

## ココのおすすめレシピ 『青のりレンコン』

- 【材 料】 ハス 約150～200g 青のり 適宜 片栗粉 適宜  
 【調味料】 しょうゆ・万能つゆ・みりん 各大さじ1 (合わせておく)  
 【作り方】 ①ハスはきれいならば皮をむかず 1cm 幅の輪切り、太ければ半月切りにし、合わせ調味料に 30 分つけこんだら、ザルにあげて水気を切る。  
 ②フライパンに多めに油を入れ軽く片栗粉をまぶしたハスを入中火でカリッと焼く。  
 ③青のりをかけて、裏返して同様に焼く。(フライパンのフタはしない)



## メロディー 事業案内 tel&fax 044-533-83084

【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 介護保険事業	【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。

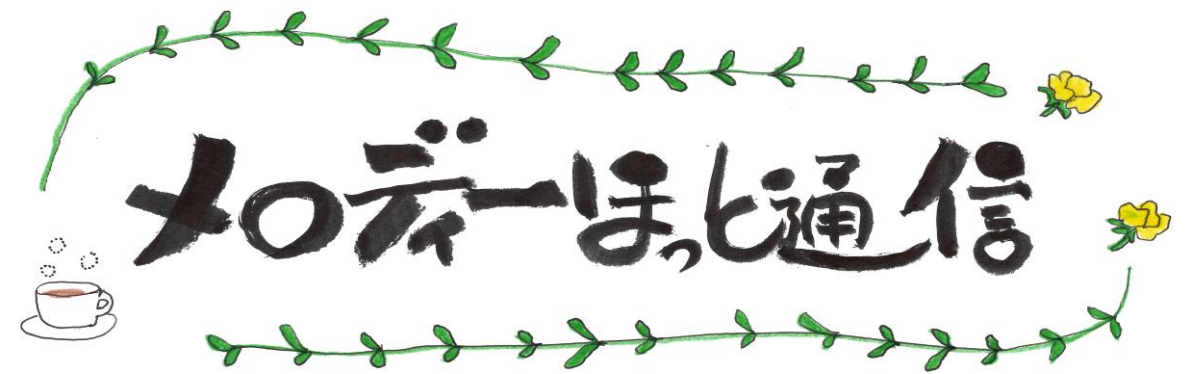
## 編集後記



清潔を保つためには、入浴はシャワーで OK ですし、若い人ほどその傾向ですが、湯船につかると、血行促進、疲労回復、リラックス、美肌、睡眠改善など多くの健康効果があると言われています。季節の変わり目で体調をくずしがちな春先にはお風呂でゆっくりしたいものです。(てつこ)



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](mailto:wco-melody@guitar.ocn.ne.jp)



72号 2026年4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。

## 川崎市産前・産後家庭ヘルパー派遣事業がかわります

ワーカーズ・コレクティブメロディーは、川崎市産前・産後家庭支援ヘルパー派遣事業の認定事業者です。出産前後で体調不良のお母さんのために、育児や家事のお手伝いをしています。2026年4月より利用時間数や料金等が変更になります。( )内はメロディー利用の場合となります。

3. サービス内容
- ・育児  
授乳・おむつ交換・沐浴介助など
  - ・家事  
調理・洗濯・清掃・買い物など

4. 利用料金
- ・1時間 800円

5. 利用申し込み方法・期限
- ・申込方法・・・認定事業者へ直接連絡
  - ・申込期限・・・原則派遣開始希望日の7日前まで

\*詳しくは、川崎市のホームページをご覧ください

<https://www.city.kawasaki.jp/450/page/0000030633.html>

1. 利用できる方
- ・市内に居住する産前から産後6か月までの妊産婦
  - ・体を休めたい、または体調不良等がある方
  - ・昼間、他に育児や家事を行う人がいない方
2. 利用時間・回数
- ・8:00～19:00 (10:00～17:00)
  - ・1日4時間以内、40時間まで(2時間～)

contents

- 1 川崎市産前・産後ヘルパー派遣事業
- 2 フードパントリーチーム報告
- 3 まちづくり基金より助成金をいただきました
- 4 ココレシピ

## 多世代の居場所メロディーココで

### 「フードパントリー」を計画中！

メロディーココは「誰もが安心して暮らせる地域になったらいいなあ」という想いでつくった居場所です。ココ食堂、ふまねっと運動、ほっとひといきなど色々なことを行ってきています。今年度、新たな試みとしてフードパントリーを計画しています。

#### フードパントリーとは・・・

経済的な課題を抱えている人や家庭に対して、寄付などで集めた食品や日用品を無料で直接配布する活動・拠点のことです。食品ロス削減と生活困窮者支援を同時に目的としています。

夏休みに入り給食がなくなる7月開催を目指しています。

川崎市内でフードパントリーを行っている所をメロディーココ協議会メンバーが見学し、メロディーココではどんな方法で行うのが良いか検討しています。

今まで幸区南加瀬の「まちな台所」、高津区下作延「えんくる」、高津区坂戸「生活クラブたかつデポー」、中原区「カトリック中原教会」を見学しました。配布方法や規模、開催頻度、広報などは場所で異なり色々でした。

コミュニケーションを大事にしながら行うには？メロディーココの限りあるスペースで行うには？などなどフードパントリーチームのみんなも含めて話し合いながらすすめていきたいと思います。



「継続は力なり」メロディーココのオープンから7年経ち、実感している言葉です。自分たちでできる範囲で、とにかく始めてみよう！何か問題があったらその時に皆で知恵を出し合えばいい。メロディーココ協議会の仲間たちの意見でした。

フードパントリーついて一緒に考え動いてくれるフードパントリーチームメンバーを現在募集しています。電話・メール・直接メロディーココへどんな方法でも結構です。ご連絡お待ちしております。

自分の少しの時間を必要な誰かのために・・・♡



## 生活クラブまちづくり基金より助成金をいただきました

生活クラブまちづくり基金の助成金をメロディーココがいただきました。

「生活クラブまちづくり基金」は、地域に必要な市民活動・つながりを育むための取り組みです。この基金は、生活クラブ組合員の皆さまからの毎月100円の寄付をもとに、地域の福祉・ケア、食や農、環境・エネルギー、協同労働などをテーマとした活動や市民事業に助成を行います。



基金の贈呈式より

今回、かわさきまちづくり基金の贈呈式が開催され、メロディーココの活動を広げるために助成金を7万円いただきました。この助成金で、店舗の外に置く黒板やチラシスタンド、ハンガーラックを購入しました。みなさんからの応援に励まされ、これからもココの居場所づくりに努めていきます。



基金で購入した  
チラシスタンド

## ワーカーズ・コレクティブメロディーで働こう！

### デイサービススタッフ

#### 介護スタッフ

レクリエーション・食事・入浴・排泄などのサービスを行います。週1日からでもOK

資格不要・未経験可

8:30~18:30 (シフト制) 早番・遅番有り

時給：1,264円

子育て世代が働きやすい時間帯も相談に応じます。

働きながら資格を取得！

#### 看護師

昼食後の服薬管理・歩行訓練・入浴後の処置等を行います。

年齢不問

12:30~16:30

時給：1,664円



### ケアマネジャー

ケアプランの作成及び各サービス事業と連絡・調整等を行います。

初めての方でも丁寧に指導研修します。少ない件数からゆっくり始められます

資格：介護支援専門員

常勤：週4日

非常勤：週2日～



### 訪問介護

ご利用者ご自宅を訪問し、身体の介の護や、掃除・買物・調理等の家事援助を行います

1日1件からでもOK  
時給：1,720円

+移動手当～

資格：

初任者研修修了者

ヘルパー2級

介護福祉士

