

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、誰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~



《LPレコードの会》  
懐かしいの曲を皆さん  
で聴きました。

↑LPレコード



↑《世界遺産の勉強会 6/27》  
富岡製糸場世界遺産伝道師協会  
伝道師 福田 友三郎さんをお迎えし、  
富岡製糸場と絹産業遺産群の勉強会  
を行いました。皆さん熱心に聴いていました。

【伝道師】  
福田 友三郎さん



↑《マンナパン販売》  
毎週火曜日に販売中。  
おいしいパンはいかが？

←《認知症カフェ》  
毎週月曜日に  
「認知症カフェ」を  
開催しています。  
参加希望の方は  
お気軽にお越し下さい。



蒸し暑い日が続いていますが、夏バテしていませんか？  
のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をして、熱中症を予防  
しましょう。夏休みになりました。ぜひ小学生も近隣大家族に遊び  
にいらしてくださいね。

~今月の近隣大家族~

ついに、富岡製糸場と絹産業遺産群が世界遺産になり、6/27  
に勉強会を行いました。ぜひ富岡製糸場に行ってみましょう。

認知症カフェも毎週月曜日に実施中です。

当法人の施設管理者及びご利用者様も参加しています。



第45号 2014年8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: mesaki@jankenpon.jp

~ 今月のカフェ定休日: 土・日 ~

《地域を見守るじゃんけんぽんの配食サービス》

## こころまち弁当のご案内

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 250円。配達は月~金行きます。

8月のメニュー

縁結び弁当 300円・400円もできます。

年末年始はお休みです。ランチも同じメニューとなります。

月	火	水	木	金
管理栄養士より一言 《のどが渇く前に水分補給をしましょう》 汗には塩分が含まれています。大量の汗をかいたら水分とともに塩分を摂りましょう。 ビールやアルコール飲料はかえって体内の水分を出してしまうため水分補給にはならず、危険です。また、 高齢者は喉の渇きを感じにくい傾向があるので、こまめに水分補給をしましょう。寝る前も忘れずに!!				
4	5	6	7	8
カニ玉・梅和え ロールキャベツ煮 枝豆入りひじきサラダ	鯖のおろし煮 切干大根の煮物 なめたけ和え・浅漬け	豆腐ハンバーグ ちくわの煮物・甘酢漬け ごま味噌和え	うどん 天ぷら・お浸し 高野豆腐の煮物	筑前煮 水餃子・浅漬け トマトサラダ
11	12	13	14	15
ちらし寿司・すまし汁 えびの包み揚げ・トマト 里芋煮・ごま和え	マーボーなす 厚焼卵 ポン酢和え・煮豆	蒸し魚のねぎソース がんもの煮物・ごま酢和え マカロニサラダ	豆腐のひき肉包み揚げ かぼちゃ煮・酢味噌和え もやしサラダ	肉じゃが なすのみそ炒め 春雨サラダ・お浸し
18	19	20	21	22
うどん 天ぷら・お浸し 豆腐きんちゃくの煮物	生姜焼き ナポリタン・酢の物 卵と青菜の和え物	チンジャオロース みそ田楽・人参サラダ たくあん和え	魚のトマトソース 厚揚げの煮物 お浸し・梅和え	カレーライス・福神漬け ハンバーグ きのこソテー・ゆかり和え
25	26	27	28	29
焼き魚・ポン酢和え ひじきの煮物 南瓜サラダ	うどん・お浸し 肉詰めいなりの煮物 ポトのそぼろあん・トマト	肉豆腐 人参と卵の炒め物 ポテトサラダ・みぞれ和え	鶏肉の香味ソース なすの煮物 辛子和え・ナムル	焼さんまのサラダ風 かぼちゃのいとこ煮 カニカマサラダ・お浸し

【お申込・お問合せ】  
NPO 法人じゃんけんぽん カフェ通信編集室 (担当: 目崎)

☎: 027-350-3191

## 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うかも...でも今は出来ることを誰かのために...  
そんな方は是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??

「助ける人」も  
「助けられる人」も  
まずは、会員登録

活動依頼  
日時サポーター決定

活動開始  
お困りごと解決

住み慣れた地域で自分  
らしく生き抜く為のお互  
いの助け合い活動。

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・説明は事務局迄お問合せ下さい。

## 《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。

~ H26年7月度 賛助金寄付 39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。

介護の資格を取得してみよう! 何か資格に挑戦したい!

そんな方は是非一度お電話下さい。初任者研修開催中です。  
9月~2月の間で無理なく取得できます。まずはご相談下さい。

お問合せ NPO 法人じゃんけんぽん事務局  
電話: 027-350-3191 (担当: 青木)

介護職員初任者研修  
(旧2級ヘルパー)

受講生募集中!!

※ 現在7月コース開催中!

《講習期間(3コース)》

9月コース(9/8~11/20)

11月コース(11/5~1/23)

1月コース(1/8~3/19)



