



くらサポ
なおいり

ゆのはなだより 第13号 (H30.2)

〒878-0402 直入町大字長湯 3121

会長 河辺 和義



本年もどうぞよろしくお願い致します。

寒い日が続きますが、体調に留意し、今年一年健康に過ごしましょう。



「ちょっと困り」のお手伝いミニインタビュー

問1. どんな生活支援を頼んでいますか。

答1. 剪定や墓掃除、倉庫の片づけなどを頼んだことがあります。

問2. 来てくれるサポーターさんに一言お願いします。

答2. 自分のちょっとした希望も丁寧に聞いてくれるのでうれしいです。

問3. 生活支援に対しての要望はありますか。

答3. 年をとって自分ではできないことが増えてきます。そんな時大変助かっています。

ありがとうございます。

(長湯・Yさん・80代女性)



有償生活支援サービスの利用にあたって

- ・買い物代行 ・草刈り ・見守り、話し相手 ・ごみだし
- ・家周りの環境整備 ・簡単な家内修理、修繕 ・代筆、代読
- ・趣味の農作業支援 など

まずはご相談ください。 ☎ 75-3380

家事支援【利用料金／通常】1時間／800円、30分／400円

草刈 【利用料金／草刈】1時間／1000円、30分／500円 ※機械・燃料代含む

ご入会手続き方法：入会申込書を提出していただきます。年会費 1000円



今日のメニューは何かな？



金曜日の広場では、手作りの温かい昼食が大変好評です。調理担当のサポーターさんも、バランスなど考えながら作ってくれています。いつもごちそうさまです♪

(ある日の献立)

- ・人参リゾット
- ・キャベツのごま味噌汁
- ・鶏と野菜の甘酢あんかけ
- ・ワカメとカニカマの酢の物
- ・ヨーグルトあえ

塩分控えめ♪





世間話にはじける笑顔

湯の花の風心地良く

老いて知る



梢にぎわす紅梅の花

冷たい雨を気にもせず

早春の

誰もが好みお膳にのせる

春一番のふきのとう

ほろ苦く

広場では、利用会員さんが自作の短歌を持ってきてくれます。何か自分の特技を披露できる場所があるっていいですね。ほんの一部ですが、紹介します。

利用会員さんの
作品を紹介します



昨年11月27日に7つのくらサポが集まり「くらサポ大広場」が開催されました。ケーブルテレビでの放映をご覧になった方もいるのではないのでしょうか。今後もそれぞれが連携し合って活動をしていきます。



広場で作った作品を展示



会員手作りのおやつで茶話会



利用会員さんも参加してくれました

7つそろって「くらサポの輪」



THFによるレクリエーション



グループワークでは生活支援について



皆そろって「くらサポの輪」