

事業所
リレー
つうしん



this month
8月
本部

昨年、夢コープニュースでも取り上げましたが、リモートでのオンライン会議や研修が夢コープでも定着してきました。

行政や他団体などの研修や会議に、ZOOM以外のウェブ会議ツールも使われるようになり、本部でも対応できるようにしています。



直接会うような親近感・臨場感はありませんが、感染症の回避は勿論、直接会場に行かなくても、活動の合間を縫って事業所内等で参加できる為、時間や交通費の節約にも繋がるなどのメリットも沢山あります。



感染症が収束しても、PCを使ったこれらのシステムはリモートでの研修や会議に、今後も大いに活用していけることと思います。

この人 ✨ ✨ ✨ 安部 文代さん 夢コープ清水事業所

事業所では、活動記録表提出日に合わせ「夢カフェ」を開き、安部さんは都合の良い時間に事業所に来て色々な工夫をしてお茶を淹れてくださっていました。残念ながら昨年春からはコロナウイルス感染予防の観点からお休みになっています。

安部さんは「静岡市お茶の学校」を受講し、お茶の楽しみを皆さんに伝えていきます。「お茶の学校」は、お茶に関心・愛着を持ったお茶の市民サポーターを育成すること等を目的に、様々な分野から総合的に学ぶ講座です。清水港船宿記念館「末廣」・茶房夢テラス（日本平）・オクシズの縁側カフェやお茶にちなんだおまつり等を訪れて地域毎のお茶を楽しんでいるそうです。

「事業所で多くの皆さんが一服のお茶を美味しいと喜んでくださったことが一番うれしかった。そして色々なお茶をお出しできたのは、事業所の先輩が四季折々の素敵な茶器を残して下さっていたから」と仰っていました。



☆冷茶を淹れてくださいました☆

※8/1~31 ユーコープ様各店舗で「フードドライブ」が開催されます。寄せられた食品はフードバンクふじのくにを通して食の支援を必要としている方に届けられます。

定例理事会 7月20日（火）議決事項

- ①給与規程の改定

6月度活動結果報告

夢コープ会員数	411名	実働数	366名
事業	活動時間数		
くらしの助け合い	2,727.25時間		
介護保険 訪問系サービス	5,585.00時間		
障害福祉サービス	1,807.50時間		
居宅介護支援	要介護	総合支援	
	575名	252名	
施設名	開所日	当月利用者数	利用者数/1日
どうその家	26日	18名	6.62名
夢コープふじ	26日	15名	7.08名
夢コープいた	18日	32名	7.39名

交通安全スローガン

暑くても ゆずる心で 安全に

夢コープニュース



〒420-0851 静岡市葵区黒金町 12-5 丸伸ビル 6F
TEL (054)275-1100/FAX (054)275-1133
MAIL honbu@yumecoop.jp / URL http://www.yumecoop.jp/

様々な意見のある中、オリンピックが開会しました。無観客での開催という前代未聞の大会となりましたね。これまでの度重なる事態に対応してきた関係者に頭が下がる思いです。これからは変化に合わせて柔軟に変わることが大事な時代になるのかもしれない。

さて、先月から水害や土砂災害のニュースが多く聞かれます。熱海の被害には心を痛めている方も多いと思います。災害を目の当たりにすると、日頃からの防災意識が大切であると再認識させられます。皆さん

はご自宅のある地域が災害に対してどのようなリスクを持っているかご存知ですか。市が発行しているハザードマップを必ず確認しておきましょう。また最近では、スマホやパソコンから様々な情報を得ることができるようになっています。ニュース等でご覧になった方もいらっしゃると思いますが、ぜひ一度サイトを開いて確認してみてください。

理事長 杉井 初世

【ハザードマップポータルサイト（国土交通省）】

（重ねるハザードマップ）で、自分の知りたい地区を選んで、洪水・土砂・高潮・津波などの災害リスクを知ることができます。



【キキクル（気象庁）】

大雨警報、洪水警報、土砂災害警戒情報等が発表されたときに、今、どこで危険度が高まっているかを地図上で一目で確認することができます。



肌に優しく安全なマスク



コロナ感染症予防にマスクの着用はかかせませんが、皮膚障害を訴える人も少なくありません。不織布マスクの主原料はプラスチックで、漂白・抗菌などの加工がされています。皮膚に直接接触し、呼吸の「フィルター」になっているので、化学物質は少ないに越したことはありません。

◎既製品マスクの選び方

- ①におい…においを嗅いでみて嫌な臭いを感じないか確かめる。大丈夫なら、短時間着け徐々に時間を延ばす。
- ②触 感…着けてみて、チクチク、モゾモゾするなど違和感がないか確認する。
- ③化学処理…なるべくオーガニック認証・認定が確認できる方が安心です。

◎手作りマスクの材質は綿がおすすめです。

◎同じタイプのマスクを使い続けるうちに皮膚障害を起こすこともあります。ガーゼをはさんだり、状況に応じて自分に合うものを適宜使い分けることも大切です。

（「食べもの通信」参考）

～安全に車を運転するために！～

●安全な装備●

点検・タイヤ交換がカンジン！！

車を購入する際は、安全装備が気になります。最新の車には様々な安全装置が標準装備されています。

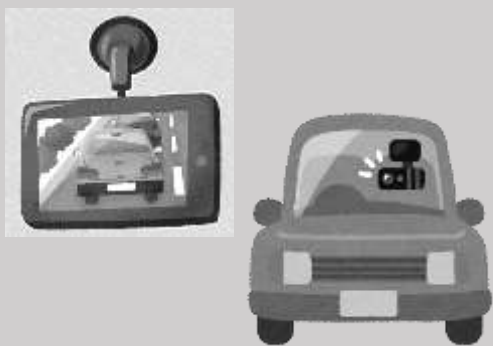
現在使用中の車や中古車購入時にも後付けで追加できる装備があります。

これらの装置を活用して、対向車や歩行者だけでなく、運転者自身や搭乗者を守る安全運転につなげていきたいものです。

後付けできる安全装備

ドライブレコーダー

映像は度々テレビのニュース番組で放送されていますが、自らを守るためにぜひ取り付けたいです。



ペダル踏み間違い 急発進抑制装置

この装置は色々な商品名で販売されています。アクセルとブレーキの踏み間違いによる事故を防ぐための機能で、急にアクセルを踏み込んだ時などにはそのアクセルを無効化してくれます。
※後付けで設置の場合、令和元年度より始まったサポカー補助金の対象になります。



※「サポカー補助金」とは、経済産業省による自家用自動車を対象とした「安全運転サポート車普及促進事業費補助金」及び国土交通省による事業用自動車を対象とした「安全運転サポート車普及促進に係る自動車事故対策費補助金」の総称です。

“安全運転サポート車の車両（新車・中古車）”購入補助と“後付けのペダル踏み間違い急発進抑制装置”導入補助の2種類の補助制度で構成されます。（65歳以上の方が対象）

政府サポカーサイトより <https://www.safety-support-car.go.jp/>

一般社団法人次世代自動車振興センター (cev-pc.or.jp)より

※サポカー補助金制度は令和3年度まで延長されていますが、交付申請額が予算額に達すると終了されるので事前の確認が必要です。

●リラックス体操●

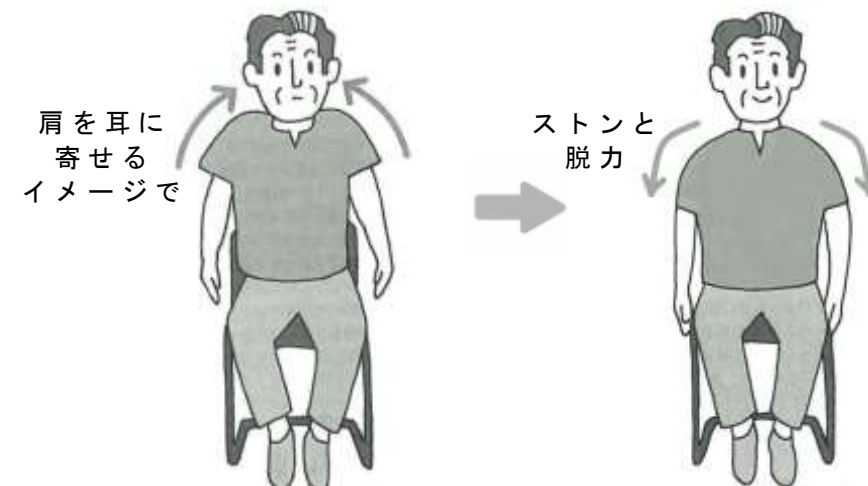
リラックスしたハンドル操作のために

肩まわり

肩まわりの筋肉がこり固まっていると腕の動きが悪くなるので、ハンドル操作を滑らかに行えるように、体操をしておきましょう。

両肩を上げるストレッチ

両肩が耳に近づくよう適度に力を入れて持ち上げ、ストンと脱力して肩を下ろす。力を入れて抜くという動作がポイント。これを3回繰り返す。



首を伸ばすストレッチ

耳の上あたりを手で押さえて、3秒かけて頭をゆっくりと横に倒し、ゆっくりと頭を起こす。交互に3回行う。



♪おすすめ簡単レシピ♪

蒸しなす

作り方

- ①なす1本の皮をむき、へたを切りおとし、塩水にくぐらせる
- ②ラップをぴっちり包み、耐熱皿に置く
- ③2分レンジ レンジで2分加熱（600W）
- ④ラップごと冷水につけて冷まし、ラップを外す
- ⑤食べやすく切り、おろししょうが、削り節、みそ、しょうゆをかける

温泉卵

作り方

- ①マグカップに水大さじ3を入れ、冷蔵庫から出したばかりの卵1個を割り入れる
- ②マグカップに小皿をかぶせる
- ③1分レンジ レンジで1分加熱（600W）
- ④だし小さじ1としょうゆ小さじ1/2をかける

