

認定NPO法人じゃんけんぽん カフェ通信

近隣大家族

No one is alone here!! ~ここに孤独な人はなし~

~近隣大家族は、だれでもいつでも気軽に過ごせるみんなの居場所 この街で自分らしく生き抜くために~

~ご挨拶~ 春の日差しが心地良い季節となりました。自然の息吹から元気をもらいながら、生活リズムを整えましょう！食事大切ですね。近隣大家族のランチもご利用ください。

3月の近隣大家族の様子



3月15日
アロマの部屋「消毒スプレー作り」
手軽に持ち運べる手指消毒用のスプレーを作りました。お好みのアロマの香りのスプレーが完成し、みなさん満足そうでした。

3月17日
大正琴で歌おう！
Zoom を利用し、じゃんけんぽんの各事業所とつなぎながら、今回は居場所に足を運んで下さった数名の方も参加。演奏者のみなさんは「やっぱり目の前に聴いてくれる人がいるのは良いね！」と嬉しそうでした。



近隣大家族（棟高）では、体操着の有効循環を行っております。旧群馬町地域の小中学校の体操着が対象です。体操着を必要とされている方や提供できる体操着がある方は詳細はお気軽にお問合せ下さい。



第125号 2021年4月1日

発行/認定NPO法人じゃんけんぽん カフェ通信編集室

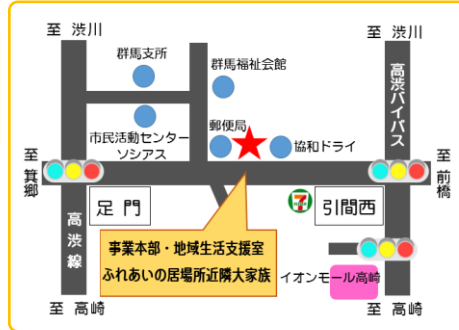
TEL: 027-350-3191

〒370-3521 高崎市棟高町 954-8

e-mail: kinrin@jankenpon.jp

~カフェ定休日: 土・日~

じゃんけんぽんHP



日替わりランチ

12:00~13:00 (売り切れ御免)



550円

- コーヒー ... 200円
- ホットケーキ ... 200円
- スイートポテト ... 100円
- バニラアイス ... 50円

※お茶はセルフサービス(無料)

※お得なチケット※

ランチチケット4枚+コーヒー券1枚⇒2,200円

コーヒーチケット5枚+コーヒー券1枚⇒1,000円

ご協力よろしくお祈いします。

●こどもの食支援ランチ・・・700円

↓ 食べて応援!

●子どもランチ・・・250円

《愛情こもってます》

日替わりランチ



4月のメニュー

月	火	水	木	金
栄養・運動・休息で抵抗力をつけましょう!				
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

《地域を見守るじゃんけんぽんの配食サービス》 配達日は月～金行きます。ランチと同じメニューです

こころまち弁当のご案内 昼夕配食

料金:1食 700円 配達エリア:旧群馬町エリア/旧箕郷町エリア

※市の補助弁当も行っています。本人負担350円

【お問合せ】認定NPO法人じゃんけんぽん事務局 ☎:027-350-3191



栄養バランスの良いお弁当は、産前産後のママさんにもオススメです!

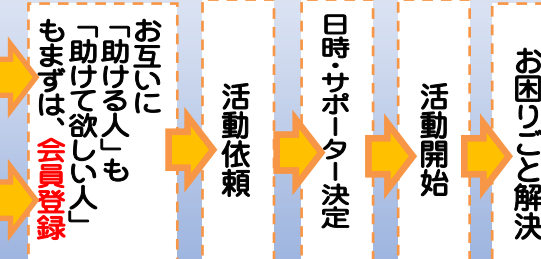
じゃんけんぽんの助け合い活動

いつかは私も助けてもらおうかも...でも今は出来ることを誰かのために...そんな方は非助け合い活動にご参加下さい!待っています。

ちょっとしたお困りごと・お願いごと・タダ(無料)では頼みにくいことを「お互いに助け合う」活動です。

困ったなあ!助けてほしい!!
誰か助けてくれないかしら!!
どうしたらいいのかしら??

私も何かしてあげられる!!
何か人の役に立ちたい!!
困ったときはおたがいさまで!!



サポーター大募集!!
助け合い活動のサポーター。今は誰かの為に! 時には自分の為に!

会員登録 1日1日何かのご縁で出会いがあり助け合いがあることにちなんで...

一般会員:5円(縁)×30日×12か月=1,800円(1年間) ※詳しい資料・説明は事務局までお問合せください。

《賛助金のお願い》

~じゃんけんぽんの活動賛同者として賛助金の寄付のお願い~

当法人は地域課題の解決に向けた活動を行うため、皆さまの貴重なご寄付を頂いております。地域に寄り添い変化していく法人であるよう頑張りますので今後も認定NPO法人じゃんけんぽんにご寄付頂けます様宜しくお願い致します。

1口:3,000円~(申込書は近隣大家族にて)

《賛助して頂いた方へ特典》
毎月発行カフェ通信近隣大家族をご自宅まで郵送。

~2021年3月度 賛助金寄付 15名~

賛助会員になって頂きましてありがとうございます。引き続き当法人を宜しくお願い致します。

キッチン調理

見守り弁当配達

お互い様助け合い活動

*居場所でのイベントボランティアも喜ばれています。

介護職員初任者研修(旧2級ヘルパー)

《講習期間》

- 1期 (5/11~7/27)
- 2期 (8/4~10/12)
- 3期 (10/19~12/23)
- 4期 (1/12~3/25)

■週に2-3日程度(動きながら受講可!)

■受講料 59,800円(税込)

〈対象者には補助金・割引制度あり〉

お問合せ 認定NPO法人じゃんけんぽん企画研修部

電話:027-350-3191 (担当:吉川)

介護初心者の方も安心して受講できる内容です。詳細はじゃんけんぽんのホームページからお電話で!

2021年度 受講生募集中!

《 今月のイベント紹介コーナー 》 是非参加して下さいね！

捕高

4月の予定

入場無料です。お気軽にお越し下さい。



月	火	水	木	金
ラジオ体操しましょう! 毎朝9:30~ ポイントを集めてコーヒー券をもらおう。			1 《囲碁将棋の日》 10:00~	2 楽しい漢方のお話 テーマ「かくれうつ病」 13:30~
5 D'sカフェ《認知症カフェ》 10:00~12:00	6 コーヒー・紅茶 半額の日	7 《大正琴練習会》 13:30~	8 《囲碁将棋の日》 10:00~	9 コーヒー・紅茶 半額の日
12 おとなのぬりえ 13:30~	13 ありがとう 13:00~14:00	14 アコーディオンで歌おう 14:00~	15 《囲碁将棋の日》 10:00~	16 チャリティー プランツアート ①10:00~12:00 ②13:00~15:00
19 アロマの部屋 みつろうクリーム作り 10:00~12:00	20 ありがとう 13:00~14:00	21 大正琴で歌おう 14:00~	22 《囲碁将棋の日》 10:00~	23 みえこさんの保健室 11:00~14:00
26 リフレッシュ体操 14:00~	27 手作り品バザー 9:30~14:00	28 《大正琴練習会》 13:30~	29 《囲碁将棋の日》 10:00~	30 コーヒー・紅茶 半額の日

【お問合せ】 認定NPO法人じゃんけんぽん カフェ通信編集室 ☎:027-350-3191

D's カフェ (ディースカフェ)
4月5日(月)
10:00~12:00
「認知症のご本人」・「介護者」・「認知症について話したい方」等どなたでも参加OK

居場所は、体温測定、手指消毒、マスク着用、換気などの感染症予防に努めて開いていますが、状況によっては予定していたイベントを中止しなければならない可能性もございます。日が迫ったイベントの開催の有無については、お気軽にお電話でお問合せ下さい。居場所の人数が15人を超える場合は入場制限をさせていただきます。

おとなのぬりえ
4月12日(月) 13:30~

チャリティープランツアート
4月16日(金)
①10:00~12:00 ②13:00~15:00

「子供の食支援」応援企画です。こどもの食支援募金(1口150円)1口以上のご寄付で草花を使ったワークショップができます。
*密にならないよう、時間をずらしての参加をお願いすることがあります。
*材料がなくなり次第終了。

アロマの部屋
みつろうクリーム作り
4月19日(月) 10:00~
定員 5名
参加費 750円

「歌おう」イベントは30分~40分
*距離を取って *マスクはしたまま

アコーディオンで歌おう
4月14日(水) 14:00~

大正琴で歌おう
4月21日(水) 14:00~

じゃんけんぽんの介護支援専門員による個別相談受付
~随時個別相談に応じます~
じゃんけんぽんの介護支援専門員がご相談に応じます。家族が認知症で困っている。ご家族に障害者がいる等、高齢者・障害者のちょっとした困り事・相談がある方は、下記連絡先にお電話下さい。
☎:027-350-3193 (生活支援室)

リフレッシュ体操
4月26日(月)
14:00~
体を動かしてリフレッシュしましょう! 定員6名

みえこさんの保健室
4月23日(金)
11:00~14:00

手作り品バザー
4月27日(火)
9:30~14:00
素敵な手作り品がいっぱい! 個人的なオーダーもご相談ください。出品したいという方も募集中です!

介護の新しい資格

生活援助従事者研修

2021年度もじゃんけんぽんで受講できます。

2018年から新たに創設された公的資格です。(群馬県介護員研修事業指定)

生活援助従事者研修って?
掃除・洗濯・調理などの家事援助を中心としたサービスの担い手を育成するための研修です。地域の高齢者の暮らしをささえるお手伝いしていませんか?

どんな研修なの?
受講時間は59時間
週1~2回の通学で取得できます。
1日コース: 講義9日 演習+実習1日 (9:00~16:10) 合計10日間の講習です
半日コース: 講義18日 演習+実習1日 (9:00~12:10) 合計19日間の講習です

開講スケジュール
第1期(1日コース)
2021年4月9日~5月21日
第2期(半日コース)
2021年6月24日~9月28日
第3期(1日コース)
2021年10月7日~12月8日

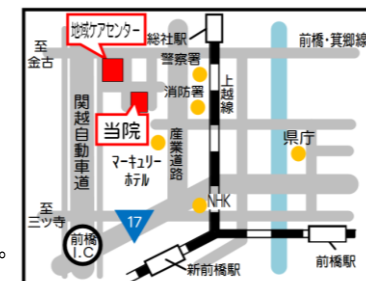
受講料・会場
受講料 10,000円 (実習費・消費税込)
テキスト代 2,750円 (消費税込)
講義 じゃんけんぽん国府研修センター (高崎市引間町2-2)
会場 演習 じゃんけんぽん大和根前橋地域交流室 (前橋市上新田町881)

お気軽にご連絡下さい! お問合せ お申込み TEL 027-350-3191

まちのお医者さん 紹介コーナー
地域社会の医療と福祉に貢献すべく診断から介護まで...患者を主体とする総合的医療を私達は実践しています。

医療法人 **関越中央病院**
内科 循環器科 呼吸器科 内分泌(糖尿病)科 腎臓・透析科 消化器科 胃腸科 アレルギー科
外科 心臓血管外科 呼吸器外科 脳神経外科 整形外科 リハビリテーション科 泌尿器科
肛門科 乳腺科 甲状腺外科 放射線科 訪問診療 人間ドック 職域検診 デイケア

《診療時間》
午前 9:00~11:45
午後 2:00~4:30
(土曜日:AM11:30迄診療)
《休診日》
土曜午後・日曜日・祝日
※土曜午後・日曜・祝日は、急患のみ対応させていただきます。
〒370-3513 高崎市北原町71
TEL (027) 373-5115(代) FAX (027) 372-2829



まちの矯正歯科医院 紹介コーナー
当院は、その方の生活環境やご希望にあった治療の方法をご提案しております。歯並びやかみ合わせの事でお悩み・お困りでしたらお気軽にお問合せ・ご相談下さい。

さわだあや矯正歯科
SAWADA AYA ORTHODONTIC CLINIC
院長 澤田 綾
【診療時間】
10:00~13:00 月 火 水 木 金 土 ※
14:00~18:30 月 火 水 木 金 土 ※
14:30~19:30 月 火 水 木 金 土 ※
※第2,4,5土曜 9:00~13:00 14:00~18:00
【休診日】
水・日曜・祝日 第1,3土曜
詳しくはホームページをご覧ください。
www.sawadaaya.jp
〒370-3523 高崎市福島町739-21 ☎:027-368-0371