

「さわやかサービス」は、家事や外出などのお手伝いで住民同士のたすけあいを支援するサービスです。
「協力会員」とは、たすけあいにご協力いただく有償ボランティアです。

さわやかさん



社会福祉法人 品川区社会福祉協議会 さわやかサービス
TEL : 03-5718-7173
FAX : 03-5718-0015
<http://shinashakyo.jp/sawayaka/>

品川 さわやか

検索 



～専門研修のお知らせ～

認知症サポーター養成講座

を開催します！

認知症サポーター養成講座では、認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を支えるための知識を分かりやすくお伝えします。



受講していただいた方にはサポーターの印である「オレンジリング」と認知症の人と家族を地域で見守り支える「品川“くるみ”認知症ガイド」をお渡しします。

ぜひご家族やお友達などお誘いあわせのうえ、ご参加ください。多くの方のご参加をお待ちしております。



日時 : 令和元年9月12日(木) 午後2時～4時
場所 : 品川区社会福祉協議会 3階会議室
対象 : 利用会員の家族、協力会員、賛助会員、品川区民
定員 : 25名程度
講師 : 大崎在宅介護支援センター ケアマネージャー
申込 : 電話にて申込み さわやかサービス ☎03-5718-7173

ニュースさわやかさんをホームページでも!!

ニュースさわやかさんが社協ホームページでもご覧いただけます。「品川 さわやか」でぜひ検索してみてください。

みんな集まれ

ふくしま祭り2019

今年も9月21日(土)に恒例の「ふくしま祭り」を開催します。さわやかサービスは例年通り、バザーへの参加を予定しています。会員の皆さまのご来場をお待ちしております。

日時：令和元年9月21日(土) 午前10時～午後3時

場所：中小企業センター

内容：ステージでの出し物、バザー、模擬店など

☆バザー用品ご寄付のお願い☆

- ・手作り品や贈答品、未使用の家庭用品など、寄付のご協力をよろしくお願いいたします。
 - ・食料品や古着(使用したもの)は受け付けられませんのでご了承ください。
 - ・品物はお手数ですが、**9月6日(金)**までに事務所へお届けください。
- 事務所にお持ちいただくことが難しい利用会員の方はお電話ください。ご相談させていただきます。
- ※バザーの収益金は会員交流等に活用させていただきます。

当日のバザーお手伝いの方を募集しています。
ご協力お願いいたします。

【問合せ】 ☎03-5718-7173

♡ ほっとルーム ♡

～手作り小物を作りましょう～
(2回目)



福を招く
ふくろうを作り
ましょう!

日時：令和元年 8月21日(水)
午後2時～4時

場所：品川区社会福祉協議会 3階会議室

持ち物：裁縫道具(針、糸、はさみ)

参加費：無料

※作り方は賛助会員の片岡重乃さんにおしえて
いただきます。手ぶらで参加もOKです!

目が可愛いね!



上手に
できました!



ロシアバレエ鑑賞券プレゼント

日時：令和元年8月17日(土)

対象：協力会員、賛助会員

開場 午後6時

※1人2枚まで。

開演 午後6時30分

さわやかサービス事務所までチケットを
取りに来られる方

場所：渋谷区 大和田さくらホール

主催：ロシア・バレエ・アカデミーTOKYO 申込：さわやかサービス ※先着順

☎ 03-5718-7173

チケット受取り：8月1日以降(予定)



夏に食べたい！サバ缶の冷汁

食欲が衰えがちな暑い季節に、
サラサラとのどを通る冷や汁で栄養補給！
サバ缶を使うのでとても簡単です！



《材料》 2～4人前

- ・サバ缶(味付け) 1缶
- ・生姜 適量
- ・味噌 大さじ2
- ・白だし 大さじ2
- ・すりゴマ 大さじ2
- ・冷水 3カップ(600cc)
- ・絹ごし豆腐 1パック
- ・きゅうり 1本
- ・大葉 お好みで
- ・ミョウガ お好みで
- ・ご飯(炊きたて) お茶碗2杯分

《作り方》

- ①きゅうりは薄く輪切りにし、塩適量を加えて揉み、しばらく置く。
水気をしっかり絞る。
- ②きゅうり、鯖缶、生姜、味噌、白だし、すりゴマ、冷水、
絹ごし豆腐を加え、よく混ぜる。
- ③器にご飯を盛り、②をかけて、お好みで大葉、ミョウガを添えて、
出来上がり！

ぜひお試しください♪

さわやかサービス情報コーナー

8・9月の予定

- 8月 9日(金) 協力会員募集説明会
入門研修
- 8月21日(水) ほっとルーム手づくり品
- 9月12日(木) 専門研修
(認知症サポーター養成講座)

令和元年 6月の実績

新規登録利用会員	10名
新規登録協力会員	4名
利用相談件数	32件
☆相談内訳	
1位 家事の支援	13件
2位 産前産後支援	7件
3位 外出介助	6件

編集後記

いよいよ夏本番！暑さ対策、熱中症対策はしっかりと行いましょう！（M.M）