



福祉クラブ生協機関紙

# うえるびー

2025/No.395

FEBRUARY



福祉クラブ生活協同組合 〒223-0057 横浜市港北区新羽町 868 TEL045(547)1400 発行責任者 有賀恵子 <https://www.fukushi-club.net/>

## コミュニティワーク=地域ではたらく

福祉クラブ生協は、年齢を重ねても住み慣れた地域で暮らし続けるために、「困った時はお互いさま」「たすけあいは順番」、いずれ自分や家族も使う立場になることを想定して、サービスを必要とする人のサポートをしています。一般的な決まった仕事があり雇用されて働くのではなく、地域社会で必要とされるサービスやしくみを作るために、出資し、運営にも参加するW.Co(ワーカーズコレクティブ)という働き方です。少しの参加でも、あなたの居場所が福祉クラブにあります。

### 経験を活かせる場ができた

#### 「食事サービスW.Co」で調理



「ほっと」の仲間と松田さん(右端)

栄養士として透析専門医院で勤務していましたが、結婚を機に退職。子育ても一段落したころ、ママ友に誘われ、料理が好きだったこともあり、参加しました。

何かあ

ったら替り合える働き方と楽しくワークできるのが魅力です。組合員さんからの「おいしかった」の一言が励みです。 港北区「ほっと」松田

### 子育てしながらもワークできた

#### 「世話焼きW.Co」で消費材の仕分け、組み込み

2人兄妹(小1・年中)の子育てをしながら正社員勤務でしたが、上の子が小学生になるのを機に退職。藤沢センターでワークをスタートしました。

仲間は優しく、楽しく、無理強いしない。ワーク後は子どもたちとの時間を大いに楽しんでいます。共同購入の生産者の話を通して、子どもたちには自然や環境の大切さを学んで欲しいと思っています。 藤沢市「はまゆう」西村



組み込みをする西村さん

組込みをする西村さん

福祉クラブで小さな参加

私の参加の場が

# ココに ありました!

### 好きなことを活かした

#### 「移動サービスW.Co」

元々、人の世話と運転が好きでした。身近に高齢者や障がい者がいて、日



運転が好きな舟戸さん

頃から人の役に立つことや支えることに関心がありました。加えて家事介護W.Coの友人からの誘いで移動サービスを選びました。

外出が困難な方に外出する喜びと幸せを届けるため、コーディネーター、事務、ドライバーとして活動中です。

鎌倉市「らら・むーぶ・鎌倉」舟戸

### 地域や組合員さんの役に立てた

#### 「家事介護サービスW.Co」

「困った時はお互いさま」「誰かのお役にたてるなら」そんな気持ちで始めました。掃除や買

い物に「ありがとう」と

言ってくれる利用者さん。

メンバー同士では「週1回でもOK、急なお休みも助け合って」。本当にそうです。皆さんの優しさに囲まれて活動しています。メンバーも利用者さんも、W.Coはみんなが主人公です。

緑区「エプロン・みどり」中村



ワーク中の中村さん

今だけ 共同購入 最大5,000円値引き!

1 初回 加入特典 4,000円値引

2 初回 加入特典 1,000円値引

WEB加入から 万能つゆプレゼント!

福祉クラブ生協は こだわりの消費材を お届けします!

配達料 無料

資料請求でお試しキャンペーン

3種類から選べる人気食材セットが 500円!

納得・愛着・こだわりの消費材

# おいしいだけではない 漬物

生産者：株式会社浜食

市販の赤い福神漬を見慣れていると、まず色を見て驚く方がいますが、消費材の福神漬の茶色は、漬け込んである醤油の色。着色料を使っていない証拠です。原材料は国産の野菜、味付けは消費材の醤油と素精糖が主です。

一方、市販品の原材料は中国産が多く、合成着色料はもちろん、甘味料、酸味料、アミノ酸等を使用しているものがほとんどです。

素材を加工、製造する加工品ほど食品添加物が多くなる傾向があります。機会があれば、市販品と消費材の包装の裏面に記載されている表示を見比べてみてください。

(高橋)

## 市販のものと消費材の福神漬を比べてみよう

製造工程では事故のないよう細心の注意を払い、味付けには消費材の醤油・素精糖などを使用し、調味料はすべてNON-GMO。食品添加物を使わない安心へのこだわりがここにもあります。

す。野菜を生産する農家とのつながりを大事にして、「浜食」が厳選した野菜の種を農家に配り、低農薬栽培をお願いしています。農家の皆さんも「浜食」のこだわりに応じ、野菜に傷がつかないように、大切に育て収穫しています。



「浜食」は、昭和35年調布市で創業しました。以来、安心して食べられる漬物作りを続けています。

漬物の製造だけではなく、原料となる野菜にもこだわっています。

### 安心を追求して60余年

ごはんのお供に漬物。主菜ではないけれど、ちよつとあるとありがたい存在です。ご飯が少し残ったときにおいしい漬物で食事を食べるのもよいですね。名脇役的な存在の漬物生産者「浜食」を紹介します。

### 子育て世代を元気にする

## ＼みらい子ども・子育てサポート基金／

2~3月に寄付を受け付けます。詳しくは配布されるチラシをご覧ください。



### ■用途

- ①子ども食堂、学習支援、多世代交流などの活動団体への助成金として
- ②子育て中の方(CO-OP共済加入世帯)が、福祉クラブの家事や子育て支援等のサービスを利用した場合に補助する利用料金の一部として

■賛助会員を募集しています。  
個人賛助会員1口/2,000円  
団体賛助会員1口/5,000円

問合せ先  
045-547-1400

### 生産者おすすめ!



**福神漬** 細かく刻んで卵と混ぜ、卵焼きにしてもおいしいです。

### カレーには福神漬けが欠かせない!



### お弁当の一品に!



**刻みきゅうり漬**  
濃すぎない味付けが好評です。千切りのショウガがアクセントになって後引くおいしさ。

### ごはんのお供に!



**しば漬け**  
着色料不使用で、キュウリ、ミョウガなど、素材の色が残っています。さっぱりとした味付けが好評。

## —生きがい・充実感ある暮らしを一緒に考えましょう—

# 福祉クラブの公開講座(社会講座、実践講座)を開催します

2025年に団塊の世代が後期高齢者(75歳)に達し、介護や医療費などの急増が懸念されることから、日本の急激な高齢化は「2025年問題」と呼ばれています。2040年には団塊世代、団塊ジュニア世代を含む高齢者の増大と、長く続く少子化の影響から、超高齢・人口減少社会が到来します。これまで以上に市民一人ひとりが、さまざまな社会問題の解決に向けて行動することが大切です。

福祉クラブ生協は、世代を越えて一人ひとりが自分ごとと考えて、たすけあい・支え合う地域づくりの実現をめざします。同じ地域に住む組合員どうしが「たすけあいは順番、困った時はおたがいさま」として市民参加型のたすけあいをさまざまな形で実践しています。

それぞれの講座で自分にできることを学び、活動に参加してみませんか?



### 社会講座

「2025年問題」「2040年問題」と言われる超高齢・人口減少社会が間近に迫る中、社会保障、医療・介護問題などを一緒に学びます。

### 実践講座(2講座)

#### 1.「ボディメカニクス講座」

介助する側もされる側も身体に負担なくできる身体の使い方を、実技を通して学びます。

#### 2.「移動実践講座」

高齢者や障がい者の外出を車を使ってサポートする移動サービスの意義を知り、福祉車両や車いす操作など実践的に学びます。



↑  
参加はこちらから



# 福祉クラブ生協の 3つの住宅型有料老人ホーム No.31

## 試食付き見学・説明会を開催します

福祉クラブの入居施設は、「もう一つの我が家」として、入居者一人ひとりが自分らしく暮らせるよう、同じ組合員であるW.Coメンバーがサポートしています。これまでの説明会参加者から「暖かい雰囲気を実感できた」「消費材の手作りの食事がうれしい」と好評です。情報を集めておきたい、親族に紹介したい、などご家族の方の参加もお待ちしております。

「体験入居」「短期入居」(空き室がある場合のみ)も可能です

「きらり港北」には夫婦部屋もあります

参加申込・資料請求はこちらから→



### みのり藤沢 30室

2/15(土) ①11:30~ ②14:00~



所在地：藤沢市辻堂元町6-3-9  
アクセス：JR・小田急江ノ島線 藤沢駅北口  
1番バス乗り場高山車庫行  
「ソニー前下車」徒歩約10分  
申込・問合せ 0466-90-5094

### きらり港北 42室

2/23(日) 10:30~



所在地：横浜市港北区新羽町868  
アクセス：横浜市営地下鉄ブルーライン  
「北新横浜駅」より徒歩約10分  
「新羽駅」より徒歩約7分  
申込・問合せ 045-642-5320

### コア北鎌倉 20室

3/2(日) ①11:00~ ②14:00~



所在地：鎌倉市台5-2-3  
アクセス：JR大船駅から湘南モノレール  
「富士見町駅」より徒歩約5分  
申込・問合せ 0467-42-6810

\*午後の回の試食はありません。試食料金は各施設までお問合せください。  
\*感染予防対策のため人数制限をする場合があります。事前予約にて、参加希望数、試食希望数をお知らせください。

動画で分かる福祉クラブの入居施設 → 

各施設の詳細はHPへ → 

CO-OP共済

## コープ共済はインターネットで24時間申し込みOK!



スマホでもパソコンでもOKなのだ!

今すぐお申し込み



## 共済キャンペーン実施中!

2025年2月3日(月)~3月7日(金)

「たすけあい(ケガ・病気)」「あいぷらす(生命保障・がん)」「けが保険」「共済ハグくみ」

手軽な掛け金で幅広い保障で、組合員(および同一世帯の方)ならどなたでも加入できる福祉クラブの共済は、家族みんなが入れる「たすけあい」です。

「家族」一人ひとり加入していますか?

### 妊娠期から子どもの保障を考える

「ジュニアコース」(0歳~満19歳の加入で満30歳まで) NEW「お誕生前申し込み」も可能! 妊娠中でも加入できる「大人向けコース(女性)」

### シニアの保障を考える

満65歳の満期以降も保障を継続できる「プラチナ85」(満65歳~満70歳の加入で満85歳まで)

問い合わせ資料請求  
0120-50-9431

### 無料電話相談お受けします

福祉クラブ生協では、W.Co LPA(ライフプランアドバイザー)「ひとしあ」が、共済に関するさまざまなご質問やご相談を無料でお受けしています。まずは下記電話番号にお気軽にご連絡ください。「ひとしあ」の担当メンバーが折り返しお電話します。

045-547-1400(福祉クラブ生協本部)

組合員から「ありがとう」のメッセージ

- ずっと健康だったので、共済金を請求したことがありませんでしたが、75歳を過ぎてから白内障、膝の人工関節置換手術、がんと立て続けに手術をうけることに。年金生活者にとって、心強い助けとなりました。保障に入っておいて本当に良かったです。
- 夫が65歳で退職して年金生活となり、保障の縮小を考えていました。平均寿命や今後の健康状態次第では新たに加入できなくなったり、掛金が増えるリスクがあるとのアドバイスで終身医療を契約しました。プランの見直しがいよいよ良いですね。

# スマイルひろば

— 顔なじみのワーカーがつなぐ安心と信頼 —

ケアノートから



## 世話焼きW.Coから他の福祉サービスを紹介

週に一度、「こんにちは！」と消費材を届けている世話焼きW.Co。配達先の組合員の見守りにもなっていて、福祉クラブのさまざまなサービスの情報提供もしています。組合員と話す機会が一番多いW.Coです。

共同購入の利用を始めた頃、70代だった組合員Aさん。配達に行くと、「はい！」と元気よく受け取って下さいました。配達の際には、福祉サービスの情報もいろいろとご案内していたので、しばらくして、デイサービスを利用することになった時には、迷わず福祉クラブの「Dayひよし」を選ばれました。通い始めると、デイサービスでの様子を楽しそうに話してくれました。



その後、だんだんとひとりで歩くことが大変そうになり、配達に伺ったときにご本人の依頼で、ポストへ手紙を投函したり、近所に付き添って一緒に歩いたりすることもありました。体調が悪い時には、配達した消費材を冷蔵品・冷凍品・野菜に分けておくなどにも対応していました。

80代になると、週1、2回掃除などで家事介護サービス「いずみ」と、夕食は食事サービス「ほっと」を利用し始めました。毎週の配達では、お米、牛乳、ロールペーパーやティッシュを欠かさず利用。また、お花が好きで苗ものを共同購入して楽しまれていました。毎週

の配達と、家事介護、食事、デイサービスの4つのW.CoでAさんの暮らしを支えました。

また、一人暮らしの70代の組合員Bさん。日頃から配達時によく話をしている、消費材や福祉クラブのことを伝えています。圧迫骨折をされたときには、まず家事介護サービス「いずみ」に連絡しました。「いずみ」メンバーもすぐに駆けつけて、ケアマネジャーや包括支援センターなどへの連絡や、細かい手続きの対応をしてくれて、「福祉クラブに入っていて良かった」とおっしゃっていました。



W.Co同士、同じ福祉クラブの仲間だからこそ組合員に安心して紹介できます。また一人の組合員を一緒に見守れることが福祉クラブならではの良さだと思っています。

組合員が年齢を重ね、利用するサービスが変化しながらも、W.Co同士つながりがあることで信頼され、安心してもらえることに、世話焼きW.Coとしてのやりがいを感じます。日頃の配達を通して組合員との交流を大切に、「福祉クラブで良かった」との声を広げていきたいと思えます。(世話焼きW.Co「ひまわり」)

今日の W.Co

### 神奈川子育て支援w.co「ぽびん」 —子どもに寄り添った保育をめざして—



複合福祉施設「リアンかながわ」内の企業主導型の保育室です。預かり保育と、ご自宅に伺っての支援、産前産後ヘルパー派遣事業とニーズに合わせて活動しています。

「リアンかながわ」では、7つのW.Coが活動していて、小さなお子さんを持つ若い世代が安心して働けるように、同じ屋根の下で保育をしています。施設内の厨房で消費材を使った食事サービスW.Co「ぼとと」手作りの給食を食べ、小規模多機能サービスの利用者との交流しています。

また、近くの公園や地区センターのプレイルームを利用する等、地域にも

溶け込んで愛されています。子どもの個性に合わせた、楽しく、安心安全な保育を心がけています。(松下)



福祉クラブの消費材で作る

### おやつレシピ



#### お正月アレンジ 栗大福

- 材料(4個分)
- 栗きんとん 80g
  - 白玉粉 60g
  - ビートグラニュー糖 20g
  - 水 100cc
  - 片栗粉 適宜



- 作り方
- 白玉粉と砂糖を耐熱容器に入れ、水を少しずつ加えながら溶きのばす。
  - ラップをふんわりとかけ、600wの電子レンジで1分加熱したら一度取り出し、濡らしたゴムベラで全体を混ぜる。再度ラップをかけて1分加熱し、透明感が出てきたら取り出して全体を混ぜる。
  - 片栗粉をひいたラップの上に取り出し、全体に片栗粉をつけながらのばす。
  - 4等分し、栗きんとんを入れて包み、片栗粉をつけた手で形を整える。

<b>日吉センター</b> 横浜市港北区日吉5-21-31 TEL045-561-3030(代表) FAX045-564-9858(代表)		<b>鎌倉センター</b> 鎌倉市台5-2-22 TEL0467-48-3955(代表) FAX0467-48-3136(代表)		<b>初山センター</b> 川崎市宮前区初山2-1-7 TEL044-977-0705(代表) FAX044-977-2556(代表)		<b>藤沢センター</b> 藤沢市善行6-19-51 TEL0466-80-5710(代表) FAX0466-82-6975(代表)	
横浜市	港北区・鶴見区・南区・神奈川区・保土ヶ谷区	横浜市	栄区・金沢区・磯子区・港南区	横浜市	緑区・青葉区・都筑区	横浜市	戸塚区・旭区
川崎市	幸区・中原区・川崎区(一部)	鎌倉市	全地域	川崎市	高津区・宮前区・多摩区・麻生区	藤沢市	全地域
		逗子市	全地域			厚木市	全地域
		三浦郡	葉山町 横須賀市 一部			相模原市	南区 茅ヶ崎市 一部