

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

TEL:03-5718-7173 FAX:03-5718-1274

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

品川 さわやか

検索

専門研修

痛みのない 健康な体づくり

パート2【実践編】



昨年ご好評頂いた「痛みのない健康な体づくり」。今年はパート2【実践編】として引き続き協力会員でもある齋藤 博さんを講師にお招きして学びます。より実践的な体操やストレッチを中心に肩や腰のつらさを和らげ、痛みのない健康な体を目指します。



日 時: 令和7年10月21日(火) 午後2時～3時半

場 所: 品川区社会福祉協議会 3階 会議室

講 師: 武蔵小山マッサージ鍼灸接骨院 院長 齋藤 博 様

あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師、

柔道整復師、さわやかサービス協力会員

定 員: 20名(さわやかサービス会員、すけっと会員の方)

持ち物: ハンドタオル、水分

申 込: 10/14(火)までに電話で

さわやかサービス(03-5718-7173)まで

☆当日は動きやすい服、靴でお越しください。

☆お申し込みの際、講師に質問してみたいことを受付けます。

「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。



今回はお掃除の活動を行っている協力会員・正垣暁美さんと利用会員・谷田部豊さんにお話を伺いました。正垣さんは2010年から15年以上協力会員として活動を継続してくださっています。

谷田部さん、さわやかサービスを利用してみて1年ほどになりますが、いかがですか？

高齢のためできないところを正垣さんがとても丁寧に掃除してくださるので助かっています。来てくれた時に世間話をしたりすることが楽しみの1つになっています。

正垣さん、活動を始めたきっかけを教えてください

15年前に関西から東京に引っ越ししてきました。引っ越しの荷物の片づけが落ち着いた頃、ちょうど子供が学校から持ち帰った手紙の中に、さわやかサービスの協力会員募集のチラシが入っていました。関西にいた時は両親の通院付き添いや買い物の手伝いをしていたこともあり、私にもできるかなと思って協力会員募集説明会に参加し、登録しました。



これまで多くの活動をしてみていかがですか？

産前産後の方やご高齢の方など、いろいろなお宅で掃除などの活動をしてきましたが、こういう方法もあるのか、と教えられ勉強になることもあります。でも何より、いろいろなお話が聞けるのが興味深く、活動に何うというよりは〇〇さんに会いに行く、という感覚です。今ではさわやかサービスの活動は私の生活の中心で、それによって生かされているという気がしています。



正垣さん、皆さんにお伝えしたいことはありますか？

特にありません。ただ、ひとり心の中で思っていることは、人とのつながりの大切さです。全く知らない人には関心が持ちにくいですが、知り合いになりつながりができると、何かの折に「どうしているかな?」「大丈夫かな?」と思うことができます。共に生きていくために、そうした人と人のつながりがもっと広がってほしいな...と思いながら気軽に活動しています。

正垣さん谷田部さん、素敵なお話をありがとうございました。



利用料金引落・振替日変更について

8月分の利用料金および謝礼金は、**9月29日(月)**引落し・振込となっております。

ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

報告

7月23日(水)
参加者6名

おでかけサービス

上半期情報交換会

前年度実績の報告と日頃の活動に関する意見交換を行いました。

*実績について



令和6年度は、利用件数1485件と令和5年度と比べ183件増と大幅に増えています。

さらに、本年度に入り利用件数が増加傾向にあります。



*情報交換会及びアンケートでのご意見



- ・福祉車両の操作で、よく起こるトラブルと対処法をまとめた資料があるとよい。
- ・安全に運行する為、ほっとルームで車いす固定の講習を行ってほしい。
- ・下り坂での車いすの操作について、後ろ向きでゆっくりと下りると利用者が安心できると思います。
- ・参考になる話が聞けるので、またほっとルームに参加したい！

*事務局



- ・車いすを車に積み込む際、外の駐車場では車を少し前に出してから積み込むようにしてください。車を動かさずにスロープを下ろすと、スロープが縁石にぶつかり、傷がついてしまいます。
- ・窓、鍵の閉め忘れ、車両の駐車場への入れ間違えにご注意下さい。

運転協力会員
募集中!!

運転協力会員向け 協力会員募集説明会

日時 11月25日（火）午後1時～3時30分

会場 品川区社会福祉協議会 3階 会議室

内容 さわやかサービス・おでかけサービスの事業説明および入門研修

※後日、教習所での運転講習の受講が必要です。（費用は、さわやかサービス負担）

年齢制限があり69才までの方、運転は75才の誕生日まで。謝礼金1時間800円

運転が好きな方、空いた時間で地域に貢献してみたい方のご参加をお待ちしています。

報告

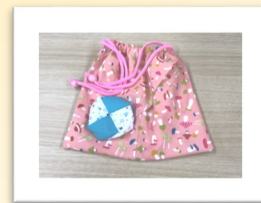


手作り品 お手玉と巾着を作りました！

参加者14名



今年度は6月と7月で開催。賛助会員の片岡さんに作り方を教えていただき、お手玉と巾着を作りました。お手玉には鈴を入れたのでリン、リンと音が鳴ります。巾着は、ハンカチなどを利用して、手縫いでできる作り方を教えていただきました。紐を長くしてショルダーバックのようにしたりする方もいらして、参加者それぞれの個性が光りました。



片岡さん、来年度は何を作りたいでしょうか。みんな楽しみにしています。



✂ 編集後記

今年の夏は、例年になく厳しい暑さでしたが、皆様無事に乗り越えられましたでしょうか？来月はいよいよ本格的な秋、芸術の秋。私は、万博に行って芸術を楽しみたいです！（S.H）

