

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~



《夏休みワークショップ》→
夏休みワークショップが開催され、風鈴作りやエコバック作り、消しゴムはんこ作り等を行いました。地域の子どもたちが挑戦しました。



朝夕は幾分しのぎやすくなりましたが、皆さんはいかがお過ごしですか。秋が近づいていますが、まだまだ残暑が続きます。気温の変化で体調を崩さないよう皆さんお気をつけ下さい。
~今月の近隣大家族~
地域のいきいきサロンや観音寺東地区のお祭り、小学生の夏休みも重なり、子どもからお年寄りまで様々な年代の地域の方で居場所がにぎわいました。

《いきいきサロン》

観音寺東地区のいきいきサロンが開催されました。



↑《観音寺祭り》
毎年恒例観音寺東地区のお祭りで子ども神輿が居場所に来ました。

《紙芝居ラト》

夏休み企画で紙芝居ラト。轟さんによる紙芝居。子どもからお年寄りまでみんなで楽しみました。

ぐんぐんの子どもたちが作ったミニマグネット

ミニマグネット

好きな色をおっかが?



~近隣大家族~
今月の一押し
1個:20~50円

《近隣大家族メニュー》

- 飲み物(珈琲・紅茶等) ... 200円
- とっておきランチ ... 450円
- チーズケーキ ... 150円
- キュービックケーキ ... 150円

~介護雇用プログラムのご案内~

期間2014/9/1~2015/2/28 募集人数10名

当法人で仕事をしながら介護の資格(初任者研修)が無料で取得できます。

~応募条件~ 現在求職中であること

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)

今まで介護の仕事の経験のない方でも基礎から学習でき、資格取得ができます。実際の仕事を通して、介護の仕事についても理解ができ、その後の就職にも活かします。ぜひご検討下さい。
※介護資格取得にかかる受講料の負担はありません。

第46号 2014年9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 高崎市榎高町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。

9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
1 ひれかつのトマトソース マッシュポテト しらすおろし・ポン酢和え	2 豚肉と玉ねぎの卵とし 水餃子・お浸し トマトサラダ	3 さんまの梅煮 炒り豆腐・辛子和え かぼちゃサラダ	4 うどん 天ぷら きんぴら・お浸し	5 豚肉となすの味噌炒め 厚焼卵・なます なめたけ和え
8 ハンバーグ和風ソース 高野豆腐の煮物 煮びたし・たくあん和え	9 魚の甘酢あんかけ 切干大根の煮物 カニカマサラダ・浅漬け	10 ゆかりご飯・芋煮 豆腐の落とし揚げ 人参サラダ・ナムル	11 手作りしゅうまい がんもの煮物 みぞれ和え・煮豆	12 チンジャオロース 大根とツナの煮物 ごま和え・酢の物
15 鮭寿司・すまし汁 肉詰めいなりの煮物・煮豆 きのこのソテー・辛子和え	16 茹で豚・酢味噌和え こんにゃく煮マカ ロニサラダ	17 高野豆腐の卵とし みそ田楽 ポン酢和え・お浸し	18 魚のムニエル 厚揚げの煮物・梅和え ポテトサラダ	19 肉豆腐・甘酢漬け 人参と卵の炒め物 ごまみそ和え
22 カニ玉・柴漬け和え 豆腐きんちゃくの煮物 春雨サラダ	23 うどん 天ぷら・お浸し さつま芋のしモン煮	24 肉じゃが・酢の物 キャベツのカレー炒め ひじきサラダ	25 マーボー豆腐 ちくわの煮物 もやしサラダ・ゆかり和え	26 さんまのかば焼き風 かぼちゃ煮 ごま酢和え・お浸し
29 肉団子の甘酢あんかけ ひじきの煮物 お浸し・梅和え	30 焼き魚 ちくわとじゃが芋煮 中華和え・浅漬け	疲れたときは甘いものが食べたくなり、糖分は即効性がありますが、たんぱく質・ビタミン・ミネラルを含む下記の食材は夏の疲れやだるさに効くので普段からバランスよく摂ることで疲れにくくなります。 【卵・にんにく・豚肉・レバー・はちみつ・貝類・いか・たこ・栗・枝豆・グリーンピース・オクラ等】		

【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??

「助け合い」も
「助けて欲しい人」も
まずは、会員登録

日時サポーター決定
活動依頼

活動開始
お困りごとの解決

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8月度 賛助金寄付 12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。

9月の予定

みなさんの「やりたいこと」をどんどんご提案下さい。
一日一日を大切に元気に過ごしましょう!!



月	火	水	木	金
1 《認知症カフェ》 10:00~12:00 《カラオケしましょう》 13:30~15:30	2 《マンナパン販売》 11:30~	3 《ゆるり体操》 10:00~11:00 《大正琴練習会》 13:30~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	4 《囲碁将棋の日》 10:00~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	5 《おっちょ塾》 19:00~21:00
8 《認知症カフェ》 10:00~12:00 《懐かしの歌の会》 13:30~14:30	9 《マンナパン販売》 11:30~ 《懐かしの映画会》 13:30~	10 《詩吟の会》 13:30~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	11 《囲碁将棋の日》 10:00~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	12 ハーモニカ演奏会 14:00~15:00 《おっちょ塾》 19:00~21:00
15 《認知症カフェ》 10:00~12:00 《カラオケしましょう》 13:30~15:30	16 《マンナパン販売》 11:30~ 《晴子さんと一緒に歌いましょう》 10:20~	17 《ゆるり体操》 10:00~11:00 《大正琴練習会》 13:30~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	18 《囲碁将棋の日》 10:00~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	19 《ラフターヨガ》 10:30~11:30 《おっちょ塾》 19:00~21:00
22 《認知症カフェ》 10:00~12:00 《カラオケしましょう》 13:30~15:30	23 《ギター漫談》 ヨロコンデぶっち 13:30~14:30 《マンナパン販売》 11:30~	24 《詩吟の会》 13:30~ 地域サポート ミーティング 18:00~20:00	25 《囲碁将棋の日》 10:00~ 《おっちょ塾》 19:00~21:00	26 《エコクラフトで バック作り》 10:00~12:00 《おっちょ塾》 19:00~21:00
29 《認知症カフェ》 10:00~12:00 《マーじゃん教室》 13:00~16:00	30 《マンナパン販売》 11:30~	地域サポートミーティング 9月24日(水) 18時~20時(予定) 区長・民生委員・社協・行政職員の皆さん。地域の為に協力し合えることを集まって お話ししましょう。制度ではカバーしきれない隙間を地域の力で埋めていく。地域で困 っている人の声に耳を傾け自分ができることを進んで行く。こんな活動の中に「助け合 う心」が生まれてくると思っています。ぜひご参加下さい。		

20(土)
楽しい漢方
のお話し
13:30~

【お申込・お問合せ】

認定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

ヨロコンデぶっち
「ギター漫談・即興演奏」
9月23日(火)
13:30~14:30

いろいろな歌
を歌います。
いろいろなこと
を話します。
笑顔あふれる
コンサート!



毎週木曜夜8時 前橋シティエフエム(84.5MHz)
で「GOOD TIME GOOD SMILE 木曜8時は
ヨロコンデ!!」(ラジオ)隣の珈琲館前橋プラザ店
から公開生放送いたします!ぜひ遊びに来てね。

ハーモニカの会
9月12日(金) 14:00~15:00
明るく、楽しく、
元気よく、
みんなで歌おう!

群馬町ハーモニカフレンズの皆さんによる演
奏会!60曲のレパートリーからリクエストに
応え、演奏して下さいます!お楽しみに!

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
相談に応じます。家族が認知症で困
っている。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ごと
等相談がある方は下記連絡先までお
電話下さい。

☎: 027-350-3193 (生活支援室)

館林厚生病院
岸 奈治郎 先生の
楽しい漢方のお話し

9月20日(土) 13:30~
個人的な相談もOKです。いつまでも
元気でいつづけるためにあなたの悩みに
丁寧に応えてくれます。



身近な漢方の話です。週 1 回火曜日は
河内循環クリニックで診察しています。

エコクラフトでバック作り
9月26日(金) 10:00~
材料費 500円
みなさん一緒に作りましょう



ご寄付について

「法人が認定NPOじゃけんぽんの特定非営利
活動に係る事業に関連する寄附をした場合」
活動に係る事業に関連する寄附をした場合
一般寄附金の損金算入限度額(※1)とは別に、
特定公益増進法人に対する寄附金の額と合わせ
て、特別損金算入限度額(※2)の範囲内で損金
算入が認められます。また、寄附金の額の合計額
が特別損金算入限度額を超える場合には、その超
える部分の金額は、一般寄附金の額と合わせて、
一般寄附金の損金算入限度額の範囲内で損金算
入が認められます。

「相続財産寄付をした場合」
相続人が、相続した財産を一般のNPOに寄附
をする。相続税の課税対象になってしまいます
が、認定NPO法人に寄附をした相続財産は相続
税が非課税になります。遺産相続は受けたもの
の、相続税が払えずに物納あるいは放棄しなくて
はならない方などにとっては、節税と社会貢献が
一緒にできます。
例：3億円の相続財産があった場合、うち1億円
を認定NPO法人に寄附
→相続税の課税対象額は「2億円」になります。

《寄付について》
じゃんけんぽんはみなさまより貴重なご寄付を頂
き住み慣れた地域でいつまでも元気に生きぬくた
めの活動を行っております。皆様には深く感謝申
上げます。
皆さんの貴重なご寄付は地域活動への社会貢献
と共に、ご本人も節税対策にもなります。
そこで、認定NPO法人であります、「じゃんけ
んぽん」に寄付をするごどんなメリットがあるの
か。今回は相続財産の寄付と法人の寄付について
ご説明いたします。

(※1) 一般寄附金の損金算入限度額

損金算入限度額とは、普通法人の場合、次の算式により求められた金額をいいます。
＜算式＞ (資本金等の額×0.25%+所得金額×2.5%) ×1/4

(※2) 特別損金算入限度額

特別損金算入限度額とは、普通法人の場合、次の算式により求められた金額をいいます。
＜算式＞ (資本金等の額×0.375%+所得金額×6.25%) ×1/2
(注) 事業年度が1年未満である場合には計算式が異なります。

節税と社会貢献が一緒にできる相続財産寄付や損金算入でき
る寄付等、寄付控除の詳しい内容についての相談もお受け致
します。地域の活動に貴重なご寄付をお願いします。

認定NPO法人じゃんけんぽん本部事務局

☎ 027-350-3191 (担当:目崎)

まちのお医者さん紹介コーナー

歯の病気や、お口のお悩みなど患者様の症状を
よく聞き、丁寧な説明と治療を心がけております。
現在院長、歯科衛生士3名のスタッフにて地域の
皆様に信頼される歯科医院を目指しております。
いつまでも、ご自分の歯でおいしく食べられるよう
に歯と歯茎の健康づくりに努めていきましょう!

小池 歯科医院

《受付時間》
午前 9:00~12:30
午後 2:30~ 6:30
《休診日》
日曜/祭日/木曜・土曜午後
※ 祝祭日がある週は木曜が
一日診療になります。

高崎市棟高町 953-1 ☎ 027-373-8681

まちの企業紹介コーナー

そばげん

各種自作のヒットメニューは食する価値あり
のモットーでお客様に愛され31年。これからも
頑張ります。今後とも宜しくお願いします。

↑ディスプレイ
石臼自家製粉機

《そばげんの特長》
・石臼挽きそば粉使用
・独自の低温熟成うどん
(地粉使用)
・麺とご飯の豊富なセットメニュー

☎ 027-372-0619

高崎市棟高町952-5 旧群馬町役場入口角(棟高郵便局前)
HP: http://www.2s.biglobe.ne.jp/~sobagen/