



おたすけ隊通信



霜寒の候、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

1年間、おたすけ隊の活動にご理解・ご協力いただき、ありがとうございました。

おたすけ隊の会員は、利用会員さんも協力会員さんも同じ地域に住む住民同士。みんなでお互いに助け合っ
ていこうという趣旨で、「できる人ができる時にできる範囲のお手伝い」を合い言葉に活動しています。

みんなが少しずつ協力し、あたたかく住みやすい街を作っていきましょう。

スキルアップ講習会

平成28年11月28日(月)～29日(火)



今回の講習会は初の試みとして2日間に渡って開催しました。

関東では54年ぶりの11月の雪で翌週に延期になるというアクシデントもありましたが、和気あいあいとした雰囲気の中、高齢者支援の方法を楽しく学ぶことができました。

1日目は西部南地域包括支援センター社会福祉士・介護福祉士の林さんと大麻さんより、車椅子の使い方と家事支援の心構えを指導して頂きました。

車椅子を使っでの実習は、初めて車椅子に触った方もいましたが、介助役の人が利用者の立場を思いやり、自然に声掛けをしながらあたたかく介助ができました。段差の乗り越え方や坂道の降り方など、ちょっと難しい体験もし、とても勉強になりました。



大麻さんのヘルパー時代の体験を交えてのお話は、利用会員さんとの関わり方やどこまでお手伝いをするべきなのか、また買い物支援のコツや、個人情報の扱いなど、活動にすぐに活かせる内容でした。実際に活動する時はひとりで利用会員の自宅に伺うことが多いので、自分で判断できない時は、本人の希望を確認したり、センターへ相談することでよい関係が生まれるとのことでした。

2日目は協力会員の柏原さんを講師に迎え、ベビーリーフレタスの寄せ植えを作りました。キッチンでグリーンを育てることによってテーブルの上に安らぎの空間が生まれ、さらに採れたての安心野菜を簡単に食べられるアイデアを伝授して頂きました。

苗植え体験は屋外で行いましたが、少し風は冷たかったけれどいいお天気で、参加者の皆さんは、柏原さんに指導して頂きながら楽しそうに育苗ポットから鉢に植え替えていました。

野菜の育て方を教えてもらったあとは、一般の参加者の方とおたすけ隊の会員さんとの交流会を行いました。交流会ではおたすけ隊の実際の活動内容などについてたくさんの質問がありました。これを機に、助け合い支え合いの仲間が増えてくれることを心から願っています。



おたすけ隊新年会

2017年、おたすけ隊最初の交流会は、ボランティアグループ「むぎわらの会」を迎え銭太鼓を踊って頂きます。年明けに相應しい華やかな衣装と縁起の良い踊りです。皆さんも一緒に踊りながら健康と金運アップを祈願しましょう。リフレッシュした後は会員の皆さんと茶話会で交流したいと思います。沢山の方の参加をお待ちしています。

日 時：平成29年1月27日（金）13：30～15：00

場 所：保健福祉館 ゆうゆう倶楽部（和室）

内 容：銭太鼓踊り・交流タイム他

参加費：400円（菓子代）

※ お申し込みはお電話で 27-8010へ 締切：1月24日（火）

交流会に参加しよう!

残ったおせち料理のアレンジ・レシピ

気分はもう
お正月

おせちで残った栗きんとんとホットケーキミックスを使い、炊飯器で作る簡単ケーキの作り方をご紹介します♪

1. 炊飯器の内釜に粉砂糖以外の材料を合わせ、よく混ぜる。
2. 炊飯器にセットし、炊飯ボタンを押す。
3. 炊き終わったら、側面に沿って竹串をくると一周させ、平らなお皿に取り出す。
4. 粗熱が取れたら、好みに粉砂糖を振りかけてできあがり♪

材料（5.5合炊き用）

栗きんとん	150g
ホットケーキミックス	1袋（200g）
卵	1個
バター（溶かしたもの）	30g
好んで粉砂糖	適量



おたすけ隊会員の皆さんへ

○活動報告書は月末までの一ヶ月分を記入し、利用券を添付して翌月の10日までに**必ず毎月提出して下さい**。ご協力の程よろしくお願いします。

○年末年始のお休みは、**12月29日（木）～1月3日（火）**となります。



11月末日現在の会員

利用会員	45名
協力会員	30名
総会員数	75名

会員随時募集中!

是非お知り合いの方を
ご紹介してください♪



2016年も残すところあと少し。
今年はなんといってもリオ五輪で感動と興奮で沸いた年でした。
皆さんにとってはどんな年でしたか。
くれぐれもご自愛の上、晴れやかな新年をお迎えられますよう、心よりお祈り申し上げます。