



福祉クラブ生協機関紙

# うえるびー 2

2022/No.359 FEBRUARY



福祉クラブ生活協同組合 〒223-0057 横浜市港北区新羽町 868 TEL045(547)1400 発行責任者 大場英美 <http://www.fukushi-club.net/>

## 食も / 子どもから高齢世代まで / 暮らしも / まるごとサポートするのが福祉クラブ生協です。

### 1月～3月 各地で「みんなのひろば」開催中!

4月から生活クラブ連合システム導入に備えて、若い世代へ共同購入をつなぐために、組合員拡大キャンペーン実施中です。

公会堂、商業施設、公園など、人が集まるところに出向いて、地域の方と直接会って福祉クラブの共同購入・宅配サービスを知らせる「みんなのひろば」を開催しています。

各地の開催内容の詳細はHPをご覧ください⇒



ガラポンやぬりえなど、子どもも一緒に楽しめる企画もあります! ぜひご家族で気軽にご参加ください。



### 3月末まで期間限定! 消費材 お試しキャンペーン 実施中。食べて納得!

福祉クラブの資料請求者に1,000円相当のお試し消費材をプレゼント。3セットの中から、好きなものを1つ選べます。「生協」や「宅配サービス」の利用を検討されている方はぜひこの機会に資料請求を!



#### ●Aセット「平田牧場の豚肉で免疫力アップ」

(豚肉、ウインナー、トマトケチャップ)



#### ●Bセット 「毎日食べる健康食材」

(納豆、たまご、牛乳、プレーンヨーグルト、豆腐2個パック)



#### ●Cセット 「子どもも大人も一緒に嬉しいお菓子」

(たまごボーロ、ポテトチップス、温州みかんジュース、アーモンドチョコレート)



お問合せ・資料請求 045-547-1400 福祉クラブ生活協同組合

# やっぱり地域で活動したい！働きたい！ ～あなたの力が誰かの助けになる～



リタイア後の地域での活動で新しい生きがいを見つけることも

コロナ禍では、自分の住む地域で活動できる・働けることが何より安心。身近な地域で活動の場を拡げるチャンスです。これまで多く相談や問い合わせのあった質問をご紹介します。



未経験でも先輩メンバーと一緒にワークしながら覚えていきます

問合わせ **045-547-1400** 福祉クラブ生協

**Q** 他の仕事もしているのですが、大丈夫ですか？

**A** ダブルワークの方も多いです。空いている時間を有効に使ってください。

**Q** 子育て中です。午前中だけでも良いですか？また子どもの急な都合でもお休みできますか？迷惑をかけそうで心配です。

**A** 他のメンバーでカバーしますので大丈夫です。困った時はお互いさまと、みんなが思っています。

**Q** 未経験です。特に資格を持っていません。資格取得や学ぶ機会がありますか？

**A** 先輩メンバーから親切丁寧に教えてもらえます。一緒にワークしながら覚えていきましょう。研修会や資格取得の機会も充実していますので、ぜひチャレンジしてください。



得意なことを生かして地域でワー

**Q** シニア世代で趣味と両立したいです。週2、3回、短い時間でも大丈夫ですか？

**A** 短時間ワークもあります。無理のない働き方が可能です。



ワークしながら資格を取得することも

**Q** 何ができるか分からないけれど、地域で働くことに興味があります。全く経験がないのですが、できるでしょうか？

**A** 先輩メンバーが親切に教えてくれます。少しずつ覚えていくと達成感があり、楽しいですよ。

●W.Coとは：誰かに雇われて働くのではなく、働く人が自ら出資して地域に役立つ仕事を自分たちで作り上げ、働きに応じて分配し、替わり合いながらみんなで運営する非営利の組織です。

## 福祉クラブのW.Coは19業種123 団体

◆福祉クラブのサービス内容や活動するメンバーの声を動画で紹介！下のQRコードから◆



**世話焼きW.Co(宅配サービス)**  
週に1度、見守りを兼ねて安心安全な消費材をお届け。



**食事サービス W.Co**  
安心な食材で、誰でも利用できる食事を配食。



**家事介護サービス W.Co**  
日常生活に必要なお手伝いから介護保険の対応まで。



**移動サービス W.Co**  
福祉車両や自家用車を使い、さまざまなお出かけ支援。



**子育て支援サービス W.Co**  
自宅での子育て支援、保育室での一時預かり他送迎等。



**小規模多機能サービスW.Co**  
自宅で暮らす24時間365日を支えるための「通い」「泊まり」「訪問」サービス



**生活支援W.Co**  
住宅型有料老人ホーム「コア北鎌倉」「きらり港北」「みのり藤沢」で入居者の生活援助



**デイサービス W.Co**  
高齢者が1日を過ごすデイサービス。介護保険外のサービスも対応。



**ライフサポートW.Co**  
利用者の自立を助け、介護者の負担を減らす介護生活用品の相談、販売、介護保険対応のレンタル



**街の技術W.Co**  
エアコン清掃、障子・襖・網戸の張り替え、庭木の手入れ、出張理美容、衣服のリフォームなど

▶問合わせ先◀  
福祉クラブ生活協同組合

**045-547-1400**

「ありがとう」の言葉がやりがい➡



仲間と一緒に活動する充実感、達成感➡





# 生涯型の住まいとして... No.26 福祉クラブ生協の入居施設

## 入居者募集説明会 開催!

いつまでも住み慣れた地域で暮らしたいと多くの人が願います。しかし、さまざまな理由で在宅での暮らしが難しくなり、施設に入る選択をする方が増えてきています。そのような社会状況の中、組合員の要望から2003年鎌倉市に「コア北鎌倉」、2012年横浜市港北区に「きらり港北」を開設しました。そして2021年5月、藤沢市辻堂元町に3つ目の入居施設を含む複合福祉施設「みのり藤沢」を開設しました。私たちの入居施設は「もう一つの我が家」として、一生涯安心して暮らすことができるように考えています。その生活を支えるのは、同じ地域に暮らすW.Coメンバーです。入居者一人ひとりが「その人らしい生活」を続けることができるように、日々奮闘しています。

2021年5月オープン

### みのり藤沢 30室

藤沢市辻堂元町6-3-9

申込・問合せ 0466-90-5094



2/19(土)、20(日)11:30~13:00

JR・小田急藤沢駅北口 1番バスのりばから高山車庫行き「ソニー前」下車 徒歩10分



体験入居のお試しキャンペーン2022年3月末まで実施中です。詳しくは直接お問い合わせください。

### きらり港北 42室

横浜市港北区新羽町868

申込・問合せ 045-642-5320



2/26(土)、2/27(日)

11:00~13:00

横浜市営地下鉄北新横浜駅・新羽駅から徒歩7、8分

### コア北鎌倉 20室

鎌倉市台5-2-3

申込・問合せ 0467-42-6810



2/13(日)

10:00~12:00、14:00~16:00

JR大船駅から徒歩15分  
湘南モノレール富士見町駅から徒歩7分

希望者には  
実際の食事を  
ご試食いただけます  
(税込み750円)

体験入居や短期入居も可能です。お気軽にお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染防止対策として、「予約制」とさせていただきます。日時の都合が合わない方、参加に不安がある方は個別対応いたします。



←各施設の詳細はHPへ



←動画で分かる福祉クラブの入居施設

## 共済キャンペーン実施中! 2022年1月31日(月)~2月25日(金)

《たすけあい》ジュニアコースの満期年齢が大幅に延長! 19歳までに加入すれば、30歳まで続けられるようになりました。

「日頃から組合員どうしで少しずつ貯え合い、困ったときに助け合えるような仕組みができないだろうか」、そんな思いから生まれたのがCO・OP共済です。

——福祉クラブ生協の組合員も加入できます!——

### ひとりごと 編集室から

私の(メンタルな面での)健康法は、20年来のW.Coで活動すること。週2、3回でも大変なこともあるし、自分の時間がもっと欲しくなることもあります。でも、家を出て笑顔で仲間に挨拶すると、それだけで楽しくなります。落ち込むことがあっても、忙しくしていると立ち直りも早いものです。行く場所があること、頼りにされることは心も身体も健康につながります。(小泉)

CO・OP共済

コープ共済は  
インターネットで  
24時間申し込みOK!



スマホでも  
パソコンでも  
OKなのだ!

今すぐお申し込み

24時間365日  
いつでもどこでも  
CO・OP共済に  
加入できます

詳しくは下記のお問い合わせ先か、QRコードからお申し込みください。



お問い合わせ・資料請求は 045-547-1400 担当:桑野まで



# スマイルひろば

心も身体も健康に

～知っておきたい 食品添加物のこと～

◆食品の多くに食品添加物が…◆

低価格で大量に生産・流通させるために食品添加物が欠かせない作る側、売る側の理由があり、またその背景には、色がきれいなもの、安くておいしそうなのを好む、買う側のニーズが隠れています。

食品添加物の中には、発がん性が疑われるもの、アレルギーの原因になるもの等があり、注意が必要です。また、「調味料(アミノ酸等)」や「イーストフード」等の表記は、単独の食品添加物ではなく、数10種もの添加物を一括表示したものです。表示を読みこなすことも大切です。



安全でおいしい消費材で健康に!

◆福祉クラブの加工食品は…◆

疑わしいもの、不要なものは使用しない、どうしても必要なものは最小限の使用とし、使った食品添加物はすべて公開しています。安心安全な消費材を食べ続けることで、健康維持につなげましょう! (三上)

- 発色剤:亜硝酸ナトリウムなど  
色をきれいにさせる/ウインナー、ハム、明太子など
- 保存料:ソルビン酸kなど  
賞味期限を延ばす/おにぎり、サンドイッチ、漬物など
- 結着剤:リン酸塩など  
食感や見た目をよくする/練り物、加工肉、生菓子など
- 調味料:(アミノ酸等)L-グルタミン酸ナトリウムなど  
足りないうまみを安価に補充する/スナック菓子、カップラーメン、だしの素など

今月のW.Co 港北うるびーサロンW.Co「路」

コロナ禍でも家にこもらず、人との交流でフレイル予防

今年設立15周年を迎えました。うるびーサロンの講座は、元気な高齢者と若い世代の組合員の交流の場になっています。15年の活動を進めてきたことで講座数も増え、大ぜいの参加に繋がっています。参加エリアも広がり、港北区以外の組合員も参加できるようになりました。

コロナ禍での感染予防策として、

室内の換気、消毒、検温とマスクの着用、ソーシャルディスタンスを守り、机にはパネルを設置し、参加者の皆さんにも予防の協力を得て開催しています。コロナ禍で休講になった時には、担当より参加者へ連絡を入れて、様子をお聞きしたり情報提供をしながら、つながりを継続しました。

家にこもらず、講座に参加すること



フラワーアレンジメント



(中国式)健康体操

で気分も晴れ、自然に笑顔となり、何より人との交流が「フレイル予防」につながると思います。

(石橋)

絵本だいすき!-(82)

■私はネコが嫌いだ。

作・絵:よこただいすけ 出版社:つちや書店



動物を死ぬまで面倒見るのは、とても大変です。「世話が焼ける!世話が焼ける!!」と口うるさかったお父さんが、縁起の悪い真っ黒猫を家族の中で一番愛していたのです。(緑区 W)

<p><b>日吉センター</b> 横浜市港北区日吉5-21-31 TEL045-561-3030(代表) FAX045-564-9858(代表)</p>	<p><b>鎌倉センター</b> 鎌倉市台5-2-22 TEL0467-48-3955(代表) FAX0467-48-3136(代表)</p>	<p><b>初山センター</b> 川崎市宮前区初山2-1-7 TEL044-977-0705(代表) FAX044-977-2556(代表)</p>	<p><b>藤沢センター</b> 藤沢市善行6-19-51 TEL0466-80-5710(代表) FAX0466-82-6975(代表)</p>
<p>横浜市 港北区・鶴見区・南区・神奈川区・保土ヶ谷区</p>	<p>横浜市 栄区・金沢区・磯子区・港南区 鎌倉市 全地域 逗子市 全地域 三浦郡 葉山町 横須賀市 一部</p>	<p>横浜市 緑区・青葉区・都筑区 川崎市 高津区・宮前区・多摩区・麻生区</p>	<p>横浜市 戸塚区・旭区 (一部) 藤沢市 全地域 厚木市 全地域 相模原市 南区 茅ヶ崎市 一部</p>

福祉クラブの多種多様なサービス紹介

消費材宅配サービス

家事介護サービス

入居施設サービス

市民の福祉相談窓口

葬祭サービス

食事サービス

子育て支援サービス

ケアプラン作成サービス

街の技術のサービス

デイサービス

うるびーサロン

車による外出介助サービス

小規模多機能サービス

介護生活用品相談販売

成年後見サポートサービス

資料請求はこちら →

動画で分かる! 福祉クラブ生協