

協力会員募集中！

「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。

2020年5月20日発行 No. 312



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:03-5718-1274

URL: <https://shinashakyo.jp/sawayaka/index.html>

品川 さわやか

検索

「さわやかサービス」とは、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。

おでかけサービス 運行中

おでかけサービスは、車いす利用者の外出を福祉車両でお手伝いするサービスです。さわやかサービスでは、現在4台の福祉車両を運行しています。

新型コロナウイルス感染拡大が心配される中ですが、皆さんに安心して利用していただけるよう、車イスや車両の消毒を実施しています。



5月に新車が納車されました。



運行区域:品川区および隣接区
(港区、大田区、目黒区、渋谷区)
利用料:1回1時間以内950円
(30分延長ごとに475円加算)
付添:必要 (付添がいらない場合は協力会員の紹介も可能です)

さわやかサービスでは、車両の運転、乗降介助をしてくださる協力会員の方を募集しています。活動には入門研修の他、運転技能研修、乗降介助研修などの受講が必要です。

登録可能年齢は69歳まで、75歳の誕生日月まで活動していただけます。車の運転が好きな方、地域福祉に貢献したい方のお申し込みをお待ちしています。



品川区社会福祉協議会のホームページが新しくなりました！

URL: <https://shinashakyo.jp/sawayaka/index.html>

「ニュースさわやかさん」がカラーでご覧いただけます！ぜひ検索してみてください。



クロスワードで 楽しく “ステイホーム”

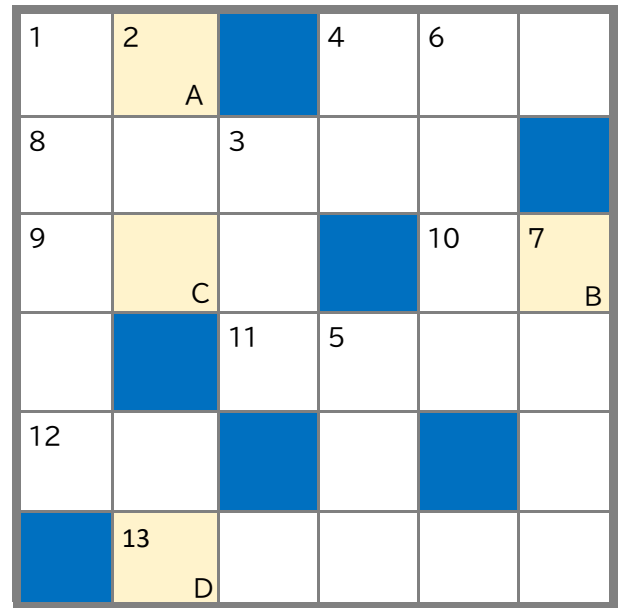


タテのカギ

- 1 端午の節句に食べる和菓子
- 2 背中 of 反対側
- 3 豆腐をつぶして野菜などを混ぜて油であげた物
- 4 面倒を見ること
- 5 地上に描かれた巨大な絵が有名
- 6 大きなイベントが開催されるところ〇〇メッセ
- 7 服飾、建物、都市の形や機能を考案すること

ヨコのカギ

- 1 汚れた手で触らないように
- 4 世界は広いが、ウイルスにとっては〇〇〇
- 8 輝く笑顔 住み続けたいまち
- 9 日本と中国
- 10 地味の反対
- 11 謎の微笑みをたたえる婦人の肖像画
- 12 土地の価格
- 13 事が起きた後であれこれ論ずること



解答

A

B

C

D

ヒント：自粛が解けたらまずしたいこと！



妖怪 アマビエ 塗り絵コーナー



妖怪
アマビエ

新型コロナウイルス感染症が流行する中、アマビエが注目されています。およそ180年前に出現し、「疾病が流行するので、私の姿を描いた絵を人々に見せよ」と告げたという妖怪です。皆さんもアマビエの塗り絵を完成させ、コロナの一日も早い終息を願いましょう。



《出展：プリントショップ プレポ》

免疫力UPレシピ

カオマンガイ



これを食べたら
旅行気分♪

免疫力UPに効果のある鶏肉やにんにく、しょうが、ねぎを食べて身体の内側からパワーを蓄えましょう！
カオマンガイは香港・マレーシアなど東南アジアの庶民料理です。旅行へ行った気分も味わえるかも♪



【材料】2人分

お米 2合
鶏肉(ももor胸) 1枚
★鶏がらスープの素(顆粒) 小さじ1
★おろしにんにく(チューブでも可) 小さじ1/2
★おろししょうが(チューブでも可) 小さじ1
★塩、こしょう 少々
長ネギの青い部分 1本分

■タレ■ 全部を混ぜるだけ！

長ねぎ(みじん切り) 10cm分
生姜(すりおろしorチューブ) 小さじ1/2
醤油 小さじ2
オイスターソース 小さじ2
砂糖 小さじ1
味噌 小さじ1
レモン汁 小さじ1
水 大さじ1
ごま油 小さじ1/2
(ナンプラーが好きな人はナンプラー小さじ1)

【作り方】

①炊飯器に研いだお米と★を入れる。
規定量(2合の線)よりも少し少なめの水を入れてよく混ぜる。
②その上に長ネギと、フォークでブスブスと穴をあけた鶏肉を皮目を下にして入れて、炊飯器のスイッチをオンするだけ！
③炊きあがりを待つ間にタレを作る。
タレは材料をよく混ぜるだけ♪
④炊きあがり、タレができたら盛り付けて完成

i さわやかサービス情報コーナー

6月の予定

6月 5日(金) 14:00~15:30

ほっとルーム

「免疫を上げる乳酸菌の力」

6月17日(水) 14:00~16:00

ほっとルーム

「手作りの小物」

令和2年 4月の実績

新規登録利用会員 4 名

新規登録協力会員 5 名



サービス利用ランキング

1位 掃除 389件

2位 おでかけサービス 109件

3位 外出介助 86件

クロスワードの答えは・・・

41

44

2

49

✍ 編集後記

5月に入り急に気温が上がってきましたね ☹️ 熱中症にならないようにこまめに水分を取って過ごしましょう (M. A)