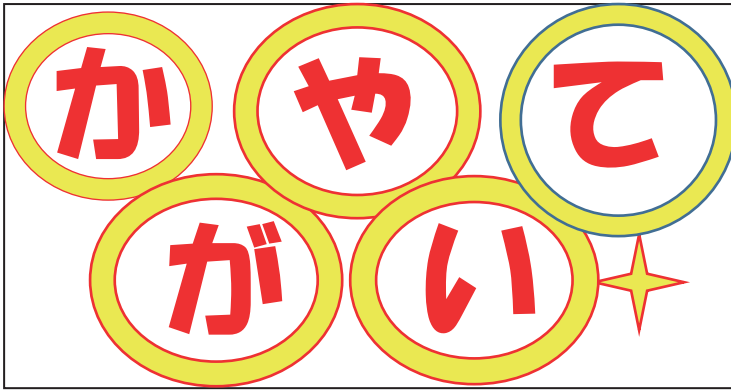




神奈川高齢者生協機関紙 2022年10月号 NO.199

発行責任者 星野 宗吾

〒231-0047

横浜市中区羽衣町 2-7-10 関内駅前マークビル 5 階

Tel045-663-8825 Fax045-662-9662

Eメール kanagawa-coop@koureikyou-k.com

神奈川高齢者生協

検索

10～11 月は生協強化月間です

生協強化月間は、生協を広く地域の方々に知っていただき、組合員を迎え入れて、生協の基盤を強めようという目的で毎年取り組んでいます。

今年度は

- ◆利用者の方、働く仲間を増やして、新たに 41 名の組合員を迎えましょう。
- ◆生協全体で組合員利用率 50%を目指して、加入の取り組みを強めます。
- ◆出資金を増やしましょう。63 万円の加入・増資を目標に取り組みましょう。
- ◆「ケアステーションのぞみ」の開所を藤沢地域に広くお知らせします。



新規訪問介護事業所「ケアステーションのぞみ」開所準備中！！

新しい訪問介護事業所「ケアステーションのぞみ」の 12 月 1 日開所に向けて、準備中です。

藤沢市では、2 つ目の訪問介護事業所の開設になります。

藤沢市善行地域に「ケアステーション希望」が誕生して 9 年、ここ 2～3 年で急成長を遂げました。

神奈川高齢者生協の事業所として、さらに地域に根を張り、活動の場を広げていこうと「ケアステーション希望」の職員を中心に新規立ち上げの準備を進めてきました。

「希望」と「のぞみ」、協力しながら藤沢地域で「なくてはならない事業所」として成長を目指します。



ケアステーションのぞみ
訪問介護事業所
介護保険 障がい者支援サービス
令和4年12月1日(木) 開所します。
どうぞよろしくお願いいたします。
私たちの声です！



住所 藤沢市藤沢1-4-5
開設準備室 ケアステーション希望
電話 0466-86-5893



今年もやります！「ぬり絵」コンクール！

昨年度に引き続き、今年も「ぬり絵」コンクールを行います。
組合員や介護事業所などで「ぬり絵」を楽しまれている利用者
の方からの作品を募集します。

入賞作品は本紙「かがやいて」2023年4月10日号に掲載！
また、総代会会場での展示も予定しています。

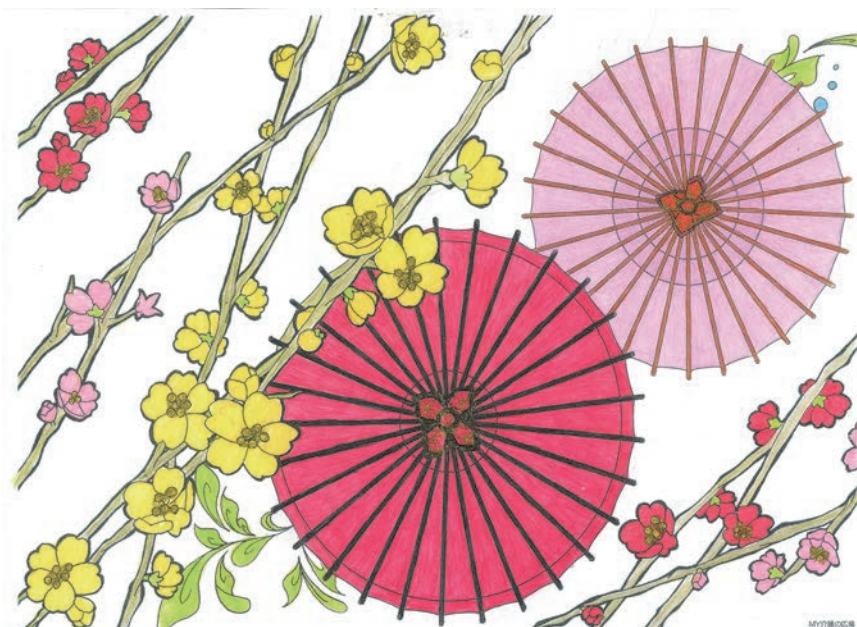
ぬり絵に初挑戦される方、長年ぬり絵に親しんでおられる方、どなたでもご応募ください！
お待ちしております。

作品大募集！

応募締め切り

2023年(令和5年)2月28日

*当日消印有効



昨年のグランプリ作品



入賞作品には賞品を
ご用意しています

ご応募いただいた作品の中から、「**グランプリ**」
「**理事長賞**」「**部門賞**」等を審査、決定させて
いただきます。審査員は当生協の理事長、「かが
やいて」編集担当理事が行う予定です。
入賞作品には、**賞状・クオカード**をお渡ししま
す。

募集要項の詳細は、次頁の応募用紙を
ご確認ください。



昨年の理事長賞作品

第2回 めり絵コンクール募集要項・応募用紙

応募対象：当生協の組合員の方とご家族、事業所の利用者の方、職員の作品
(職員が推薦する作品も可)

応募規定：●原画題材は自由とします。(貼り絵・ちぎり絵・立体作品は不可)
ご自分でお持ちの原画や**めり絵原画サイト**に掲載されているもの等、ご自分でお選びください。

なお、当生協のデイサービスでは、豊富な原画や見本を持っておりますので、ご入用の方は、お近くの事業所までご連絡ください。

●用紙サイズ A5・A4・B5のいずれか
(用紙サイズに合わせて拡大・縮小した原画は使用可)

●応募点数 お一人様1点

応募方法：下記の「応募用紙」に必要事項をご記入の上、**作品原本の裏**に貼り付けて郵送またはご持参ください。

応募先：〒231-0047 横浜市中区羽衣町2-7-10 関内駅前マークビル5階
神奈川県高齢者生協本部「めり絵コンクール」担当
または、各事業所まで。

審査発表：2023年4月10日号「かがやいて」の紙面で各賞発表予定

問い合わせ：神奈川県高齢者生協本部 ☎ 045-663-8825 FAX 045-662-9662

キ リ ト リ

フリガナ		事業所名	当生協の事業所をご利用の方は
お名前			
ご住所	〒 ()		
電話番号		FAX番号	
年齢		歳	入賞時の作品掲載に当たって(いずれかに○) 年齢の掲載 [可 ・ 不可]
入賞時の作品掲載に当たって(いずれかに○)			
名前の掲載 [実名 ・ 匿名 ・ イニシャル () ・ ペンネーム ()]			
作品に込めた思い・アピールポイント等をご記入ください			
〈製作者ご本人による記入欄〉			
〈職員スタッフ・家族による記入欄〉			

「健康チャレンジ 2022」に取り組みませんか！

3年にわたるコロナ禍、少しずつ外出を楽しむ機会も戻りつつありますが、すっかり元通りというわけにはいかないようです。今年も、「健康チャレンジシート」を使って、「運動習慣」や「生活習慣」等を見直すきっかけにしていきませんか？

「健康チャレンジ 2022」に取り組み、日々の健康づくりを目指しましょう。

チャレンジシートは、神奈川高齢者生活協同組合の各事業所または本部にご用意しております。

ご入用の方は、各事業所職員にお声かけいただくか、下記までご連絡ください。

神奈川高齢者生協本部：

☎ 045-663-8825

健康チャレンジ 2022

とりくみ期間 2022年10月～11月のうち30日以上

参加費無料 どなたでも参加できます

シート提出しめきり 2022年12月15日 までに提出してください

監修 鈴木宏幸博士（東京都健康長寿医療センター研究所）

主催
神奈川県生活協同組合連合会、川崎医療生協、神奈川みなみ医療生協、神奈川北央医療生協、医療生協かながわ、福祉クラブ生協

協力
神奈川県協同組合連絡協議会、神奈川県農業協同組合中央会、神奈川県漁業協同組合連合会、神奈川県森林組合連合会、かながわCo-ネット福祉健康委員会、神奈川県消費者団体連絡会、神奈川高齢者生協、うらがCO-OP、コープ、パルシステム神奈川、生活クラブ生協、全日本海員生協、富士フィルム生協、ナチュラルコップ、ヨコハマ、神奈川大学生協、こくみん共済 COOP 神奈川福祉本部、労協センター事業団神奈川事業本部、やまゆり生協、麻布大学生協、宇田科学研究所生協、東京工芸大学生協、横浜国立大学生協、横浜国立大学学生協、慶應義塾生協、明治学院消費生活協同組合、自然派くらぶ生協、ワーカーズコップ・キュービック、中央労働会館神奈川本部

協賛 CO・OP 共済

後援
神奈川県、横浜市健康福祉局、川崎市、川崎市教育委員会、相模原市、相模原市教育委員会、平塚市、鎌倉市、藤沢市、小田原市、茅ヶ崎市、逗子市、厚木市、大和市、伊勢原市、海老名市、座間市、綾瀬市、秦野市、寒川町、愛川町、清川町

神奈川まるごと健康づくりは、CO-OP 共済健康づくり支援企画の支援を受けています。

チャレンジシート 30日以上で健康習慣

チャレンジした日にちに印をつけましょう。

10月 (チャレンジ日数 日)

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

11月 (チャレンジ日数 日) 【合計 日】

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

●チャレンジ項目(番号) 複数選択可

●マイチャレンジを選択した方 取り組み内容

●誰と取り組みましたか？
・ひとりで ・誰で ・家族で ・職場で

●取り組み始めた結果、効果や変化の 実感はありましたか？
・効果あり ・効果なし ・わからない
(実感した内容)

●この企画をどこで知りましたか？
(生協に所属の方は生協名、支所名、場所等)

●チャレンジ参加回数
・初めて ・2回目 ・3回以上

フリガナ 氏名 性別 ☐ 男性 ☐ 女性 ☐ 未回答

住所

電話番号 年齢 歳

※いただいた個人情報は、参加者の発送、結果集計、健康チャレンジや健康講座、健康まつり等の お知らせ以外には使用しません。

チャレンジ内容

最も新型コロナウイルスの影響で生活スタイルは大きく変化しています。こんな時だからこそ、心身の健康を維持することが大切です。健康チャレンジをきっかけに日々の健康づくりを目指しましょう！

生活習慣	番号	チャレンジ内容
生活習慣	①	こまめにうがいと手洗い
	②	1日1回は歯を1本1本にむきで磨く
	③	ぐっすり睡眠
	④	禁煙、ほどほど飲酒
	⑤	マイチャレンジ (自分なりの取り組み内容)
運動習慣	⑥	お家でできる体操 (ラジオ体操・ストレッチ)
	⑦	あいうべ体操・バタカ体操
	⑧	3000歩以上のウォーキング
	⑨	筋力トレーニング (スクワット等)
	⑩	マイチャレンジ (自分なりの取り組み内容)
食習慣	⑪	朝・昼・晩、3食規則正しく食べる
	⑫	よく噛んで食べる (20回以上噛む)
	⑬	好き嫌いをなく、何でも食べる
	⑭	塩分や糖分のとりすぎを控える
	⑮	マイチャレンジ (自分なりの取り組み内容)
社会参加	⑯	1日1回は誰かと「おしゃべり」する
	⑰	1日1回は誰かと挨拶を交わす
	⑱	趣味やボランティアサークルに参加する
	⑲	地域の集まりに参加する (集会や掃除など)
	⑳	マイチャレンジ (自分なりの取り組み内容)

おすすめ体操 4つの動作を順番に繰り返します。1日10セットを3回。

あいうべ体操 「あいうべ体操」は口呼吸を予防し、鼻呼吸を自然体に行うための口の体操です。

バタカ体操 「バタカ体操」とは「(日) (夕) (夜) (朝)」の4文字を覚えることで、口・舌の筋肉を鍛え、舌の動きをスムーズにさせるための体操です。

ペットボトル体操 ペットボトルのような軽い物に半分ほどの水を入れたものを両手に握ります。椅子に座って、膝間にできる体操です。詳しくはこちらのQRコードより動画をご覧ください。

YouTubeへのURLはこちらです。

事業所便り

「ケアステーションいたと通所介護事業所」

「シルバーウィークイベント」

所長 菅原 恵

台風のスタートとなりましたが、「日ごろの感謝の気持ちを贈る」お楽しみ会を企画し、皆様の笑顔が多くみられた5日間でした。

昼食は、厨房の方と協力して19日はちらし寿司、21日はカレーライスなどを提供し、レクリエーションでは新ゲーム「掬って掬って宝物」タイムレースや、人気のカーリングゲームで優勝を競って楽しんで頂き、皆様にカードやミニポスターをプレゼントしました。

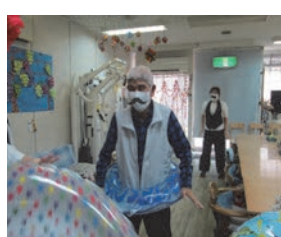


「大津ケアステーション元気」

「コロナ禍でも名前の通りに元気！」 所長 山森 靖

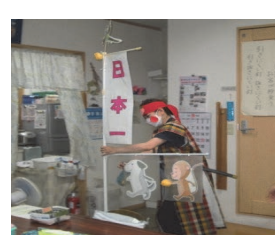
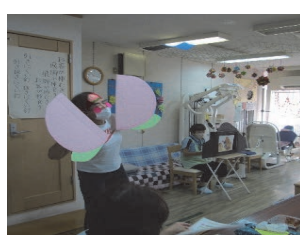
2年前の10月にコロナ対策記事にて報告させていただきました、朝の挨拶後に「笑いは免疫力を高めます。うそ笑いでもOKです！みんなで笑いますよー！せーのっ！」で大笑いする、笑って免疫力アップ活動は現在も続けています。私が忘れると利用者の方から「今日はやらないの？」とのご指摘を受けます。この活動はおすすめです！

さてお題の事業所紹介ですが、敬老会の事例報告で紹介と代えさせていただきます。元気は季節催事を大事にして様々な催しを行なっています。ですが・・・コロナ禍につき今回の敬老会はスタッフ体制確保やコロナリスク回避で、「少し豪華なおやつの提供とカードのお渡し程度で・・・」と提案した所長に、スタッフから「利用者の方々に喜んでいただきたいから小規模でも何かやろうよ！」との声が多数あがり、『BCPプチ敬老会』という名称で通常のスタッフ体制で出来る範囲での取組みとしました。毎月発行の『げんきつうしん』から一部抜粋してご紹介します。(業績も元気に出来るよう、みんなで頑張ります！)



♪ みんなで、レッツ！ヒゲダンス！

浮き輪キャッチ & 人間玉入れなどなど♪



紙芝居 桃太郎(小芝居つき) 桃からパッカーン！

お供を連れて鬼退治へ！

お宝をみなさんへ

新規事業所「ステーションのぞみ」開所に向けて

ケアステーション希望 副所長 久保真帆

私は、4年前の12月にケアステーション希望で非常勤ヘルパーとして働き始めました。

当時の前所長、現中本所長をはじめ、先輩方の背中を追いかけ、これまで楽しく忙しく介護のお仕事をさせて頂いてきたように思います。時には厳しい言葉を頂いて反省したり、利用者の方に感謝の言葉を頂いた時はあたたかい気持ちに励まされたりもしました。サ責の仕事を任されるようになり、支援に関わる他職種の方々との関係の重要性を知り、この仕事が更に楽しくなっていると感じました。

「ケアステーションのぞみ」の所長として12月から新しいスタートを迎えるにあたり、お忙しい中、準備で動いて下さっている事に本当に感謝しています。

新しい場所で、支援に関わる他職種の方々との関係を大事にして心のこもった支援が提供できるよう、あたたかい事務所づくりに励んで参ります。

まだまだ経験が浅く、勉強不足ですが、困ったときに相談に乗って頂ける先輩方に背中を押してもらい、追い風で走っていけたらと図々しく思っています。



☆新入職員紹介☆

ケアステーション希望

サービス提供責任者 中本 彩さん



ケアステーションいたど

常勤ヘルパー

宮崎 裕也さん



ケアステーション希望でサービス提供責任者として働かせていただき、間もなく1年が経ちます。良いケアを提供するには課題はたくさんあります。その課題の一つひとつクリアしていきながら人の心に寄り添うことができるヘルパー・サ責になれたらと思っています。

12月よりケアステーションのぞみに異動となり、新たなスタートを切ることになり、高揚感や不安感がありますが、責任感を持ってヘルパーの方々・希望の皆さんと協力して参りたいと思っています。

希望で築きあげた信頼を崩さぬよう、ケアステーションのぞみでも心のこもったケアを提供できるように、より一層努力していきたいと考えております。精一杯頑張りますので、皆様、これから変わらぬご指導のほどよろしくお願いいたします。

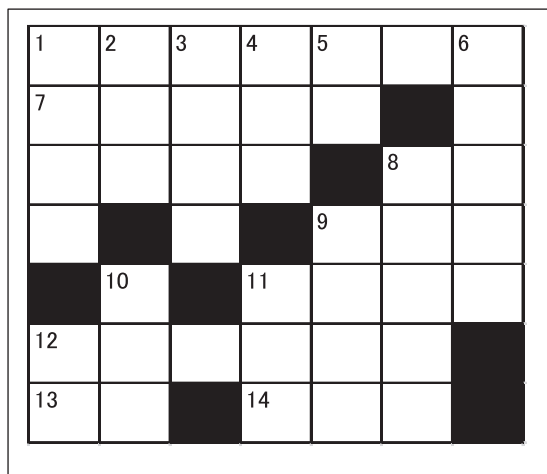
ケアステーションいたどの常勤職員として、入職しました宮崎裕也と申します。

私は伊勢原で育ち、いたどはとても親しみ深い場所です。厚木市内の特別養護老人施設で、7年間ほど勤めていました。前々から訪問介護には興味があり、一度は経験したいと思っていました。

訪問介護は、初めてですが、利用者の方が安心して暮らせるサポートができるよう、一生懸命努めてまいります。

どうぞよろしくお願いいたします。

クロスワード



ヨコのカギ

- 1 川崎市にある厄除けのお大師さまとして知られています。
- 7 北斗七星のこと。
- 8 江ノ電〇〇駅から歩いて鎌倉大仏に行きます。
- 9 横須賀市にある愛称ソレイユの丘、正式名称は〇〇〇海の手公園です。
- 11 箱根にある大きな湖です。周辺は見どころ満載です。
- 12 1859年6月2日（安政6年）、国際貿易港として開港しました。
- 13 神奈川県内巡りをするにも〇〇が無いと行けません。
- 14 神奈川県南東部にあり、東京湾と相模湾を分けているのは〇〇〇半島です。

シ	ヨ	ウ	ブ		カ	サ
ン	モ	ド	イ		シ	ワ
チ	ギ		ヨ	シ	ワ	ラ
ヤ		ノ	ン	リ	モ	
	ナ	ソ		ト	チ	サ
コ	イ	ノ	ボ	リ		ザ
ク	レ	ソ	ン		ウ	エ

神奈川県が主役？さあ挑戦!!

言葉を全部うめて下さい。

締め切りは11月10日（当日消印有効）
解答を、葉書かFAXで本部まで（045-662-9662）お送り下さい。

お便りや趣味の作品の投稿、短信も合わせてお寄せ下さい。かがやいてに掲載させていただきます。

正解者には抽選で、5名様にクオカードを差し上げます。

- | | | | | | | | | |
|-------------------------------|------------------------|------------------|---|---|------------------------|------------------|---------------------|-------|
| 12 | 10 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | タテのカギ |
| 休日のことです。〇〇を利用して神奈川県内巡りをしましょう。 | 神奈川県内で最も有名な温泉施設がある町です。 | 和食の基本、昆布や鰹節などです。 | 秦野市にある湖。関東大震災でこの付近、幅約200mにわたって陥没し、市木沢がせき止められてできました。 | 県内の名所、旧跡をスマホで〇〇〇〇しました。英語ではホープといいます。好ましい事物の実現を望むこと、または望。 | 県内の名所、旧跡をスマホで〇〇〇〇しました。 | 輪を特定の目標に投げ入れる遊び。 | 旧東海道の宿で、県の名称となった地名。 | |

クロスワードの作品募集!

クロスワード以外の「頭の体操」的なものなら何でもOK!!です。

かがやいてに掲載させて頂いた方には、粗品ですが、お礼を差し上げます。

4月号の答

たくさんの方からお送り頂き、ありがとうございます。

正解者4名様にクオカードをお送りいたしました。

理 事 会 た よ り

2022 年度第 3 回理事会 9 月 29 日 13 時 30 分～15 時 45 分 会場:中小企業センター会議室

議決事項

1.2022 年度役員報酬額について

- (1) 2022 年度の役員報酬額を 2021 年度と同額とし、理事（15 名）746 万円/年（限度額 800 万円/年）、監事（3 名）30 万円/年（限度額 30 万円/年）とします。
- (2) 「役員報酬規則」見直しのために、再度検討委員会を開催します。



2.藤沢新訪問介護事業所 名称及び事務所の賃貸借契約について

名称を「ケアステーションのぞみ」とし、以下の物件を事務所として 10 月 1 日より賃貸借契約することを決めました。

「本町事務所」：藤沢市藤沢 1-4-5 藤沢本町駅徒歩 5 分 事務所面積 33.5 m² 賃料 7.5 万円/月

3.2022 年度下期予算の修正について

ケアステーションたむら通所介護事業所を 8 月末で閉鎖し、ケアステーションのぞみの開所を 2 ケ月延期したことにより、予算の修正が必要となりました。合わせて、10 月より全訪問介護事業所の「特定処遇改善加算Ⅰ」への変更による利用高の修正も行いました。当初利用高予算 59,045 万円に対し、1,525 万円の減少、経常剰余高 515 万円の当初予算に対し、278 万円の経常剰余とする修正予算を確認しました。

4.2022 年度生協強化月間方針

- (1) 月間期間は 10 月 1 日から 11 月 30 日までとします。
- (2) 生協全体で 41 名の組合員加入、出資金 630 口増を目指します。
- (3) 生協全体で 50%の組合員利用率達成を目標とします。
- (4) 藤沢地区では新事業所の開設と生協を地域のケアマネや組合員、自治体に知らせる活動に取り組めます。
- (5) 第 2 回めり絵コンクール、フォトギャラリー「コロナを吹き飛ばせ素敵な笑顔」への作品募集、総代会会場での手作り作品フリーマーケットへの出品を呼びかけ、参加者増やします。

主な報告事項

1. 常勤職員就業規則の改定

「短時間常勤職員」導入に伴う規程の追加を中心に改定しました。

2. 育児・介護休業規程の改定

法改正に対応した大幅な改定、細目の追加を行いました。

経営報告 2022 年度 8 月の経営結果

組合員数 8 月末組合員数 3,012 名

4～8 月累計加入数 105 名、同脱退数 86 名。累計計画 69 名に対し 19 名の実増。

出資金額 8 月末出資金額 4,311 万円

4～8 月累計増資額 273 万円、同減資額 181 万円。累計計画 137 万円に対し 92 万円の増。

利用高 8 月 4,871 万円 予算比 92.5% 前年比 104.5%

4～8 月累計実績 24,754 万円 予算比 100.5% 前年比 106.0%

経常剰余 8 月 14.5 万円 予算差 ▲172 万円

4～8 月累計実績 499 万円 予算差 +70 万円

生協全体で 8 月利用高実績、剰余高実績ともに予算未達成でした。職員や利用者の方の新型コロナ感染や濃厚接触の急拡大による利用高が大きく減少し、利用高予算比 92.5%に対し、経費は予算比 95.8%となっていることが剰余未達成の主な要因です。累計では予算超過になっていますが、年間予算達成に向け改善に取り組めます。