

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~ 田植えが完了し、青々とした田んぼが広がる景色を見てみると元気に育とうとする稲からパワーをもらえるような気がします! 雨の日も多いこの時季ですが、梅雨の晴れ間にはぜひ近隣大家族に遊びに来てください。



←「オカリナ演奏会」

息の合った演奏について聞き惚れてしまいました。演奏して下さったのは「土の音」の皆さん! 演奏だけでなく衣装も素敵でした。



《やるベンチャー》→

群馬南中学校の5名の生徒さんが職業体験に来てくれました。日頃から居場所を利用して下さっている方々とゴーヤの苗を植えたり雑巾を縫ったりしながら、交流の機会を持っていただきました。若い力に元気ももらえた一日でした。また、是非遊びに来てください。



←「もっていきん祭」

文房具・本・食器・衣類に電化製品など、掘出し物を探すのが楽しいイベントです。次回...7月25日(火) 10:00~



ボランティア募集中!
あなたの力が必要です



キッチン調理



お互い様
助け合い活動

見守り
弁当配達

送迎ボランティアも
募集中!!



お気軽にお問合せください。
TEL:027-350-3191

**介護職員初任者研修
(旧2級ヘルパー)
29年度 受講生募集中!!**

《講習期間》

- 6月コース (6/15~9/4)
- 8月コース (8/17~11/2)
- 10月コース (10/26~1/23)
- 1月コース (1/12~3/28)

■週に2-3日程度 (働きながら受講可!)
 ■受講料 **59,800円**(税込) 詳細はじゃんけんぽんのホームページかお電話で!
 <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:青木・小松)

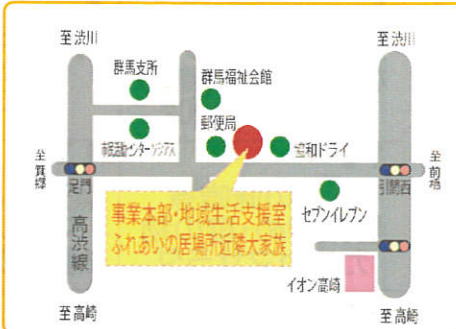
発行/認定NPO法人じゃんけんぽん カフェ通信編集室

TEL: 027-350-3191

〒370-3521 高崎市棟高町954-8

e-mail: kinrin@jankenpon.jp

~ 今月のカフェ定休日: 土・日 ~



日替わりランチ

12:00~13:00 (売り切れ終了)



500円

コーヒー ... 200円
プチデザート ... 100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⇒2,000円

コーヒーチケット5枚+コーヒー券1枚⇒1,000円

近隣大家族

誰でも気軽に過ごせるみんなの居場所です。ここでの出会いをきっかけに沢山の繋がりが生まれています。

顔の見える付き合いが安心・安全な地域を作る



今井さん

身体に障害を持ち、日常生活において、他の人の手を借りることが多い今井さんは、近隣大家族がオープンした頃から、仕事が休みの時などに足を運んで下さっています。今井さんは、「近隣大家族で顔なじみになった人が、よそで声を掛けてくれたりする。誰でも受け入れてくれる居場所の雰囲気は、住民同士の顔が見える付き合いを可能にしてくれるので、安心して住める地域を作るにはこうした拠点が欠かせないだろう。」

と話してくださいました。

付き合いの長い
キッチンボランティアさんと

世代を超えた交流が子供の心を育てる

2016年5月号のカフェ通信で紹介した、有路さん(97)と、かりんちゃん(9)の交流は、一年前に始めた交換日記と共に続いています。かりんちゃんの母親は、有路さんとの交流を通して、かりんちゃんの心の中に『思いやり』の気持ちが大きくなったのを感じたと言います。たまに会う実のおばあちゃんに対しても、立ち上がる時に支えてあげたりなど、自然に労われるようになった姿に感動したそうです。



1年前の2人



かりんちゃんも三年生になりました!

「近隣の 人々ここに 集い来て 家族のように 心通わす」田口さん作
「大家族」のように繋がることで、住みよい地域を作っていきましょう!!

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??

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!!

「お互いに助けて欲しい人」も
「お互いに助けて欲しい人」も
もまらずに、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様の助け合い活動。

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・説明は事務局までお問合せ下さい。

《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。

~ H29年5月度 賛助金寄付 9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。

《 今月のイベント紹介コーナー 》 是非参加して下さいね！

棟高

6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
地域の居場所(近隣大家族)です！ お互いのつながり作りに活用して下さい！			1 《囲碁将棋の日》 10:00～	2 コーヒー・紅茶 半額の日
5 《朝市》9:00～ D'sカフェ《認知症カフェ》 10:00～12:00	6 《マンナパン販売》 11:30～	7 《大正琴練習会》 13:30～	8 《囲碁将棋の日》 10:00～	9 みんなで歌おう 10:00～11:30 楽しい漢方のお話 テーマ「むくみ」13:30～
12 《朝市》9:00～ D'sカフェ《認知症カフェ》 10:00～12:00	13 《マンナパン販売》 11:30～ アコーディオンで歌おう 14:00～15:00	14 《みんなの映画会》 13:30～	15 《囲碁将棋の日》 10:00～	16 三味線で歌おう 13:30～
19 《朝市》9:00～ マージャンしましょう 13:00～	20 《マンナパン販売》 11:30～	21 気軽に元気体操 10:30～11:00 《大正琴練習会》 13:30～	22 《囲碁将棋の日》 10:00～	23 《ラフターヨガ》 10:30～11:30
26 《朝市》9:00～ カラオケしましょう 13:30～	27 《マンナパン販売》 11:30～ 手作り品バザー 9:30～14:00	28 コーヒー・紅茶 半額の日	29 《囲碁将棋の日》 10:00～	30 みえこさんの保健室 11:00～14:00

【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

《愛情こもってます》

日替わりランチ



6月のメニュー

月	火	水	木	金
《旬の野菜》は、体を整える強い味方で、今月は、いんげん・ピーマン・人参などが挙げられます。現在では農業技術のおかげで1年を通して様々な野菜を楽しめますが、旬のものは約3倍もビタミン・ミネラルが含まれています。意識して食事にとり入れ、これからの夏本番に備えましょう。			1 肉じゃが 厚焼き卵・お浸し ごぼうサラダ	2 焼き魚 豆腐さんちやくの煮物 かぼちゃサラダ・甘酢漬
5 豆腐ステーキのソース なすとピーマンの味噌炒め 人参サラダ・梅和え	6 メンチの甘辛煮 煮豆・サラダ 辛子和え	7 魚の西京焼き 人参と卵の炒め物 ゆかり和え・お浸し	8 ゆで豚 かぼちゃのカレー煮 なます・なめたけ和え	9 親子煮・温野菜サラダ ほうれん草のソテー きのこの胡麻和え
12 さばの味噌煮 野菜炒め・酢の物 カニカマサラダ	13 煮込みハンバーグ マッシュポテト 胡麻和え・浅漬	14 うどん 天ぷら・お浸し 高野豆腐の煮物	15 魚の野菜あんかけ ひじきの煮物・ポン酢和え マカロニサラダ	16 肉豆腐・酢味噌和え さつま芋のレモン煮 なめたけおろし
19 肉団子の甘酢あん 厚揚げの煮物 春雨サラダ・ピーナッツ和え	20 カレーライス・福神漬 えびしゅうまい コールスロー・お浸し	21 麻婆豆腐・がんもの煮物 きゅうりの和風サラダ なすの胡麻和え	22 豚肉と玉ねぎの卵とし きんぴらごぼう ポテトサラダ・みぞれ和え	23 白身魚のムニエル 人参のグラッセ ひじきのサラダ・浅漬
26 かに玉 かぼちゃ煮・酢の物 キャベツのさっぱり和え	27 ゆかりご飯・すまし汁 豆腐の包み揚げ・煮豆 大根おろし・中華和え	28 筑前煮 きのこのソテー トマトサラダ・たくあん和え	29 豚肉の生姜焼き 大根とツナの煮物 ごま和え・浅漬	30 うどん 天ぷら みそ田楽・お浸し

《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

※市の補助弁当も行っていきます。本人負担350円

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

【お申込・お問合せ】

認定 NPO 法人じゃんけんぽん事務局

☎: 027-350-3191



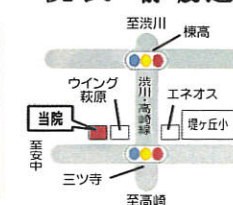
まちのお医者さん紹介コーナー

小児からお年寄りまでお口の健康をサポート致します。親切丁寧に対応させていただきます。

しずか歯科医院

義歯(入れ歯)でお困りの方は是非一度、使っている入れ歯をお持ちになって当院に相談にいらして下さい。お悩み解消するかもしれません！親身に根気よく相談にのらせて頂きます。

診療科目 一般歯科 小児歯科
院長: 静勝道



診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00 ~ PM 12:30	○	○	○	○	○	○
PM 2:30 ~ PM 6:30	○	○	△	○	○	※1

※1:土曜午後は4:00迄 《休診日》 日曜・祝祭日・水曜午後

〒370-3525 高崎市三ツ寺町 1179-1 ☎(027) 372-2081 ご予約下さい

まちの企業 紹介コーナー

鮮魚を中心とした手造り料理と炭火焼きのお店です。お客様の雰囲気をご存分に醸し出して、楽しんでいただけたら幸いです。

かも 醸しや大澤

営業時間
ランチ 11:00～13:30 (ラストオーダー)
夜 17:00～22:30 (ラストオーダー)

定休日 月曜日

☎: 027-373-2234



高崎市棟高町1184-2 イオンモール高崎近く

D's カフェ (ディーズカフェ)

6月5・12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

アコーディオンで歌おう

6月13日(火) 14:00～15:00

アコーディオンの音色に合わせ、みんなで楽しく歌いましょう。

みんなで歌おう

6月9日(金)
10:00～11:30

『楽勝クラブ』の皆さんと一緒に、元気に歌って、楽しい時間をすごしましょう！

楽しい漢方のお話

6月9日(金) 13:30～

今回のテーマ 「むくみ」
個人的な相談もOK!!
希望者には無料でお灸サービスも☆

みんなの映画会

6月14日(水) 13:30～

気軽に元気体操

6月21日(水) 10:30～11:00

*今月より水曜日の午前中になりました!

三味線で歌おう

6月16日(金) 13:30～

民謡など、懐かしい歌と一緒に歌いましょう!

手作り品バザー

6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下さい。

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)

ラフターヨガ

6月23日(金)
10:30～11:30

みえこさんの保健室

6月30日(金)
11:00～14:00

健康に関して気がかりな事はありませんか？
看護師で助産師の高津三枝子さんが相談に応じてくれます。