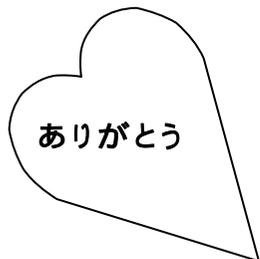


ゆう ゆう

友-友通信

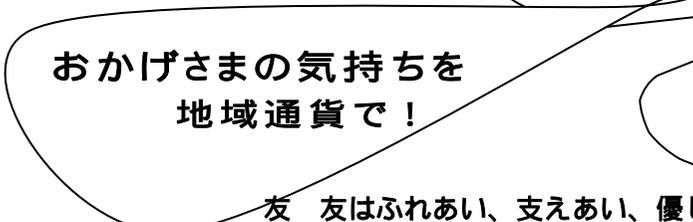
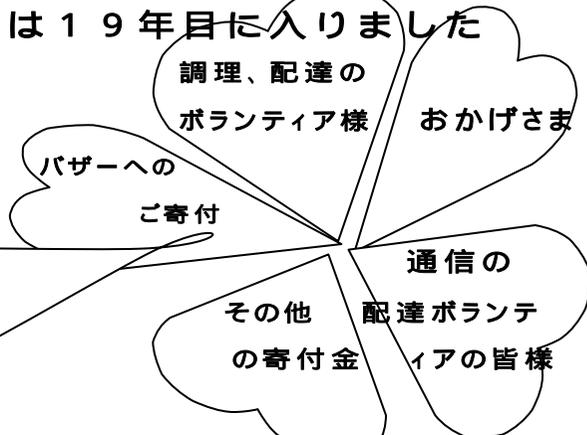
平成16年8月発行

第82号



ありがとう

1986年7月、
一軒の空家からスタートした
友 友の活動は19年目に入りました



おかげさまの気持ちを
地域通貨で！

友 友はふれあい、支えあい、優しさの流通する社会を目指そうと大阪府企画の「地域通貨で行う地域、人のつながりづくり」事業の奨励金を頂きました。具体的には別紙のような地域通貨「いっば」を発行し地域での支え合いを形にしています。より多くの皆様にこの通貨がいきわたり、ふれあい、支えあい、そして結び合う関係づくりができればと思っています。

地域通貨について説明の必要な方は、友 友(6877-1664)へご連絡ください。

デイサービススタッフ募集 40歳前後
ヘルパー2級以上 普通免許ある方
(勤務時間相談応) 9:00~17:00時給800円

配食ボランティア募集

A調理ボランティア	B配達ドライバー	C配達添乗ボランティア
:00~14:00	11:15~13:15	11:15~12:45
9:00~12:30	11:15~12:45	

いずれも交通費程度+お弁当つき 詳細は友-友まで！

ボランティア活動で得たいっば通貨は将来援助が必要になった時友-友のお弁当券としてご使用できます。

介護保険利用者の急増で保険財政が悪化！！

厚労省によると、

病気ではなく、年をとり体の衰えが原因の場合は、掃除などの家事援助(ヘルパー)中止。(2006年度実施予定)

介護ベットや電動車椅子など重介護度向け用具に、軽介護度の方が安易に依存すると、症状悪化に繋がりがねず制限。(2006年度実施予定)

配食サービスも、安易に依存すると「買い物をしなくなる」「足が弱くなる」「計算が出来なくなる」「手先を使わない」「味付けが出来なくなる」等の判断で配食サービス利用者は年2回介護保険者である市の査定があり、他のサービスとの併用が勧められています。

友 友は介護保険事業をしています。でも、本当の願いは介護予防なのです！



友 友が取り組む 介護予防<その1> 転倒予防

高齢者対応 筋力トレーニングマシンを導入

* 体育館にあるような若い人向けのもとは違い、細かい調節が出来ます。あなたの体力にフィットしたトレーニングで、少しずつ体力をつけます。

国のモデル事業で、高齢者の筋力トレーニングが生活改善に非常に有効であると実証されました。友 友は最新型マシン(足腰の強化で「立ち上がり」や「階段上り下り」の動作を楽しめます)を購入し、専門家の指導で筋力トレーニングを9月から開始し、デイサービスの中で、ゆっくり無理なく、あなたの体力を保持するお手伝いを致します。

友 友が取り組む 介護予防<その2> 食生活改善・・・低栄養対策

栄養バランスの良い家庭料理をお届けして18年、今ではお盆とお正月の9日間を除き、毎日お食事作りの困難な方に、美味しいお弁当をお届けしています。東京都老人総合研究所の熊谷修氏によると、高齢者の食事をあまりに植物性食品に頼ると、血管の柔軟性・弾力性が失われ、動脈硬化ひいては循環器病をひきおこすということです。

これまでも、友 友は高齢者の低栄養を予防する為、しっかりと動物性の食品や油脂も使用してきました。味もあまり薄味に過ぎないように、「美味しい!」「また食べたい!」と言われるお弁当を目指してきました。

バランスの良い食事は介護予防です。しっかり食べて老化を遅らせる努力で介護予防に取り組んでいます。



配食サービス

配食の現場から ご利用の熊本さんからの便りです。

昨年8月突然右膝の靭帯を痛め歩けなくなり(中略)8月27日から配食を受けました。おいしい、安い、土日も家まで配達して下さるし、どれだけ助かったことでしょうか、本当にありがとうございました。足のほうは快方にむかい、杖をつきながらポツポツ買い物にも行けるようになりました。ついつい甘えてお世話になっていましたが、何時までも甘えていては本当に「ボケて」しまうと思い、4月21日で配食サービスを断りました。小林様より、「配食を自分で断ったのはあなただけよ」と誉められました。配食サービスをやめてプラスな事は時間の束縛から解放されたことでした。配食サービスを受けて居られる皆様、体の調子が良くなればたら、ご自分で買い物をして作る様に努力されては如何ですか？少しでも頭を使いますし、「ボケ」を少しでも先に追いやる事が出来るのではと思います。今では気を付けながら買い物に行き、元気しております。本当にありがとうございました。

熊本

熊本さまは80歳になられます。怪我をされても前向きに考えて日々お過ごしです、見習いたいものです。お手紙ありがとうございました。

平成16年度通常総会が開かれました。

5月30日午後2時、友 友にて総会を下記の通り行いました。

正会員69名、出席全員61名(本人出席26名、委任状出席35名)

それぞれの議案、満場一致で承認、可決。理事16名監事2名全員再任されました。

内部研修会

総会終了後、イギリスの社会的起業家(Community Action Network)CANの活動をビデオ学習しました。生活の現場の一つ一つの問題に住民の立場から解決策を見つけ出し、そこに住む人たちの隠れた才覚を引き出して育てながら地域を再生している活動は私達がこれまでの活動の原点に立ち返る思いでした。

(H.167.3.日経新聞)

(友 友も交流会に参加)

来阪された英国社会企業家団体CANのメンバーとの交流会は日本のコミュニティ

ビジネス的な団体が国や行政の壁を打ち破りながら雇用面においても社会に大きく影響を与える等直接お話を聞き有意義なものでした。

ーランド、イギリス、カナダ、アメリカ、スウェーデン、オランダ、そして日本)
で活動団体が記念行事を行っています。

この日は、各地の団体が一齐にポスターを掲示し、メニューを共通にすることで、ボランティアの募集を兼ねて活動を社会的にアピールし、ボランティアによる食事サービス活動の連携と発展につなげることを目的としています。8回目を迎える今年は、9月1日 水曜日です。

友 友はこの日を祝してお赤飯のお弁当にさせていただきます。

味の素(株)からのプレゼント

本年も味の素(株)様から調味料を「世界老人給食の日」にちなんで送られてきました。ありがとうございました。

みずほ財団様より

昨年より、(財)みずほ教育福祉財団から、住民参加型配食サービス団体に、電気自動車の寄付事業がはじまりました。初年度は「友 友」が選考され、かわいい自動車を頂きました。今年度も吹田の「かぼちゃの家」と「夢ハウス」さんの2団体に寄贈が決まりました。住民参加の配食サービスが増え、高齢者や市民団体が元気になる事で、地域の支えあいの輪が広がる事を喜びたいと思います。

ありがとうございました

檜垣和子様 積守治子様 野村福江様
松尾節子様 山本洵子様 丸福工務店様
藤田光様 入江幸蔵様 熊本 様
久保田 様 西谷一代様 古玉 様
都築 様 糸井早恵子様 熊本 様
山田 様 沖 様 関根 様
山内 様

YOUYOU YOUYOU YOUYOU YOUYOU YOUYOU YOUYOU YOUYOU

特定非営利活動法人友,友 代表理事：小林房子

〒565-0826 吹田市千里万博公園1 2番1号 パーサイトビル1F

TEL 06-6877-1664 FAX 06-6877-2004

メールアドレス youyou@ma5.justnet.ne.jp

ホームページ <http://www5.justnet.ne.jp/~youyou>

YOUYOU YOUYOU YOUYOU YOUYOU YOUYOU YOUYOU YOUYOU