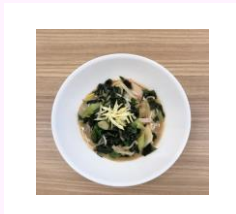


メロディーココレシピ 【ねぎとわかめの酢味噌和え（ぬた） 2~3人分】

<材料> 長ネギ2本 わかめ適量 柚子（皮の部分少々）

<合わせ調味料> 味噌・大さじ3 砂糖・大さじ4 酢・大さじ3

顆粒だし 小さじ1



<作り方>

- 1, 砂糖・味噌・酢を火にかけて混ぜながら、固いときはみりんで調整します。
- 2, わかめは、ねぎの量とバランス良く食べやすい大きさに切り、熱湯に5分位つけておきます。
ねぎは、斜め切りして3分位茹でてザルにあけそのまま冷まします。
- 3, ねぎとわかめはふきんでしぼり水切りします。
- 4, 合わせ調味料であえます。柚子の皮を千切りにして和えても美味しいです。

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。 | |
| 生活リハビリ 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。 |

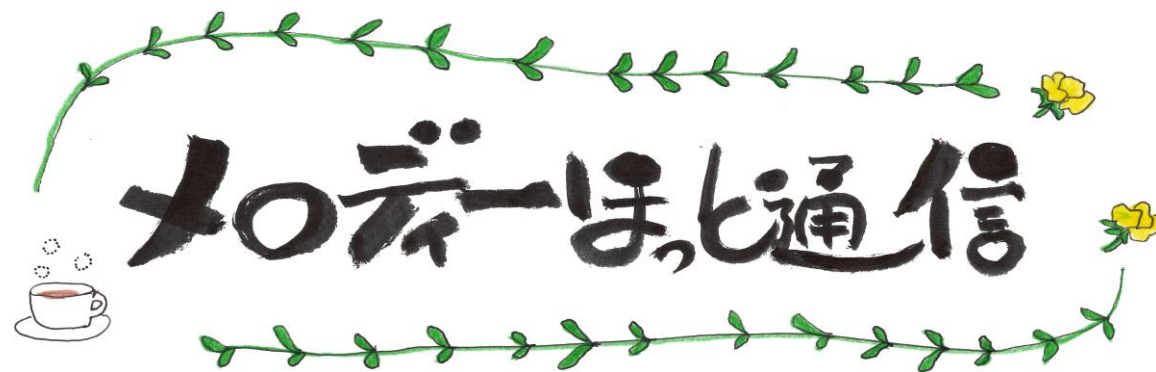
編集後記

コロナ感染もなかなか落ち着かず、寒い日が続きます。
でも、新年の準備を始めると新たな気持ちになり、春が来るのが待ち遠しいです。

(つむぎ)



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



59号 2023年1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。

明けましておめでとうございます。

本年もよろしくお願ひいたします。



コロナに振り回された数年ですが、行動制限は緩和になり、以前の生活に近づきつつあります。

私たちメロディーは※「地域福祉市民計画」に沿ってだれ一人取り残されない豊かで暮らしやすい地域を目指して活動していますが、まだ、まだ課題は多いと感じています。
より良い福祉のまちづくりをすすめる為に、生活クラブ組合員、川崎市内で事業と運動をすすめるワーカーズ・コレクティブと連携して川崎市へ市民福祉政策提言活動を行っています。

・要支援の方の受け入れ事業所が少ない。重症化を防ぐため対策が必要なこと、
・「災害時要援護者避難支援制度」へ登録している方への対応が不十分であり、災害時の対応について市民に詳しく周知し実行できる計画を立てる必要があること
・DV、虐待の増加やヤングケアラーの問題について、大人も子どもも孤立せずに気軽に相談できる環境づくりをすすめてほしいこと等々を2022年度は提言しています。

W.Co メロディーは今年も地域福祉の推進のためにあゆみを止めずに活動していきます。

市民福祉政策提言について他の提言、提言に対しての川崎市からの返答は開示しますので、ご連絡下さい。

※「地域福祉市民計画」
非営利・共同の市民活動によって世代、障がいを超えて誰もが安心して暮らせる地域づくりをすすめるための計画

(理事 丸山美保子)

CONTENTS

- 1 新しい年を迎えて
- 2 生活支援サービス
- 3 多世代の居場所メロディーココ
デイサービスの看護師さん大募集
- 4 メロディーココ レシピ

◆生活支援サービス～メロディー独自事業

(コミュニティ・オプティマム)

コミュニティ・オプティマムとは地域に住む一人ひとりに最適な福祉のことです。

住みよい地域をつくるために・・・

子育てをするときも年老いたときも障がいを持ったときも、安心してくらしたい・・・。

そんな豊かで優しいまちになることを願い、それぞれの生活で培ってきたものを生かす「たすけあい」のしくみをつくりました。

子育て中の方

病気やケガ・入院等の緊急時の支援、産前産後のお手伝いをします。
必要に応じてご相談ください。

高齢の方・障がいをお持ちの方・病弱な方

食事や掃除・買い物等のサポート・話し相手・通院介助などをします。
身近なことでお困りの方のご相談に応じます。
介護保険との組み合わせも可能です。

| | 9:00～17:00 | 時間外 |
|-----|------------|------------|
| 月～金 | 1,600 円/時間 | 2,000 円/時間 |
| 休日 | 2,000 円/時間 | 2,400 円/時間 |

* サービス内容の説明および契約に関して1時間分の料金をいただきます。

* 休日は土・日・祭日、8/13～15、12/29～1/3 を含みます。

* 交通費はその都度実費をいただきます。

入会金 5,000 円 (初年度年会費を含む)

年会費 3,000 円



この事業は赤い羽根共同募金を活用して実施されています。

◆川崎市産前・産後家庭支援ヘルパー派遣事業

産前・産後のご家庭にヘルパーを派遣し、育児や身の周りの世話等をお手伝いし、子育てを支援します。



* 詳細は川崎市子ども未来局子ども保健福祉課 TEL 044-200-2450

多世代の居場所メロディーココ

さまざまな企画を通してたくさんの方が集い、人と人をつなげて
お互いさまの助け合いを拡げてきています。

ふまねっと運動

50cm四方のマス目の網を踏まないようにゆっくり歩く運動です。

歩行や認知機能の改善が期待できるふまねっと運動。高齢者だけでなく、すべての人が楽しくレクリエーション感覚で参加できます。男性参加者が増えました。 毎週火曜日 10:00～11:30

多世代のココ食堂

季節に合わせた食材でつくるご飯は好評で、アットホームな食堂です。様々な所から寄付を頂いています、大人から子どもまで誰でもOK 毎月第3金曜日 17:00～19:00

ココカル

ココカルチャースクール略してココカル。そば打ちやカリグラフィ等と多彩な企画で開催しています。折り紙やバルーンアートなど子どもたちも参加しやすい企画も開催しています。 毎月第3土曜日 13:30～15:30

お誕生日会&お楽しみ会

誰にでも一年に一度訪れるお誕生日、大人も子どもも大歓迎、みんなでお祝いしましょう！お楽しみ会では、小さな音楽会やお話会を開催しています。お誕生日月の方にはドリンク&手作り焼き菓子チケットをプレゼントしています。



介護相談デー

お困りごとお気軽にご相談ください！

「介護が必要になっても自宅で暮らしたい」

「高齢者の親が一人で暮らしているのが心配」

(ふまねっと運動と多世代のココ食堂風景より)

など様々な悩みや不安を抱えながら毎日を過ごしていませんか？ケアマネジャーがお話を伺います。

隔月 奇数月 第3木曜日 14:00～15:30

フリーマーケット

衣類に雑貨等の販売と美味しいお好み焼き、ご飯、おはぎ等も販売しています。 年2回(6月、11月予定)

デイサービスの 看護師さん大募集

看護師として現役を引退した方が、現在大活躍中！

病院勤務は無理だけど資格を活かして、まだまだ、働きたい方。そんな方に最適♥です。

もちろん、若い方でも

近所で少しか働きたいなあーという方も大歓迎です。



○時間・12時30分から16時30分 の4時間

○時給・1,480円

○一日からでも大丈夫

○正看護師・准看護師の資格をお持ちのかた

○昼食後の服薬、歩行訓練、入浴時の体調確認等、簡単な体操が主な仕事です。



デイサービススタッフ(資格不問)、訪問ヘルパー、ケアマネジャーも募集中

お問合せお待ちしております。

生活リハビリクラブ幸 044-556-1122

お仕事内容を動画で紹介しています→

