

協力会員募集中!



# 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

品川区大井1-14-1 大井1丁目共同ビル2階  
TEL:03-5718-7173 FAX:03-5718-1274

品川 さわやか

検索



11月7日(木)品川区役所 第三庁舎6階講堂にて、地域福祉功労者表彰式が行われました。  
今年度、さわやかサービスでは9名の協力会員の方が受賞されました。  
地域のたすけあいに尽力された皆様に心より感謝申し上げます。



表彰代表者 森谷 信次さん

感謝代表者 江坂 勝子さん

受賞者の皆さまをご紹介します。(敬称略)

### 表彰状贈呈者 5名

(10年以上会員登録を継続し、1000時間以上活動された方)

石動 睦子 久保田 晶子 古賀 美子 二川 千津 森谷 信次

### 感謝状贈呈者 4名

(5年以上会員登録を継続し、500時間以上活動された方)

江坂 勝子 酒井 章世 鈴木 美智子

(社協会員増強に貢献された方)

大畑 康隆



「さわやかサービス」は高齢者や障害者、産前産後の方を対象に、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」は、たすけあいにご協力いただく有償ボランティアです。



今回は利用会員 大澤満智子さんと、協力会員 二川千津さんの声を高山がお伺いしました。



高山「大澤さん、さわやかサービスを利用してみていかがでしょうか？」

大澤「私は身体に麻痺があるため、掃除ができずに困っている時に二川さんを紹介してもらいました。綺麗にしてもらってとても助かっています。」

高山「二川さんは活動を続けていかがでしょうか？」

二川「こちらにお伺いするようになってから早いもので8年が経ちました。掃除の後のお話しタイムも楽しみです。」

高山「時間を忘れて話してしまうこともあるとお聞きしましたが…？」

大澤「二川さんとはフィーリングが合うというか、家族の介護や、嫁姑問題で苦労した経験があったり、共通点が多くてつい時間を忘れて話してしまうのよ(笑)。」



二川「私たち、よく頑張ったわね。とお互い励ましたり、リスペクトしあっていますよ(笑)。時には私の悩み事を聞いてもらうこともあります。大澤さん、いつもありがとうございます。これからもよろしくお願いしますね。」

大澤「こちらこそ、よろしくお願いします。」

お互いに尊敬しあって素敵な関係ですね。思わず私にもっこりしてしまいました◎  
大澤さん、二川さんありがとうございました。



## 地域貢献ポイントのお知らせ



### 令和7年のポイント交換について

交換期限

令和7年2月28日(金)まで

※50ポイント未満の方は1月15日(水)～2月28日(金)まで

交換場所

さわやかサービスもしくはボランティアセンター  
(品川区社会福祉協議会2階)

12月活動分のシール(青色)は、1月のニュースに同封しますので届いたシールも合わせて交換してください。



令和7年分の「はつらつカード」(シール台紙)を品川ボランティアセンターより12月中旬に送付しておりますのでご確認ください。



地域貢献ポイントの新規対象者の方には、申込用紙と案内文を同封しました。ご希望の方は登録をお願いします。

### 地域貢献ポイントとは



区内で高齢者・障害者を対象にしたボランティア活動をしている概ね60歳以上の方に、活動1回につきシールを1枚を付与します。50枚貯めると、品川区共通商品券10枚(5,000円分)と交換ができます。

報告

専門研修

# 笑顔が見える 整理収納術～片付けのイロハ～

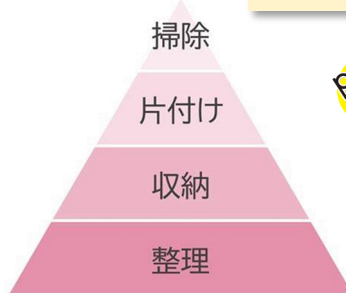


参加者のお悩みは「服が捨てられない」「書類が多い」「実家の片付け」「趣味のもの」などさまざまでした。

令和6年11月29日(金)12名の方が参加され、整理収納アドバイザーの村橋りえさんを講師にお招きし、片付けの基礎を教えてくださいました。

## 【整理と掃除の違い】

- 「掃除」埃などを取り、清潔な状態を保つ。
- 「片付け」使ったものを出したままにせず、元に戻す。
- 「収納」使うものをしまう「場所を決める」
- 「整理」使っている、使っていないものを分け、使っていないものは「手放す」



**Point!** 新しい収納グッズを準備する前に整理しよう!!

## 【物の減らし方・整理の仕方】

実家の片付けなどでは「思い出」が多く感情が動いてしまいがちですが、気持ちは置いておいて使っている、使っていない、「事実」で分けていきます。使っていなければ「手放す」使っていれば「しまう」となり、3秒迷ったら「一時置場」と分けていきます。

不要なものを減らしてから、使いやすい位置に収納することで生活しやすい環境となります。



村橋さんより

100点を目指さないこと。財布の中、冷蔵庫など狭いところから始められるといいですね。少しでもできたら自分を褒めてあげましょう。片付いたあとに何をしたいか、目標を決めて楽しみながら進めていきましょう!

お知らせ & お願い



## 「年末年始事務所休業」と「活動報告書の提出」について

令和6年12月28日(土)～令和7年1月5日(日)まで、さわやかサービスの事務所がお休みとなります。



おでかけサービス2月分のご予約開始も1月6日からとなりますので、ご了承ください。



年始の事務手続きの都合上、12月分の活動報告書は12月31日(火)までに投函してください。



今年も一年大変お世話になり、ありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願いいたします。



## 編集後記

今年も残りわずかとなりました。年々、月日が経つのが早いと感じます。毎日を大切に過ごすよう意識していきたいです。新しい年が皆さまにとって素敵な年になりますように。(M.M)