



福祉クラブ生協機関紙

うえるびー 10

2023/No.379 OCTOBER

今月の草木「ノブドウ」



〈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/>

ちゃんと選ぼう!

我が家のクリスマス・お正月

秋を感じ始めたと思ったら、え～もう年末年始の申し込み!? 近年のデパートやスーパーでも色とりどりの包装のクリスマス・お正月の食品が並ぶ時期が早くなりましたね。

それよりも早い福祉クラブ生協の申し込み。なぜこんなに早いのでしょうか? そこには大事な理由があります。

●私たちが早く申し込むことで、生産者が計画的に必要な数を生産する準備ができます。

●それは新鮮な原料確保につながり、無駄なく、不要な食品添加物(保存料・酸化防止剤・合成着色料など)を一切使うことなく品質の良いものを作ることにつながります。

●お正月に欠かせない「かまぼこ」や「伊達巻」。保水性や結着性を向上させるために食品添加物のリン酸塩がよく使われますが、福祉クラブの練り物には使っていません。過剰摂取がカルシウムや鉄の吸収を阻害すると言われます。福祉クラブでは洋上で冷凍するため新鮮な無添加のすり身を使用。疑わしいものは使用せず、情報公開するのが福祉クラブの原則です。

(福光)



各地域でクリスマス・お正月用品の試食会を計画しています。お友だちや知人の方もご一緒に、ぜひお越しください。情報はQRコードから➡



福祉クラブ限定 「おひとり様華やかおせち」

お正月の食品を申し込みたいけど、食べきれないという組合員要望から、2020年度に誕生! 18種類入って、見た目にもうれしい。もちろん福祉クラブの食材で、一品一品吟味して作りました。



イメージ

福祉クラブの宅配サービス Web加入限定

今ならプレゼント!

さらに、1品1品表紙も登録で、1,000円割引

万能つゆ (500ml)

今すぐ!ご加入はこちら

不要な食品添加物を使用せず、国産にこだわった素性確かな食材をご自宅へ週1回お届けします。

第28回 「ふくしまつり」 10月1日開催!



日程等詳細↑



予告動画↑

納得・愛着・こだわりの消費材

お米

生産者:JA庄内みどり

今年も交流会の目的の一つでもある、私たちが望むお米を確認してきました。

「長雨が続き、イモチ病が発生したので防除作業をしました。これから晴天が続くと思うので、稲の成長も半年並みと考えられます」と米農家の方は話していました。夏場は30度を超える暑さになることもしばしばで、雑草取り作業が大変とのこと。しかし、その作業をしないと元気な稲は育ちません。本当に頭が下がる思いでした。

ある農家の方は、コロナ禍で組合員との交流がなくなり、



生産者のこだわりや米作りの苦勞が、納得のおいしさにつながっています

今年の稲も順調に育っています (遊YOU米)

心折れて、一度だけ開発米作りを休んだそうです。昨年、組合員(神奈川田んぼクラブ)が応援に来てくれて、「頑張ってくださいね」と励まされ、やる気が出て再開したと嬉しそうに話していました。組合員が大ぜいで食べ続けることでの応援や、直接交流することが生産者の励みになっているのだと実感しました。



第50回庄内交流会式典

遊YOU米のこだわり
の一つは肥料です。鶏ふん等は、鶏が食べていた餌まで遡って調査をしているそうです。なるほど、おいしいはずですね。これから50年先も今と変わらず「作り続けられる、食べ続けられる米作り」を私たち組合員と続けていきたいと生産者の皆さんも強く願っています。私たちも大ぜいで

食べ続けていきましよう (上坂)

「よやくらぶ」でお米の予約登録を!

予約登録をすれば、記入忘れがなく定期的に届きます。また、受け取れない時はお休みすることもできます。わからないことがありましたら、配達担当者か各センターに連絡ください。



第50回庄内交流会

組合員と生産者が紡いできた50年

1974年に山形県の庄内地区遊佐町農協と(株)太陽食品(現在の(株)平牧工房)、(株)平田牧場との交流から始まった庄内交流会は今年で第50回を迎えました。

ケチャップ用🍅トマトの収穫体験🍅へ行ってきました

7月29日

山梨県北杜市明野町小笠原にあるコーミ(株)と(株)栄農人(エナジー)の畑は、青い空、緑一面の畑の中に、真っ赤なトマトが成っている美しい光景。トンボが飛び交う自然豊かな場所で、太陽の光をたっぷり浴びたトマトが育っていました。

毎年、50アールの畑の土づくりから始め、5月に1万本の苗を定植、7月中旬~8月末まで収穫し、それ以外の時は土を休ませます。このトマト(縦5cm、横3cmの細



完熟トマトだけを収穫



常にしゃがみながらの収穫は大変です

長い形状)は生食用とは違い、地面を這って伸びる無支柱の露地栽培で、皮が厚く果肉が多く追熟度が速い上、加熱するとおいしくなる。まさに加工用の品種です。

猛暑の中、完熟したトマトだけを収穫する作業の大変さを実感しました。まめに水分補給と、日陰で休みながらの約90分間でした。隣の畑ではベトナムやミャンマーから来た人たちが慣れた手つきで収穫している姿に感服しました。

昨今の世界情勢や労働力不足などからくる課題は、生産者だけではなく、組合員も一緒になって考えなければならないと、福祉クラブ監事の牧戸さんはおっしゃっていました。消費材があるのは当たり前と思うのは、大間違い! つくづく生産者のありがたさ、食べ続ける責任を感じました。

今回の収穫体験は、福祉クラブ生協にとって初めての試み



19名の参加で収穫体験(上)

現地でトマトについての学習会も行いました(下)

で、組合員リーダー19名が参加しました。今後は組合員への参加も広がっていきます。

(近藤)



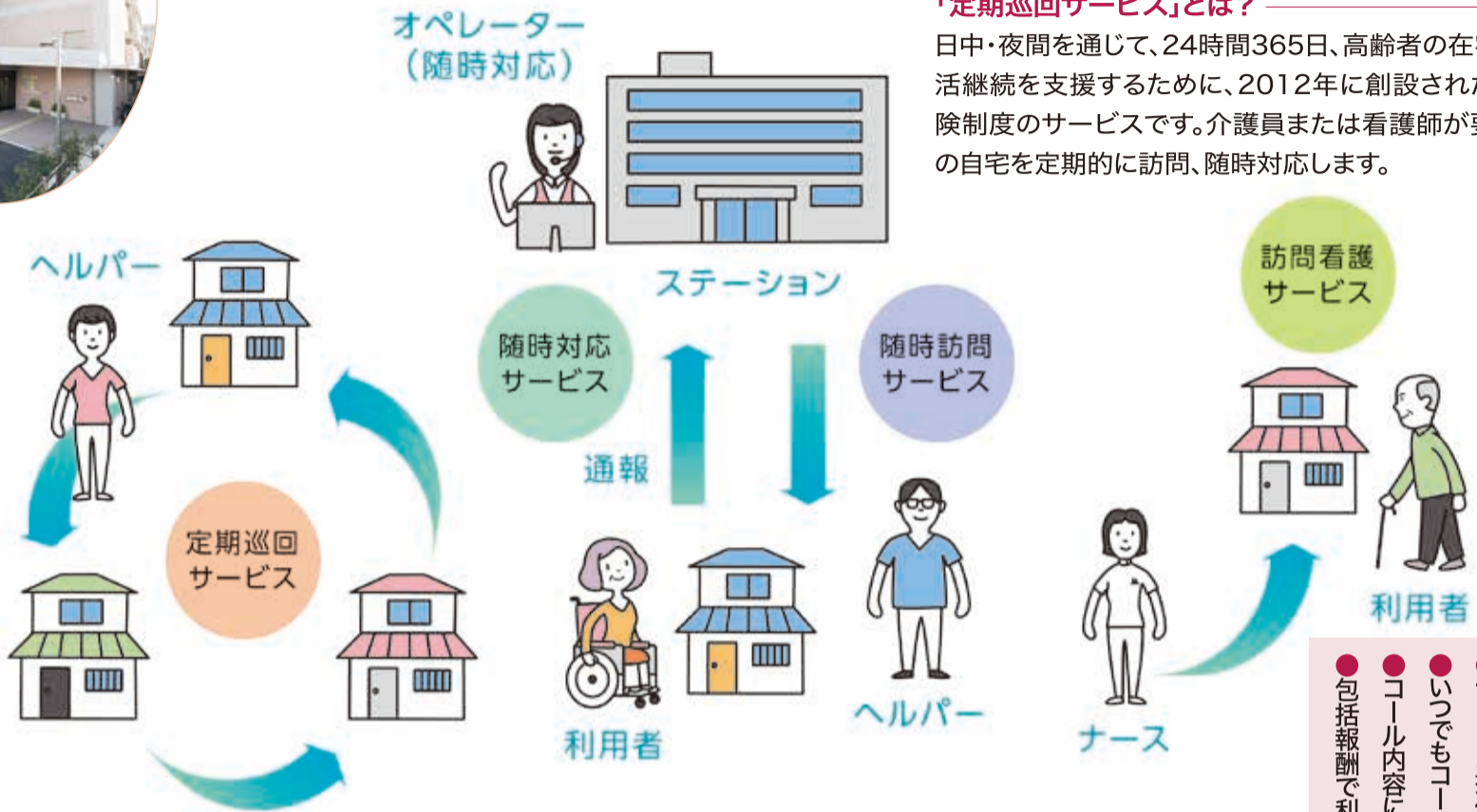


福祉クラブ生協の入居施設「きらり港北」で 10月から「定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービス」を開始します。

「定期巡回サービス」とは？

日中・夜間を通じて、24時間365日、高齢者の在宅での生活継続を支援するために、2012年に創設された介護保険制度のサービスです。介護員または看護師が要介護者の自宅を定期的に訪問、随時対応します。

※横浜市「利用してみよう」定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスリーフレットより引用



- 特徴**
- 1日に複数回訪問できる
 - サービス提供時間を柔軟に変更できる
 - いつでもコールできる
 - コール内容に応じて、ヘルパーが随時訪問する
 - 包括報酬で利用料は定額

これまでの事例から

福祉クラブ生協で入居施設を開所してから今まで、在宅に近い形で最後まで、看取りもしてきました。しかし終末期においては有料サービスの利用が増え、利用料金が高額になった入居者の方もありました。

定期巡回・随時対応サービスは、包括報酬により、最後まで在宅で支え続けられるサービスです。入居施設にこのサービスを併設することで、回数・料金は定額の中でサービスを増やすことができるので、安心して最後まで暮らすことができます。

福祉クラブ生協では、入居施設「きらり港北」からサービスの導入を進めます。港北生活支援W・Co「悠」がサービス提供を担っていきます。W・Coとしての運動を継続する視点も持ち、この新たな分野領域に挑戦します。そして、医療分野や訪問介護・訪問看護事業所との連携により、新たなネットワークを拡げていきます。

(三和)

LOVE PET ♡ LOVE PET ♡ LOVE PET ♡

ペット **うちのこ紹介**

「殿、一大事でございます」「ふむ」と、落ち着き払っている。聞こえているのか、いないのか。全く動ぜず。うちの「殿」7才は大物でございます。(栄区E)

※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

朝はベランダで太陽に向かって深呼吸をし、日中は吹く風や森林草花の香りに癒され、夜は月や星を眺めながら、今日1日無事に過ごせたことを感謝する日々です。当たり前のように当たり前ではない毎日。もちろん人々にも感謝の心を忘れず「みんなみんな幸せに」「みんなが笑顔でいられますように」と願う毎日です。(秋葉)

紅葉山バンビはシカトしてをりぬ
花札で10月の札は、紅葉に鹿の図柄。この鹿後ろを振り返るようにソッポを向いている。このことからシカトと言う。バンビは子鹿の名前である。

青空に金の縁取り雲の峰
いいお天気でしたのに入道雲が立ち上がった、雲のまわりの水滴が太陽の七色で金色に光っていました。

※8月号に掲載した際に誤字がありました。改めて正しい作品を掲載させていただきます。訂正してお詫び申し上げます。



知子

町子

賢太



スマイルひろば

心も身体も健康に

みんなで楽しく健康チャレンジ!

10~12月は
福祉クラブ 秋の健康づくり推進月間!

- 期間：10月～11月のうち30日以上 ●提出：12月15日まで!
- 対象：どなたでも。組合員以外の方も可能。
お知り合いへのお誘い、サークルや所属団体等での参加も可能。

このチャレンジの機会に、体を動かすことを意識される方が多いようです。さらに昨年は、「社会参加：1日1回は挨拶、だれかとおしゃべりをする」を選択が多かったのも特徴でした。

- 参加方法
 - ・チャレンジシート記入による提出(一人1枚)
 - ・WEB版もあります。(<https://ken-chare.com/>)
- チャレンジシートは、各担当やセンターまで。
WEBからダウンロードも可能です。



昨年人気のチャレンジコースは…

- No.1 こまめにうがいと手洗い
- No.2 3,000歩以上のウォーキング
- No.3 お家でできる体操(ラジオ体操、ストレッチ)

WEB版はこちらから↑

ーさあ、今年は何にチャレンジしますか?ー



※30日以上達成された方から抽選で5名に達成賞「消費材プレゼント」



チャレンジで
全員に参加賞
「毎日さらっとキャロフル」。乳酸菌入りで8種の野菜汁と4種の果汁をブレンド。飲み切りやすい160g缶で、子どもも大人も水分補給にも良いです。

今月のW.Co 福祉クラブの家事介護W.Coが 日常生活の「困った、どうしよう」にお応えします!

私たちは、年を取っても障がいを持って、いつも誰かとつながり、参加し、支え合える豊かな社会を一緒につくりたいと、さまざまなサービスを一つずつ立ち上げてきました。その一つが日常生活に必要な家事と介護のサービスです。ご自宅に訪問してサービスを提供することで、その方の暮らしを支え見守ります。また、食材や日用品の共同購入を担う



世話焼きW.Coをはじめ、外出のお手伝いをする移動サービス、食事を提供する食事サービス他、さまざまなW.Co・サービスと連携しています。



「住み慣れた地域で安心して暮らし続ける」「おたがいさま」「たすけあい」は順番!みんなで作る地域最適福祉(コミュニティオプティマム)をめざしています。どうぞお困りのことをご相談ください。(鈴木)

福祉クラブの消費材で作る

おやつレシピ

野菜のスイーツ カップケーキ

- 材料
- ズッキーニ 1本(120g)
 - 卵 2個
 - 素精糖 70g
 - なたね油 50cc
 - ブラックチョコレート 50g
 - 小麦粉 150g
 - BP小さじ1.5 シナモン小さじ1



- 作り方
- ズッキーニをすりおろす。
 - ボールに卵、素精糖を混ぜ、なたね油を加える。
 - おろしたズッキーニを入れ混ぜ、ふるった小麦粉・BP・シナモンを加え、最後に刻んだチョコレートを入れる。カップに流し入れ、180℃のオーブンで20~25分焼く。

*にんじん、かぼちゃ、さつまいもなど季節の野菜でもお試しください。すりおろすのが大変な野菜は角切りで。

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		鎌倉市 栄区・金沢区・磯子区・港南区		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)		鎌倉市 全地域		川崎市 高津区・宮前区・多摩区・麻生区		藤沢市 全地域	
		三浦郡 葉山町 横須賀市 一部				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

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

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

初めての納涼祭。江の島と茅ヶ崎の花火大会を入居者の方とメンバーや生産者と一緒に鑑賞して夏のひとときを楽しみました。

毎月第3土曜日は、試食付き(有料)説明会を開催中。
9/16、10/21(土)11:30~
お問合せ:0466-90-5094