



福祉クラブ生協機関紙

うえるびー

2023/No.376

JULY

今月の草木
「ランタナ」



〈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/>

「100円のチカラ」が私たち組合員の財産に



「100円のチカラ」？
福祉事業会費って
どんな会費
なんですか？

福祉クラブの

あなたは登録していますか？

福祉事業会費制度

デイサービスや子育て保育室などを開設したり、福祉施設の建設費や設備の維持管理には、大きな費用がかかりますよね。「自分が直接利用しなくても、一人ひとりの小さな力でも、福祉サービスを生み出したり、維持に充てる直接資金を組合員みんなで集めよう」と、2003年9月にスタートして今年で20年経ちます。



保育室で
室内ピクニック

福祉事業会費(100円のチカラ)は、デイサービス9カ所、入居施設3カ所、子育て保育室10カ所、食事サービスの厨房9カ所、小規模多機能サービス2カ所の建設や設備改修や維持など、さまざまな費用に活用されています。

♥ 福祉事業会費 ♥

いつでも賛同登録できます！



子どもがいつも利用している保育室の設備などにも活用されているんですね。私、登録していたかしら？



デイサービスの
設備費用に



入居施設建設費用の一部や
厨房設備費用にも



賛同される方は、W・Coメンバー、配達担当、各センターから登録用紙を受け取り、用紙に記入し提出ください。

①お問い合わせ

直接 電話

②登録用紙を提出

毎月の明細書で確認できますよ。福祉事業会費は出資金とは異なり、直接的な拠出(寄付)金で、4月末時点で福祉クラブの組合員10,865名(66%)が登録しています。これからもサービスを必要としている地域や、組合員は多くいます。継続して賛同登録をお願いします。



2022年度の福祉事業会費の使途(万円)

施設建設	コア北鎌倉、Dayひよし、きりり港北、みのり藤沢の建設費用の返済	1,277	福祉事業会費	1,277
	計	1,277	計	1,277

2023年度の福祉事業会費の使途・計画(万円)

施設建設	幸区複合福祉施設開設	3,000	自己資金	1,714
	予備費	4,000	出資金	3,000
	計	7,000	福祉事業会費	1,286
			借入金	1,000
			計	7,000

おりーぶさんとカコさんの 相談室



Q 思い出残しつつ上手な終活の進め方は？

一人暮らしの男性の隣人が、90歳で突然亡くなられた。3日前に挨拶したばかりなのに。近くに住む息子さんが毎日来て遺品の整理をしている。自然派だった故人の趣味も関係して大量の遺品に、年内には完了しないとぼやいておられた。終活は悩みだ。私も思い出の詰まった品々が捨てることもできずにたまっている。このままでは、私も子どもたちに迷惑をかけることになる。と分かっているがなかなか進まない。何から手を付けていったらよいだろうか…。

(終活は悩みのタネ 70代)

A おりーぶさんのお答え

同世代の我が家にも、様々な物が多くありますが、大切な物を手元に留め、時に愛でつつ日々の小さな喜びを心に貯めることで「終活」としたいと思っています。その時に必要な手続きと金銭にまつわる書類は出来るだけまとめて収納すること、その他の物も同様に大まかに纏めておくことの2つだけ心掛けています。何時とは知れぬことにあまり気を向けず、日常の変化を楽しみ、いくらでも快適に、たとえば、不要なものは無理なく廃棄され、捨てる際の「迷い」よりも心地良さが得られます。90歳の方の息子さんは、苦勞されながらも、遺品を通じて、離れて暮らした亡き父上と多くの対話をされたのではないのでしょうか。ご参考にできれば幸いです。

納得・愛着・こだわりの消費材

酢 生産者：私市醸造(株)



お酢について学習しました

お酢について学習しました。木桶で作る酢には独特の香りがあり、一般家庭にはクセが強すぎるため、「食酢」は50%ブレンドしています。ぜひ香りの違いも味わってみてください。

「私市醸造」の木桶で作ったお酢はほのかに杉の香りがあり、酒粕のkokや旨味があります。味に敏感な江戸前鮨の寿司職人達が木桶で作った酢を好むことで、木桶職人の減少で、木桶を守って行く苦労話が興味深かったです。

2月27日、藤沢世話焼きW・Co「はまゆづ」主催で、「私市醸造」の野口さんをお招きして、お酢について1時間学習し、次の1時間で福祉クラブ自慢の野菜を使ったピクルス作りを行いました。

木桶へのこだわり



私市(きさいち)醸造の歴史

酢は「麹菌」「酵母」「酢酸菌」など微生物たちの働きでいくつもの発酵を経て作られる発酵食品です。普段の食事に積極的に取り入れて健康的な生活を送りたいですね。

知ってる? 「消費材」ウラ知識

消費材クイズ



食酢

純玄米黒酢

純米酢

何が違うの?



答えはこのうるびーにもあります

答えはホームページで **福祉クラブ** 検索

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

ピクルスの瓶詰めを作りました

野菜：レンコン、人参、きゅうり、パプリカ、大根、セロリなど、軽く下茹でしておく
 材料 マリネ液：水180cc、純米酢180cc、素精糖180g、真塩20g、
 香辛料はお好みで(タイム、ローリエ3、4枚、黒胡椒5~6粒、唐辛子半分~1本(種は取り除く)等



瓶詰めは手軽な手土産にも

作り方

マリネ液を火にかけて少し沸騰させてから火を止める。冷ましている間に、短冊切りで下ゆでした野菜を瓶に詰め、冷めた液を瓶のギリギリまで入れて出来上がり。おしゃれな瓶に入れたらちょっとしたプレゼントにも良いですね。参加者みんな大喜びでした。冷蔵庫に入れ2日目くらいから味がなじんできます。作ったものはお土産にして、野口さんが作り持ってきてくださった試食用をみんなでおいしくいただきました。家で作る時は「調理用合わせ酢」で作ると簡単です。

(藤沢世話焼きW・Co「はまゆづ」)

2022年度 第12回 理事会報告

(1) 経営状況

2023年3月の総事業高は、3億7,876万円です。予算額4億851万円に対して92.7%、金額で2,973万円下回りました。前年金額3億9,755万円に対して95.3%、1,877万円下回っています。

(2) 「全員参加による地域未来創造機構」のリーダー講座 参加者募集

【A日程横浜会場】7/13(木)、28(金)、8/7(月)、21(月) 全4日間
 【受講料】3,000円 【締切】6/30(金)
 ※B日程は11月大船会場。

【詳細・問合せ】

045-547-1400 第一事業部 土田

(3) 「福祉クラブ活動支援基金運用委員会」開催報告

組合員が望む形で遺贈・寄付等を運用できるよう「福祉クラブ活動支援基金」を2019年度に創設しました。組合員寄付2022年度末累計は3,551,162円でした。内訳は、①みらい子ども子育てサポート基金 1,145,500円。②地域活動支援基金 72,778円。③W.Co活動支援基金 831,520円。④その他 1,501,364円。

①の基金から、戸塚区での子ども食堂3回実施分45,673円、共済制度の福祉サービス利用補助として500,000円、計545,673円を助成しました。

尚、2023年度より地域活動支援基金の名称を、「シニア支えあい基金」に変更します。

科目	3月分	年度累計	累計前年比%
供給高	24,102	274,112	98.8
福祉事業高	8,651	97,293	101.4
施設事業高	4,878	56,884	109.8
利用事業高	124	4,985	92.7
共済受託収入	121	1,302	96.7
総事業高	37,878	434,578	100.6
事業総剰余	12,836	144,081	101.7
人件費	2,360	32,252	96.0
委託費	3,369	36,985	127.2
物件費	4,836	51,796	90.9
諸経費計	12,053	138,067	101.4
事業剰余	782	6,013	110.4
事業外収入	207	2,045	94.7
事業外費用	436	3,429	132.9
事業活動剰余金	1,614	6,087	111.4

福祉事業会費賛同登録者数10,902人(66.00%) 金額 1,276万円

職員だより

世間はサウナが人気です。システム職員の観点からサウナに対してアプローチしてみます。業務で作成したプログラムが、まれに使用者の「予期しない操作」によって「予期しない動き」をすることがあります。いわゆるバグというものです。

サウナに当てるのは、身体をアチアチにして水風呂で急速に冷や

すなんてことは、身体にとって「予期しない操作」であり、

その後の外気浴が気持ちいいなんてことは「予期しない動き

き」であると言わざるを得ず、サウナが気持ちいいのは人

体のバグであると言えます。ありがと、サウナバグ。



(総務部 システム管理室 牛堂)

—10周年、新たな集いの場をもとめて—

163

施設探訪

横浜市港南区「ぱすてる保育室」



預かり保育はさまざまなニーズにお応えします



メンバーの増田さんにお話を聞きました。預り保育は、主に保育園入園前

保育室での預り

3歳以下のお子さんを対象に、時間の長短、日数に関わりなく対応します。職場復帰をめざして徐々に出勤日を増やしたいお母さん、引越越し作業の間だけ預けたい方、もちろん3歳以上のお子さん、多様なニーズに応えます。

港南子育て支援W・Co「ぱすてる」
横浜市港南区日野2-1-1
広地ハイツ2003
TEL 045(847)1133
横浜市営地下鉄「港南中央」駅下車徒歩10分

「保育室」と「派遣」の両輪をメンバー13名、実働10名で奮闘中。その中の一人、森木さんは三十年ぶりのオムツ交換の腕がご自慢。増田さんのお話からは、行政の信頼を得ていることが伝わりました。
(取材 八十川・秋葉)

です。建物1階に、福祉クラブの4W・Co(世話焼き、家事介護、移動S、子育て支援)の事務所を構え、2階の角部屋が「ぱすてる保育室」です。明るいメンバーと、ミニカーで遊んでいた1歳になったばかりの男の子が迎えてくれました。三方に窓があるため、室内は日差しがたっぷしい。北と東に大岡川の流れを望みます。



建物2階に「ぱすてる保育室」1階には4W.Coの事務所が

大岡川のほとり
横浜市営地下鉄「港南中央」駅を出て、鎌倉方向に歩きます。休日急患診療所の角を曲がり大岡川を渡ると、左手先の白い建物の2階バルコニーに「ぱすてる保育室」の看板が見えてきます。大岡川沿いを少し歩くと、保育室の入る建物



「ぱすてる」の看板が見えてきます

大岡川を渡ります

地下鉄の駅を出て鎌倉方向へ

派遣保育

預り保育だけでなく、産前産後の見守りや自宅での調理・掃除など家事支援としての派遣保育も併用して利用することができます。派遣保育の内容は、小学生の通学付添いでは身支度も一緒に登校することや、保育園などへのお迎えから保育室で預り、自宅への送りなど、さまざまです。

の3歳以下のお子さんを対象に、時間の長短、日数に関わりなく対応します。職場復帰をめざして徐々に出勤日を増やしたいお母さん、引越越し作業の間だけ預けたい方、もちろん3歳以上のお子さん、多様なニーズに応えます。家庭の事情、お子さんの個性に合わせ、気持ち良く過ごしてもらいたい、絵の具材のパステルにさまざまな色があるように、人もいろいろなさまざま、心がけています。「土曜保育」は、通園中の幼稚園が土曜休み、職場が土曜休みなのでリフレッシュ、コロナで預けるあてがない、などの声を受け、開始しました。親御さんと接する機会を見て消費材をおすすめしたり、その方の高齢の親御さんのために、他の福祉サービスの説明もしています。

LOVE PET ♡ LOVE PET ♡ LOVE PET

ペット うちの紹介

「りくたろう」リクガメのオスです。わが家に来てから12年。庭で隠れていても名前を呼べば出てきます。くつつくと離れないくらい人懐っこいです。亀もクワックワックと顎をならすように鳴くつてご存じでしたか。
(緑区 F)

※あなたのペットをご紹介ください。ご連絡は編集室まで。

ひとりごと
編集室から

一体いつ頃から気にしなくなってしまったのでしょうか。あれ程熱心に覚えた漢字の書き順のことです。ケアが終わり、伝票に利用者の方がサインをしていた時、「十」つまり「りっしんべん」の正しい書き順に気付かされました。左の点⇒右の点⇒中心の線、なのです。長年誤った私の書き順は、線⇒点⇒点。これでは人前で漢字など…。 (八十川)

わたしのうた

縁側の七夕かざり付け替えて
八坂様待つ坊主晴れなむ

戸塚の旧東海道では、七夕が過ぎ梅雨が明ける頃、八坂神社のお祭りがあります。縁側の軒下に吊るしたテルテル坊主と、当日の天気を祈ります。

不入河洲

山開つつじの山の八幡山

ふるさと山形の八幡山はつつじがとても鮮やかだった。懐かしく思い出し句を詠みました。

陽子

かよ子



スマイルひろば

心も身体も健康に

～まずは「医食同源」～

教えてくださいあなたの健康法

◆栄区 Kさん

健康のために心掛けていることは、多岐にわたりいろいろありますが、まずは「医食同源」。毎日の食事が肝心と思っています。

一緒に住んでいる息子の趣味は海釣り。仕事が終わって夜釣りに行きます。獲ってきた魚で翌日の献立が決まるので、何が釣れたかが私にとっての楽しみ。この間は、イワシでアヒーショを作りました。残ったソースはパスタにかけ、余すことなくいただきます

「あなたの健康法」募集します！

身体を動かすこと、食べること、ストレス対処法などを紹介ください。詳しい内容や写真などもぜひ一緒に添付してください。

- 郵送 〒223-0057横浜市港北区新羽町868 うるびー編集室宛
- e-mail :well-being@fukushi-club.net

す。青魚は体によいので、積極的に摂るようにしています。息子のおかげで新鮮な魚をいただくことができ、体も蘇りますが、それを調理する私の腕も認めてください(笑)

写真は、ある日の一皿です。太刀魚のムニエルにタルタルソースを添えました。太



刀魚は夏から秋の魚ですが、白身でありながら脂がのっていておいしいですね。

一日の締めくくりは、ゆっくり湯船に浸かります。睡眠は7時間。

日常があたりまえのように流れていく。こうした中に健康のありがたさを感じています。



イワシのみりん干し

今月のW.Co 移動サービスW.Co「らら・むーぶ南」

～さまざまな場面で活用される福祉車両～

私たちメンバーは14名で、高齢者の通院の他、こども医療センターや作業所への送迎活動を続けています。

昨年は、復活した地域の防災訓練に「福祉車両と移送の手引き」として参加しました。福祉車両の操作の体験は関心が高く、予定時間を大幅に過ぎるほど盛況でした。福祉車両は3年前から、特別支援学校の医療ケア



地域の防災訓練での体験



乗降研修は欠かせません

を必要とする小学生の登下校時の送迎に活用されています。看護師さんとともに担っていることや事故への対処方法、他の外出困難な方へのケアなど、興味深く聞かれる方が多くいました。意識の向上と研修の必要性を確認できた一日でした。(田平)

※かながわ移動ネットと契約を交わし、横浜市の特別支援学校へ身体障がいや医療ケアが必要な児童の送迎を担っています。

消費材とツーショット



神奈川県 左:そうすけ君(6才) 右:たいすけ君(6才)

遊YOU米と丸大豆醤油

庄内遊YOU米を、毎日おいしくいただいています。ひと月に5kgでは間に合わなくなってきました。お米に育てられて、またさらに食べて大きくなっていくんだなあと、しみじみ。丸大豆醤油も欠かせません。ほんとにおいしいですね。



<p>日吉センター 横浜市港北区日吉5-21-31 TEL045-561-3030(代表) FAX 045-564-9858(代表)</p>	<p>鎌倉センター 鎌倉市台5-2-22 TEL0467-48-3955(代表) FAX 0467-48-3136(代表)</p>	<p>初山センター 川崎市宮前区初山2-1-7 TEL044-977-0705(代表) FAX 044-977-2556(代表)</p>	<p>藤沢センター 藤沢市善行6-19-51 TEL0466-80-5710(代表) FAX 0466-82-6975(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

- 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
- 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
- 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
- 介護生活用品相談販売
- 成年後見サポートサービス
- 小規模多機能サービス
- 市民の福祉相談窓口
- 街の技術のサービス
- 葬祭サービス

CO-OP 共済

資料請求は ←こちら

動画で分かる! 福祉クラブ生協

Facebook icon

組合員の施設 **みのり藤沢** 藤沢市辻堂元町

みのりフェスタ開催しました

ガラポンで消費材が当たってニッコリ♡生産者とも交流し、みんなで非日常のお祭り気分を味わいました。

毎月第3土曜日に説明会を開催しています。
6月17日、7月15日(土) 11:30~
☎0466-90-5094