

認定NPO法人じゃんけんぽん カフェ通信
地域支え合いセンター
「近隣大家族」
 No one is alone here!! ~ここに孤独な人はなし~

第8号 2016年1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: 027-343-3111
 〒370-0882 高崎市金井淵町137-5
 e-mail: mesaki@jankenpon.jp
 ~ 今月のカフェ定休日: 土・日 ~

~地域支え合いセンター(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 いつでもどうぞ~
 ~この街で自分らしく生き抜くために 地域で支え合う街づくり 皆で声掛け合い元気に過ごせる~

謹賀新年



あけましておめでとうございます
 昨年は大変お世話になりました
 本年も宜しくお願い致します



《ラフターヨガ》→
 たくさん笑いながらみんなで楽しく
 体操をしました☆



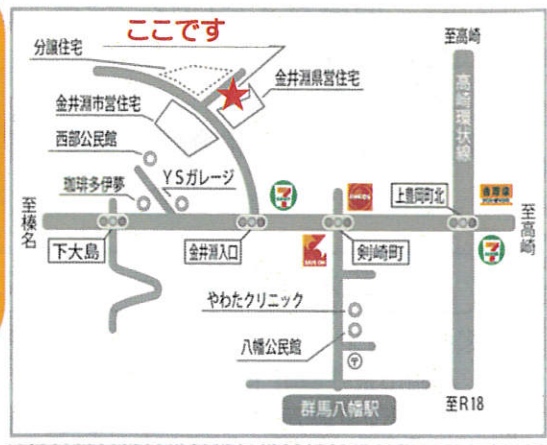
←《オカリナの会》
 オカリナの素敵な音色に
 とても癒されました♪



《アコーディオンの会》→
 アコーディオン・ギターの奏でる曲と
 テノールの歌声のハーモニーに
 つい、うっとりしてしまいます~



←《フルートとピアノ》
 綺麗な音に合わせて簡単な体操を
 楽しみました♪



日替わりランチ

月~金 11:30~13:00

ワンコインランチ
500円

※5名以上の場合は
 ご予約をお願い致します。
 コーヒー(HOT) ... 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
 販売しています!!



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

D's カフェ (ディースカフェ)

※D'sカフェとは認知症カフェの事です。

1月11・18・25日(月)
 10:00~12:00

「認知症になっても住み慣れた場所で暮らし続けられる町に」

【ディースの「D」とは・・・】
 ディメンシア(認知症)とドラえもん(元声優:認知症を公表された
 大山のぶ代さん)の「D」をイメージしています。
 「認知症のあるご本人」・「介護者」・「認知症について話したい方」等
 どなたでも参加OK! お茶を飲みながら、お気軽に交流できる場です!



《地域を見守るじゃんけんぽんの配食サービス》 ころまち弁当のご案内



料金:1食 700円 配達エリア:八幡中学エリア/豊岡中学エリア 周辺

※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。

1月のメニュー 縁結び弁当 300円・400円もできます。
 ランチも同じメニューとなります。

月	火	水	木	金
1				お正月休み
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
18	19	20	21	22
25	26	27	28	29

【お申込・お問合せ】
 地域支え合いセンター (担当:目崎)

☎:027-343-3111

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??

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!!



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。

~ H27年12月度 賛助金寄付 23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!

1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
EM ネット企画 おいしい野菜の食べ比べ 1月27日(水) 13:30~14:30	無農薬の野菜を 食べ比べて みませんか?	お正月休み 1/1(金)~1/3(日) 1/4(月)から 始まります!	1 元日 平成28年 明けまして おめでとう ございます	
4	5	6	7	8
	地域の方の居場所(近隣大家族)です! お互い様のつながり作りに活用して下さい!			
11 D'sカフェ 10:00~12:00	12 オリジナルだるまを 作ろう 10:30~11:30	13 アコーディオンの会 10:30~11:30	14 はるこさんと 一緒に歌いましょう 10:30~11:30	15 おりがみの日 13:30~
18 D'sカフェ 10:00~12:00	19 緩和ケア講演会 13:30~15:30	20 わかりやすい遺言と 相続のお話 13:30~14:30	21 西部ハーモニカの会 10:30~11:30	22 おりがみの日 13:30~
25 D'sカフェ 10:00~12:00	26 三味線で歌おう 13:30~14:30	27 EM ネット企画 おいしい野菜の 食べ比べ 13:30~14:30	28 手作り品バザー 9:30~12:00 ラフターヨガ 13:30~14:30	29 おりがみの日 13:30~

【お申込・お問合せ】 地域支え合いセンター(担当:目崎) ☎:027-343-3111

**オリジナル
だるまを作ろう**
1月12日(火)
10:30~11:30

自分だけの手作り感のある
だるまを作ませんか?
材料費 500円
お申し込みは
不要です



西部ハーモニカの会
1月21日(木)
10:30~11:30

懐かしいハーモニカの音に
合わせて一緒に歌いましょう!



はるこさんと一緒に歌いましょう
1月14日(木) 10:30~11:30

懐かしの歌や
ちょっとした体操を
はさみながらみんなで
楽しく歌いましょう!



三味線で歌おう

1月26日(火)
13:30~14:30

三味線と懐かしい歌で
みんなで楽しみましょう!



**わかりやすい
遺言と相続のお話**
1月20日(水)
13:30~14:30

誰にでも関係のある
身近な内容です。
個別の相談も
受け付けます☆



おりがみの日
1月15・22・29日(金)
13:30~

お互いに教えたり教えて
もらったり、おしゃべり
をしながら楽しく
おりがみをしましょう☆
先月はツリーの飾りを
作りました→



ラフターヨガ
1月28日(木)
13:30~14:30

笑うことは健康への近道です。
一緒に笑いながら、
身体を動かしましょう!



手作り品バザー
1月28日(木) 9:30~12:00

楽しい手作り品がたくさん!
見ているだけで暖かい気持ちになれます。
お誘い合わせの上おでかけください!



講演のお知らせ

緩和ケア講演 ~在宅で看取る~

【テーマ】
「幸せな在宅死」

~生まれてきてくれてありがとう。
なら、亡くなる時もありがとう。~

日時:1月19日(火)
時間:13:30~15:30
場所:認定NPO法人じゃんけんぽん
地域支え合いセンター「近隣大家族」

定員:50名(※要申込み)
参加費:無料

[講師] 緩和ケア診療所 いっぽ

医師: 萬田緑平先生



地域支え合いセンター「近隣大家族」

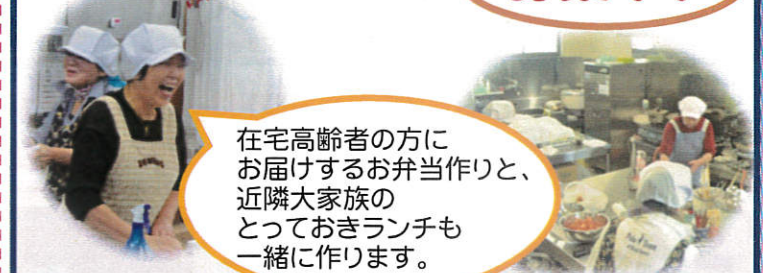
《会場》
高崎市金井淵町 137-5
《ご予約申込先》
☎027-343-3111
(9:00~17:00)
受付担当:目崎・反保



地域の困っている人の助っ人になりませんか?

配食サービス・有償ボランティアさん

キッチンボランティア 募集中!



在宅高齢者の方にお届けするお弁当作りと、近隣大家族のとおきランチも一緒に作ります。

ほっとけんサポーター

お弁当を配達しながら、地域の見守り隊を行います!!



ひとり暮らしや高齢者のお宅の見守り支援。配達受ける方の笑顔が何よりの喜びです!

時間と活動は
応相談
謝金:1000円/日

ボランティア初心者も大歓迎!!
地元地域に貢献できる、やりがいのあるボランティアです!!

キッチン・パートさんも

在宅高齢者の方にお届けするお弁当や、近隣大家族のランチ等を、ボランティアさんと一緒に作る仕事です。

時給:800円以上
時間:応相談
資格:調理師及び栄養士

8:00~16:00
の間で調整を
致します。

募集中!

「ごはん、美味しかったよ!」
が励みになります!!



まちの企業 紹介コーナー

家族で営む居酒屋です
ご自宅の様にくつろいで頂けたらと思います
お気軽にお立ち寄り下さい



店長: 薫 哲夫

営業時間
17:30~24:00
日曜定休

高崎市剣崎町847-4 TEL:027-344-6010

まちのお医者さん 紹介コーナー

内科全般の診療をしておりますが、
他科も含めて「身体の不調の相談」を
お受けしております。

医療法人社心会
わかばクリニック

院長: 川口 美香

診療時間
9:00~13:00
15:00~19:00
休診日
木・日曜日・祝日

高崎市剣崎町 249-5

TEL&FAX:027-344-3354

