

## インフルエンザの流行の季節となりました



～手洗いやうがいも忘れずに行いましょう～

ワクチンを接種してもインフルエンザの発症を100%防ぐことはできません。帰宅後の手洗いやうがいも忘れずに行いましょう。特に石けんと流水での手洗いは、手に付いたインフルエンザウイルスを除去する効果があるだけでなく、これからの時期に多くなる風邪やノロウイルス対策としても有効です。

急に高熱が出たり、関節痛や筋肉痛などの症状が現れたら、インフルエンザが疑われます。早めに医療機関を受診し、治療を受けましょう。自分で病気を早く治すことは、ほかの人への感染を防ぐことにもなります。

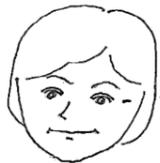
## メンバー紹介

介護保険法が制定され、2000年に介護保険事業がスタートしました。それまで障害福祉に関わってきた私は、日本の社会制度の大変換を目の前にして不安が先立ち、又複雑な内容を少しでも理解したくて、施行される前年にヘルパー2級の講習を受けました。その後、縁あって一心に入会し現在に至っています。一心で過ごしてきた年月、本当に充実していたものです。研修、話し合いを重ねつつどうしたらご利用者の皆様に寄り添える介護が出来るかを試行錯誤しながら皆で励まし合いながら成長してきました。私達の人生の大先輩である皆様、そしてご家族の皆様から日々学ばせて頂く姿勢を忘れずに、これからも皆様のお役に立てる一心であり続けたく思う今日この頃です。



<渡邊 順子>

16年程前に中途失明になった母が一心のお世話になりました。母は皆さんとの散歩や会話がとても楽しかったようでした。その後、私も一心で働くようになりましたが途中長いブランクがあり、年はとっていても経験は浅く、失敗ばかりで、落ち込むこともままあります。でも母が楽しみにし、私も本当に助けられた事を考え、微力ながらご利用者の方のお役に立てればと思っています。



<大島 百合子>

## メンバー募集

一緒に働いてみませんか？  
資格をお持ちで、働いていない方大歓迎です！

<お問い合わせ先：0467-58-7086>

## <編集後記>

年末に向けて慌ただしい日々が続きますが皆様、大掃除はすみましたか？  
健康に留意して笑顔で新年をお迎えください。

<広報担当一同>



<一心広報紙>

# ねこの手

～60号～



小樽 雪あかりの路

## 特定非営利活動法人 ワーカーズ・コレクティブ 一心

茅ヶ崎市十間坂1-5-49

TEL: 0467-58-7086

(ケアマネジャー連絡先) 84-0651

E-Mail: [chigasaki@wco-issin.jp](mailto:chigasaki@wco-issin.jp)

URL: <http://www.wco-issin.jp>

- ★一心独自事業
- ★介護保険訪問介護事業
- ★介護予防訪問介護事業
- ★障がい福祉サービス事業
- ★介護保険居宅介護支援事業

<発行責任者>寺井 玲子 <発行日> 2017年12月9日



# カフェサロン 一心

引っ越しをしました

2015年3月15日スタートして2年9か月が経ちました。地域の方々との交流を願って、ご近所の方に案内状をお渡しするところから始まり、メンバーの地道な活動で少しずつ広がり、人数が増えてきています。当初は事務所で開催していましたが、2017年4月より十間坂2丁目の「ら・ぱれっと」に場所を変更し開催しています。(マップを参照ください)

毎月第3日曜日 13:30~15:30



参加費としてお菓代 100円~150円お持ち下さい。今後イベントなども計画中です。

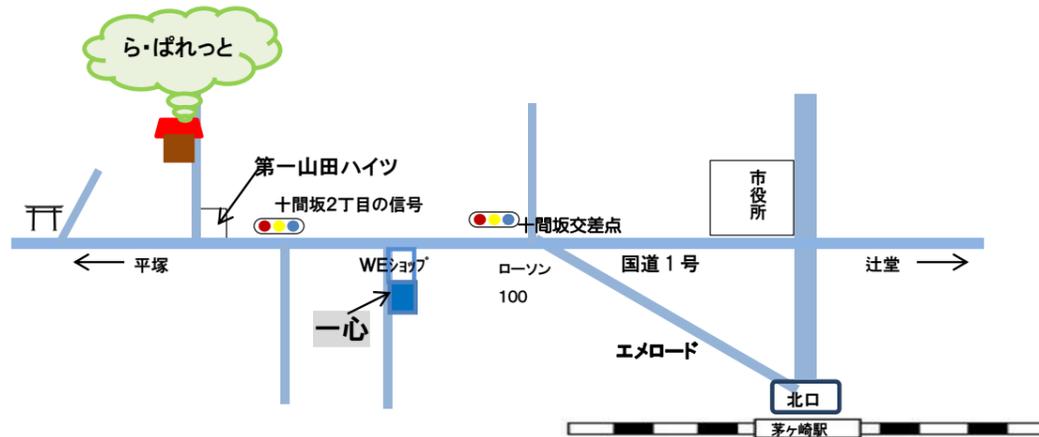


今回はボランティアの義煎様の指導でラフターヨガを楽しみ、その後ラベンダーのサッシェ(香袋)作りを皆で楽しみました。その後はコーヒータイムといつものように大きな声で歌い、あっという間に2時間が過ぎてしまいました。家の玄関でラベンダーの香りがしています。



お誘いの声をかけていただき、久しぶりに参加させて頂きました。以前サークルでしていた「ラフターヨガ」=「笑いのヨガ」これは、楽しいし、健康にも良いな~と思ったので、皆さんとする事になりました。普段の生活の中では、ちょっと恥かしいな~と思ってても皆でやれば大丈夫!!「挨拶のヨガ」や「お互い一つ誉めあおうヨガ」などを大いに笑いました。その後、ラベンダーの「サッシェ」を作り皆さんに香りを楽しんでいただきました。

<義煎美沙子>



## お知らせ

### 「転倒・骨折・認知症予防の体操をしませんか？」

日時：2018年1月21日(日) 13:30~14:30

体操終了後 14:30~15:30 でコーヒータイム

定員：10名 (先着申込み順)

講師：橋井 健太郎氏 (メディケアセンター所属)

場所：ら・ぱれっと

主催：NPO法人ワーカーズ一心 (カフェサロン一心)

後援：地域包括支援センター ゆず

会費：150円 (茶菓子代として)

申込み先：ワーカーズ一心 (☎0467-58-7086)



事務所で開催時の写真です。



お菓子をたべながら地元の情報交換をしています。

一心の事務所で開催している時に比べると、事務機器が周りに無くて、和風の落ち着いた部屋でゆっくり過ごすことができます。

お互いに顔見知りになり、トランプや折り紙を楽しんでいます。これ以外でも何かアイデアがある方やお時間のある方は、是非遊びにいらして下さい。お待ちしております。



担当メンバー：長谷・沢内・土村・佐藤・布川・若月・岩門・梅澤・鈴木(恵)・西田