

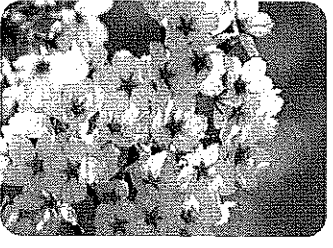
静岡事業所

3月23日(土)静岡駅近くのレストランMITAを貸し切って食事をしながらの交流会を開きました。お店は歴史のあるレトロで落ち着いた趣をかもし出していました。参加者は19名。お彼岸の忙しい時期でしたが、ヘルパー活動での料理の時短や味付けの工夫から始まり、病気の話と健康情報、自身の日頃の運動と日常生活の注意、さらには芸能情報まで！楽しい話題が2時間ほど続きました。新年度の活動に向け英気を養いました。



本部

まだ周りでは、花粉症で辛そうな人たちがいっぱいです。ピークを過ぎるまでもう少しの辛抱です。もうすぐ桜前線が日本列島を北上！待ちに待った春爛漫を迎えます。3月は別れの季節でもあるけれど、新しい出会いが待っている・・・そんな時期ではないでしょうか？本部では年度末の決算月をむかえ、忙しくなってきました。ポカポカ陽気に誘われて楽しいことでリフレッシュして、総会までの繁忙期を乗り切っていきたいです。



4月5日(金)～7日(日) 駿府城公園で第63回静岡まつりが開催されます。皆さん、足を運んでみてはいかがですか！！

定例理事会 3月20日(水) 議決・承認事項

- ① 正規職員及び短時間正規職員就業規則の改定
- ② 女性活躍推進法に基づく行動計画の策定
- ③ 給与規程の改定
- ④ 東日本大震災復興への寄付について

2月度活動結果報告

ヘルパー会員数 463名	実働数 407名
--------------	----------

事業	活動時間数
くらしの助け合い	2965.50 時間
介護保険 訪問系サービス	5353.00 時間
障害福祉サービス	1690.00 時間

居宅介護支援	要介護	総合支援
	490名	213名

施設名	開所日数	当月利用者数	利用者数/1日
どうぞの家	24日	19名	7.21名
夢コープふじ	24日	20名	8.38名
夢コープいた	15日	34名	8.20名

年会費のお知らせ

4月1日在籍のヘルパー会員には、2019年度分の年会費2,000円を納めていただきます。引き落としは5月7日(火)です。ご承知おきください。また、残高にお気をつけください。

ヘルパーのみなさ～ん！

夢コープニュースの記事を募集しています♪

あなたの

- ・お料理レシピ
- ・おすすめ本、映画
- ・ほっこりした話し
- ・行って良かった所や店

本部へ FAX(054-275-1133)かメールでOK！
 honbu@yumecoop.jp
 事業所から送っても良いです。

2019年4月

新元号が発表され、平成も残り1か月を切りました。

平成の31年間は皆さんにとって、どんな年月だったことでしょうか。

先月号でもお話がありましたが、夢コープは平成3年3月に産声を上げ、今年28周年を迎えました。今では県内に8カ所の拠点を持ち、会員数も450人以上の大所帯となりましたが、設立当初は机一つからのスタートだったと聞いています。皆さん一人ひとりの前向きな取り組みと思いやりの心、ふれあいと温かさのある地域づくりを目指そうという思いが現在の夢コープにつながっていると思います。

新しい元号に変わっても夢コープの理念を大切に、地域の中で一役を担える大切な存在

となって、10年後20年後には次の世代に繋がり、今度は今の私たちを支えていただけたら素晴らしいことだと思います。

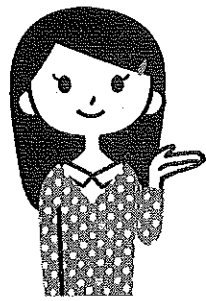
先日、ヘルパー交流会に参加した時のことですが、皆さんが夢コープに入ったきっかけや体験談などをお話して下さるのを聞いていて、色々な思いがよみがえってきました。夢コープの皆さんは長く働いてくださるのが大きな特徴だと思います。私も夢コープで働くようになって24年がたちましたが、夢コープ主催の2級研修と一緒に受けた方たちが今、メインとなって働いてくださってます。人生100年時代、自分の都合に合わせて無理なく働ける仕事を持つことは幸せなことですね。

理事長 川村千代子

各事業所の
ヘルパー交流会

今年度のヘルパー交流会の開催状況について聞いてみました。年に1回～2回食事会やお茶会として開催し、自由にゆったりおしゃべりできる機会を設けている事業所がほとんどでした。また、毎月の書類提出日にカフェ形式で開催している事業所(夢カフェ)や、毎年恒例の行事に協力してもらいながらお茶会を開催している事業所(しだマルシェ)もありました。さらにヘルパーの活動内容に合わせて透明バッグやバインダーと感謝状をプレゼントしている事業所もありました。来年度も楽しみです。

富士事業所



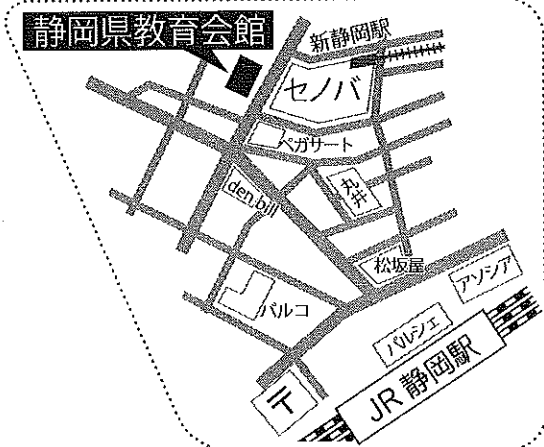
2019 年度通常総会について

2019年4月1日
特定非営利活動法人
ワーカーズコープ夢コープ
理事長 川村千代子

特定非営利活動法人ワーカーズコープ夢コープの
定款の定めにより、2019 年度通常総会を
下記の通り開催します。

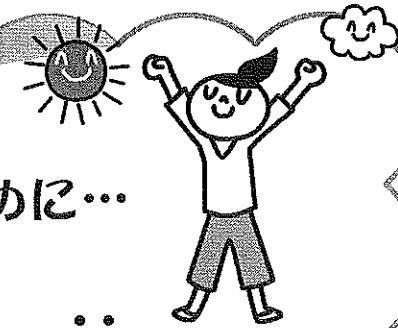
日時：2019年5月18日（土）10:00～12:30
会場：静岡県教育会館 4階大会議室
議案：2018 年度 事業報告
2019 年度 事業計画
定款変更の件
役員選任の件

* 総会議案書が5月11日（土）までに届かないときは、本部までご連絡ください。

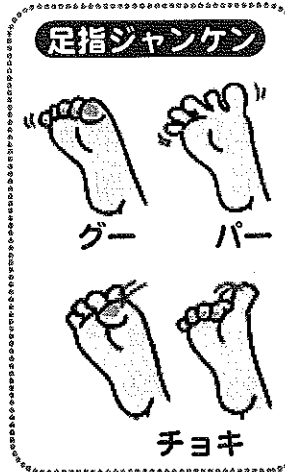


暖かい季節になって来ました!

元気に **働き遊ぶ** ために...



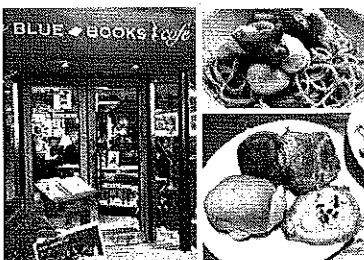
- 1** こまめにからだを動かそう
日常生活での家事や外出、通勤なども含めて運動と捉えて、足を使いましょう。
- 2** 日光を浴びましょう
日光を浴びると皮膚でビタミンDが作られます。ビタミンDには骨を丈夫にしたり、筋力やバランスを高めたりする効果があります。
- 3** 足の裏の「感性」を磨こう
足には本来、手と同じくらい鋭敏な感性と運動機能があります。裸足や鼻緒ものを履くなど心がけましょう。
- 4** こまめに水を飲もう
水分不足は体に変調をきたしやすく、転びやすい状態になります。「目覚めに1杯、寝る前に1杯」を基本に、のどが渇く前にこまめに水を飲む習慣をつけましょう。



総会後に GO!
**おすすめ
ランチ**

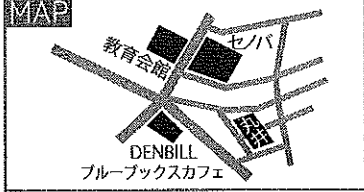


和ごはんカフェ Chawan
場所：丸井モディ(B館)2F 11:00~
四季+和洋中の定食メニューが豊富で、店内も広く明るいです。静岡駅への帰り道、西側の丸井の2階にありますよ。



BLUE BOOKS cafe フルーブックスカフェ
場所：DENBILL 1F (MAP 参照)
11:00~
ランチに付いてくるパンビュッフェが種類豊富!プチサイズなので何度もおかわりに行ってしまいます。店内も広くお洒落です。

総会後に GO!
ランチ補助を使って
仲間と交流♪
美味しいランチに
行きませんか?!



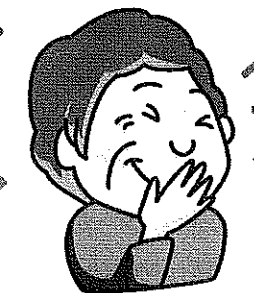
つまついた
むかしは恋で
いまは階段

あがらない
年金ごつかい
つま先が

コケルのは
ギャグだけにして
お父さん

ロケの
元気に
足が追いつかず

転倒予防川柳
大賞作品
日本転倒予防学会より



つまつきは
孫は分敷
祖母階段

離さない
昔は音で
今は杖

転んでは
泣いていた子が
「転ぶなよ」

滑り止め
つけておきたい
ロケ足