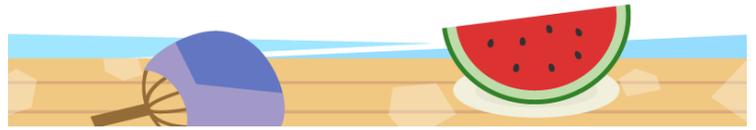
ニーズ調査結果



サービス満足度



## 幸運営会議新メンバー紹介



今年度から代表をさせていただきます。  
たすけあいがひろがる、豊かな地域づくりに  
ついてみなさんと一緒に考えていきたいと思  
います。

(代表 永野絵美)

かわさきローカル SDGs と絡めて、地域福祉っ  
て何だろう？何ができるだろう？を発信して  
いきたいです。

(かわさき生活クラブ 専務理事 青木健悟)

5 月より運営委員のメンバ  
ーの一員になりました！ど  
んな活動をしているのか、わ  
からないこともたくさんあ  
るので、勉強させていただき  
何かお役に立てることがで  
きたらいいなと思っています。  
よろしくお願いします！

(中原コモンズ 小林広美)



昨年に引き続き担当に  
なりました。幸はメロデ  
ィーココが居場所の役  
割を果たしています。

“自分の好きな居場所”  
は、人によってそれぞれ  
だと思います。ワイワイ  
派、静寂派…。自分は後  
者です。

(たすけあい事業部  
鷺尾敦)

### 5 月の幸運営会議は る一むら麻生で 開催しました。

昨年度までの 2 年間でリハビリ幸  
運営委員をし、今年度は戸手生活館  
運営委員として活動します。リハビ  
リクラブ幸や戸手生活館、ワーカー  
ズの位置づけなど理解したつもり  
です。地域の活動の拠点となるよう  
活動していきたいです。

(戸手生活館運営会議 林裕子)

福祉も介護も知らないこと  
だらけ、素朴な疑問を大切に  
し、たくさん学びたいです。

(かわさきコモンズ

高田千春)

大人にも子どもにも豊  
かである地域環境をつ  
くりたいです。できる  
ことを面白がって取り  
組みたいと思います。

(幸コモンズ

小出幸代)

「誰もが安心して暮らせる地域づくり」の為に生  
活リハビリクラブ幸を活用して組合員と一緒に  
何ができるかな～。楽しみです！

(W.Co メロディー 理事長 平野ひろみ)

運営会議の事務局となり川崎という場所、様々  
な活動を知ることができとても刺激的です。今  
年もどんな出会いがあるか楽しみです。

(事務局 内村真由美)



働きたいと思ったら

毎月 15 日は行こう！ ワーカーズデー

W.Co (ワーカーズ・コレクティブ) とは

自分を生かす働き方で、地域に必要な機能をつくりたい。

そんな思いを束ねて生み出した働き方です。こちらのフォームからお気軽にお申込み、  
お問合せください。



## る～むら麻生訪問記



生田高校バス停から、坂を 10 分程上がって行くのとやっと到着！出来たばかりの3階建てのとても大きな綺麗な施設がありました。屋上の太陽光発電、3階の素晴らしい組合員スペース、植物が植えられているテラス、2階の小規模多機能型居宅介護の施設、百合丘地域包括支援センター、1階の通所サービスの施設、コミュニティカフェスペース、ワークスペースの一部を見学してもらい、説明もたくさん聞きました。土地を提供して下さいました方の事、組合員さんの熱意、なかなか予定していた事が思い通りに運ばず計画が一時頓挫してしまったり etc. を聞き、完成された立派な施設を見て、感慨ひとしおの日でした。

(戸手生活館運営会議 林 裕子)

生活リハビリという言葉が浸透させた実績のある生活リハビリクラブ麻生の30数年前の先見の明に感心しました。  
今回のリニューアルで、村という意味が入った「る～むら麻生」に。歌うような柔らかい響きがよく似合う居場所でした。  
懐かしくて新しい、そんな手作りの地域資源が自分たちでできるんだ！と学びました。

(幸コモンズ 小出幸代)



## 介護一口メモ



### 高齢者の脱水症を防ぐには、周囲のサポートが不可欠です

脱水症を予防するには、身体に必要な水分を定期的に摂取する必要があります。しかし、筋力が衰えてトイレまでの移動が億劫になったり、失禁の経験があったりすると、トイレに行く回数を減らそうと自分で水分の摂取を控えてしまう人がいます。なかなか自発的に水分補給をしない場合もあるため、水分が多い食事メニューにしたり、デザートにみずみずしいフルーツを出したりするなど、本人が進んで水分を摂取したくなるような工夫をしてみましょう。すぐに手が届く場所にいつも飲み物のペットボトルを準備しておくのもおすすめです。

ちなみに、1日に必要な水分量は、高齢者では体重1kgあたり約40mlとされています。体重50kgの人だと約2ℓです。この数値には食事から摂取する水分量も含まれていますので、食事以外に約1～1.5ℓの水分摂取が目安になります。

自分でどのどの渇きや体の不調に気付きにくい高齢者の脱水症を防ぐには、周囲のサポートが必要不可欠です。家族や介護職員の人は、積極的に気遣ってあげてください。

(ケアマネジャー 古谷妙子)



### 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。

介護は他人事と思っていないですか？

介護について何でも相談に乗ります。

ご自分の事や家族のことなどお気軽にご相談下さい。

電話番号 044-556-1122 生活リハビリクラブ幸





## 生活クラブは福祉事業もやっています。

組合員のみなさ～ん。

生活クラブのデイサービス、組合員やその家族が利用しないなんてもったいないです。

「自分たちが受けたい福祉を！」と始めたデイサービスです。一人ひとりに寄り添った介護をしています。

介護が必要かなあと思った時は是非、相談をして下さい。

生活クラブの福祉がよ～くわかる動画をつくりました。(リハビリクラブ幸のデイサービスの様子もわかりますよ)QRコードからみることができます。



問い合わせ先 生活リハビリクラブ幸  
電話 044-556-1122  
メール r-saiwai@bz03.plala.or.jp

## 編集後記

100人いたら100人の個性と考え方があります。しかし、日本人はとかく気が合う人でまとまり、異なる考え方や個性を排除しがちです。でも、大切なことは、理解できなくても「認め合う」。皆さんのコメントを見ながらそんなことを考えました。(わしお)

## 生活リハビリクラブ幸地図



## 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、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 <a href="http://wco-melody.com/">http://wco-melody.com/</a> e-mail <a href="mailto:wco-melody@guitar.ocn.ne.jp">wco-melody@guitar.ocn.ne.jp</a>
	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>