



福祉クラブ生協機関紙

うえるびー 9

2022/No.366 SEPTEMBER

今月の草木
「ツキミソウ」



〈坪田さつき 画〉

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 <https://www.fukushi-club.net/>



子どもは食べて カラダをつくる



だから子どもの食をだいにしたい

食事はカラダの栄養だけでなく、心の栄養も摂るもの。食べ物が健康をつくり、カラダと心を育みます。

元気の源はなんといっても食事から

毎日食べるものだから、
福祉クラブ生協は
「食の安全」を
第一に考えています。



福祉クラブ生協は
子育て家族を
サポートする生協です。

「安全に不安のあるものや
不要なものは使用しない」

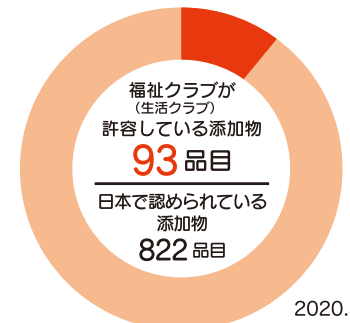
許容する添加物は
国が認める品目数の
およそ10分の1に抑えています。

食材の選び方は？
誰でも健康のために安心食材を選
びたいですね。特に子どもは自分で
食べるものを選べないので、カラダ
に良い食材を選ぶことが大切です。



やっぱり気になるのは食品添加物のこと!?

福祉クラブ生協の食材は
独自の自主管理基準を定めています。



離乳食やおやつ、
栄養バランスの良い時短メニューなどもあります。

「使用したものは全て公開する」
原材料表示、アレルギー表示を
確認できます。



「放射能対策」
放射能検査を実施し、国より厳しい自主基準で
徹底した管理と情報公開をしています。

福祉クラブ生協の食材お試し
プレゼントキャンペーン

全国41万人が選ぶ
生活クラブ連合会の食材を
宅配しています。
福祉クラブ生協に
資料請求された方へ!

A 平田牧場の三元豚

B 国産素材の冷凍餃子

C 化学調味料不使用
子どもカレー

期間限定! 12月末まで
045-547-1400
福祉クラブ生協(月・金・9時~12時)

福祉クラブ生協は神奈川県にお住まいの方が対象です。

子育て支援から介護に関することまで

福祉クラブ生協は
ご自宅の玄関まで
お届けします!

お困りごとがありましたら、
お気軽にご相談ください。

配達料
無料



福祉クラブのホームページが
リニューアル!!



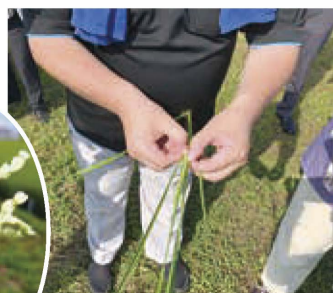
ロゴの2色をメインカラーに
デザイン一新!
こちらからご覧ください



納得・愛着・こだわりの消費材

お米

生産者：JA庄内みどり JA上伊那



順調に育っています

今年のお米の生育は順調です！

JA庄内みどり・JA上伊那の生産者と7月にオンラインでスタート集会を開催し、お米の登録活動を今年もスタートしました。また、2年ぶりに実施された現地での「第49回庄内交流会」へ参加してきました。

今年もオンラインでお米のスタート集会

初めての参加者が多いのもオンラインの良さ。生産者の方の話に大きくうなずく場面や、質疑応答ではたくさんの質問が出てお米のスタート集会は盛り上がりました。JA庄内みどり・遊佐の生産者は、風の強い中、田んぼから中継。どちらも今年のお米の生育が順調なことを聞き、新米を食べる日が楽しみになりました。

山形県へ

「庄内交流会」に行ってきました

1974年から「生産と消費の持続性の関係づくり」のため毎年行っている「庄内交流会」が3年ぶりに実参加で行われました。庄内空港で生産者から「よく来たね」と笑顔で迎えられ、待っていてくれたんだと熱い気持ちが込み上げました。



庄内空港にて。庄内交流会には35名が参加



庄内交流会当時の遊佐の稲

自然の中での米作りの継続のために

遊佐のお米は鳥海山の雪解け水で作られています。その水も遊佐で暮らす皆さんの努力で守り続けられています。

地球温暖化が進む現在、今後はどのような気候変

動があるか分かりませんが、だからこそ、遊佐の開発米部会では、県の農業試験場の方と共に、5年後、10年後の未来に私たちの食べるお米を作り続けるために、「遊YOU米」を作っている同じ田んぼで、実験米を栽培しています。この実験米への取り組みも「約束して食べ続けること」の上に成り立っています。

お米の予約登録は「よやくらぶ」で！

希望の配達サイクルで定期的に届き、何らかの理由で「お米が余ってしまいたい」というときは1回休みも可能です。「よやくらぶ」のごとで分からないことは各センターまでご連絡ください。

食べる約束をする組合員がいることで、生産者は安心してお米を作り続けることができます。生産者の作り続ける力を「食べること」で応援していきますよ。(石井)

*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る、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16業種118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、出張美容、衣服のリフォームなど

▶問い合わせ先▶
福祉クラブ生活協同組合

045-547-1400

「ありがとう」の言葉がやがて

仲間と一緒に活動する充実感、達成感





福祉クラブ生協の入居施設

No.27

今後に備えて施設の見学・体験してみませんか!

福祉クラブ生協の入居施設は、住宅型の有料老人ホームです。
在宅での暮らしが難しくなっても、安心して住み続けられる『もうひとつの我が家』をテーマに、生活協同組合では全国で初めて入居施設を持ちました。誰にでもいつかは必ず訪れる老いを自らのこととして受けとめ、家族として共に暮らしていこう…、そんな住まいになることをめざしています。

試食付見学説明会

みのり藤沢 30室

ゆったり、のんびり暮らす



9/16(金)、17(土)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

藤沢市辻堂元町6-3-9
申込・問合せ 0466-90-5094

内覧も随時対応しています。

コア北鎌倉 20室

これからの暮らしをより豊かに



9/18(日)
10:00~、※14:00~

JR大駅から徒歩15分
湘南モノレール富士見町駅から徒歩7分

鎌倉市台5-2-3
申込・問合せ 0467-42-6810

きらり港北 42室


家族になれる思いやりの施設



9/25(日)
10:30~、※14:00~

横浜市営地下鉄北新横浜駅・
新羽駅から徒歩8分

横浜市港北区新羽町868
申込・問合せ 045-642-5320

退院後の生活が心配、家族が帰省、台風で不安など、一時的に入居することも可能です。
お気軽にお問合せください。動画で分かる福祉クラブの入居施設 → 

※試食料金は各施設までお問い合わせください。
※午後の回では試食はありません。また、コロナ感染状況により変更の可能性があります。事前にご確認お願い致します。

組合員の個人相談、電話相談は
LPA W.Co「ひとしあ」へ



LPA(ライフプランアドバイザー)W.Co「ひとしあ」は、家計の見直し、相続手続き等のお手伝いをしています。このキャンペーン期間中も、保障の見直しなどの相談に応じます。お問い合わせの際に「ひとしあに相談したい」とお伝えください。

共済キャンペーン実施中! 2022年8月29日(月)~9月30日(金)

福祉クラブ生協の組合員は、加入できます。

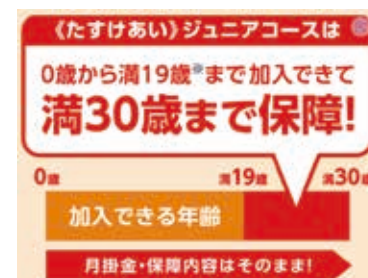
CO-OP共済
コープ共済は
インターネットで
24時間申し込みOK!



- ① 小さなお子さんがいるご家庭は、乳幼児医療費助成制度などを利用して医療費の自己負担が0円でも、思わぬ出費がかかりますよね。入院時、看病のための交通費、差額ベッド代、雑費など、共済金を請求できる場合があります!
- ② 0歳~満19歳まで加入できて、満30歳まで保障が続きます!

共済加入者が増えることで、
保障内容が充実し良くなっていくのが、
CO-OP共済の特徴です。

お問い合わせ・資料請求は
☎ 045-547-1400 担当:大東まで



★第27回 ふくしまつり on-line★ 未来につなごう! ふくしまつり ~地域に拡げるたすけあい~

10月23日(日) 10:30~12:00

生産者からのメッセージや視聴者参加型の企画、福祉車両導入資金のためのチャリティーカンパも実施します。当日は、視聴者数目標1000人めざしています。オンラインだからこそできる組合員・地域の新たなつながりの場として、今年もオンラインでお会いしましょう!



スマイルひろば



心も身体も健康に

消費材を使った簡単クッキング

フードコーディネーター蓬原さんに
聞きました!



お料理は作ることも食べることも大好きで、組合員歴約25年。福祉クラブの消費材に支えられています。料理講師をしながら、レシピ本、TV番組等の料理制作にかかわっています。

私の常備菜の活用術 ～調理用合わせ酢で「キャロットラペ」～



「調理用合わせ酢」はとても便利な調味料です。味が決まりやすいので、忙しい時や、あと一品欲しい時によく使います。

今回は「キャロットラペ」を紹介します。調理用合わせ酢(大さじ2)とオリーブオイル(大さじ2)、塩、こしょうを合わせてマリネ液を作り、その中にせん切りしたにんじん(1本)を直接混ぜて出来上がり。冷蔵庫で1時間ほどおくと、味がなじみます。にんじんと、リンゴ酢の風味で、食欲のない時にもさっぱりと食べることができるので、夏の常備菜としてもおすすめです。

●ポイント👉 にんじんに含まれるカロチンは油と共に摂ることで、吸収率が高まります。

●ポイント👉 盛り付ける時には、くるみと小さくちぎったパセリをトッピング。食感と彩りのアクセントになるだけでなく、栄養価もアップしますね。

(フードコーディネーター 蓬原)

私の健康づくりのポイント

食事はいろいろな食材、調理法を組み合わせることを意識しています。おかずを常備して、献立にプラスすると食卓が豊かに、栄養のバランスも、整いやすくなると思います。

今月のW.Co 福祉クラブの子育て支援W.Coが 子育て中の「困った、どうしよう」にお応えします!

私たちは、子ども一人ひとりの個性に寄り添う保育を心がけています。組合員宅に向う「派遣型」と保育室での「預かり型」のサービスで、ニーズにきめ細かく対応しています。また、子どもを預けながら、福祉クラブのW.Coとして活動する場合の補助もあり、例えば、保育室に預けて、同施設内のデイサー

ビスでワークする方もいます。サービスを利用したい方も、子育て中も社会に出て働きたいと考えている方にも、子育て支援W.Coが相談に応じます。他にも、消費材の宅配サービス、産前産後など困った時の家事支援、手作りの夕食のお届けなど、子育て家庭を応援しています。(三上)

組合員の声 「上の子の学校行事の時に下の子(3歳)を一時預かりでみてもらえて助かりました」

- 上のお子さんの子守り
- 留守番
- 家事支援



- 帰宅後の見守り
- 習い事の付き添い



- 慣らし保育
- ママのリフレッシュ



福祉クラブの消費材で作る

おやつレシピ



ビタミンCたっぷり! 夏バテぎみの体が喜ぶ!

みかんゼリー

材料

- かんてんクック1袋(4g)
- 素精糖70g
- 水300ml
- レモン汁大さじ1
- 温州みかんジュース300ml



作り方

- ① 鍋に水とかんてんクックを入れてかき混ぜながら火にかけ、沸騰したら火を弱め、さらに2分かき混ぜ煮溶かす。
- ② 素精糖を入れて溶かし、火を止め、レモン汁と30～40℃(人肌)に温めたジュースを加えて混ぜる。
- ③ 型に流し入れ、冷やし固める。

日吉センター		鎌倉センター		初山センター		藤沢センター	
横浜市 港北区・鶴見区・南区・神奈川区・保土ヶ谷区		横浜市 栄区・金沢区・磯子区・港南区 鎌倉市 全地域		横浜市 緑区・青葉区・都筑区		横浜市 戸塚区・旭区(一部)	
川崎市 幸区・中原区・川崎区(一部)		逗子市 全地域 三浦郡 葉山町 横須賀市 一部		川崎市 高津区・宮前区・多摩区・麻生区		藤沢市 全地域 厚木市 全地域 相模原市 南区 茅ヶ崎市 一部	

福祉クラブの多種多様なサービス

- 消費材宅配サービス
- 食事サービス
- デイサービス
- 介護生活用品相談販売
- 市民の福祉相談窓口

- 家事介護サービス
- 子育て支援サービス
- うるびーサロン
- 成年後見サポートサービス
- 街の技術のサービス

- 入居施設サービス
- ケアプラン作成サービス
- 車による外出介助サービス
- 小規模多機能サービス
- 葬祭サービス

資料請求はこちら

動画で分かる! 福祉クラブ生協

組合員の施設 **みのり藤沢** 藤沢市辻堂元町

週に1回「体の調子を整える」太極拳。W.Coメンバーが講師で45分間。皆さん楽しみにしています。

9月は、9/16金・17土に、試食付き説明会を開催します。☎0466-90-5094