



〒420-0851
 静岡市葵区黒金町 12-5
 丸伸ビル 6F
 TEL: (054) 275-1100
 FAX: (054) 275-1133



MAIL: honbu@yumecoop.jp
 URL: <https://www.yumecoop.com>

日頃感じていてもなかなか口にはできないご利用者の声を受け取るため、2年に一度アンケートを行っています。昨年11月に、ヘルパーやデイサービスをご利用の方にお配りして、回答とご意見を集計しました。

コメント欄には、もっとこうしてほしいというご要望が書かれています。これらの声は、よりよいサービスのためにとても大事なご指摘と受け止めて改善に繋げています。しかし、圧倒的に多いのは感謝の言葉。「小さな変化に気付いてくれる」「いつも笑顔で対応してくれる」「話や愚痴を聞いてくれる」など職員の対応の良さについて、労を惜しまず書いて下さることがとても嬉しく有難く感じます。業務の途中、あまり時間が取れない中、ご利用者にこのように思っていただけに対応ができていることをとても誇らしく思います。

ご利用者が記入して下さったアンケート用紙は事業所で保管しています。ご利用者の心のこもった言葉（ご要望も感謝も）を是非読んで下さい。明日からのエネルギーになるはずです。



理事長 杉井 初世

1 月度活動結果報告

夢コープ職員数 286 名	実働数 278 名
---------------	-----------



事業	活動時間数
くらしの助け合い	1,675.75 時間
介護保険 訪問系サービス	3,970.00 時間
障害福祉サービス	1,568.50 時間

施設名	開所日	当月利用者数	利用者数/1日
どうその家	24日	17名	4.87名
夢コープふじ	24日	22名	7.33名
夢コープいた	15日	34名	7.20名

居宅介護支援	要介護	総合支援
	446名	207名



交通安全スローガン

「かもしれない」危険予知から事故防止

定例理事会 2月24日(火)



【神谷 陽子さん しだ事業所ヘルパー（夢コープ26年目）】



- ① この仕事を始めたきっかけは？
年老いていく母を見て、いずれ介護が必要になるだろう、そのために介護の知識を習得したいと思ったから。
- ② 心がけていることやモットーは？ 小さな事にも気づくこと。
- ③ うれしかった利用者のひとこと コミュニケーションが取りにくかった利用者様からの「全部食べたよ。ありがとう。」の一言
- ④ 好きな食べ物 オムライス、お寿司、赤飯
- ⑥ 好きな言葉／座右の銘
「努力する人は希望を語り、怠ける人は不満を語る」(井上靖)
- ⑦ 趣味・特技 手品・箏(こ)の練習
- ⑧ 今後チャレンジしたいこと 体力作り、最期まで自分で歩ける
- ⑨ 事業所の皆さんへひとこと！
困った時には自己判断せず、どんな小さな事でも事業所に報告・連絡・相談(ほうれんそう)すること

【神谷さんへ！】

地域のサロンやボランティアにも参加、多方面で活躍されています。交流会では読み聞かせの話し手もやってくださいましたね。いつも、はつらつとしてよく気づき、報告をマメにしてくれるのでとても助かっています。これからもよろしくお願いします。



しょうがパワー全開！

● 効能 生と加熱で成分が変わる

生のしょうが：殺菌効果

生のしょうがは、主に「ジンゲロール」という成分が含まれ、殺菌効果や抗炎症作用がある。手足など末端からの熱の放射や発汗を促し、体表から熱を逃がしやすくするため、結果的に体が冷えやすく感じることもある。



変身

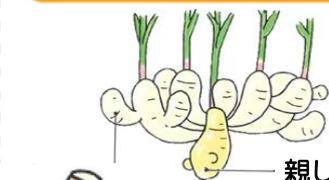
しょうがを加熱すると、「ジンゲロール」が「ショウガオール」という成分に代わる



加熱した生姜：ぼかぼか効果

「ショウガオール」には血行促進作用があり、体の深部から温めてくれる効果が期待される。体を芯から温めたいときの冷え対策としては、しょうがは加熱したものを食べるほうが効果的。

しょうがの種類



親しょうが



新しょうが：繊維質が柔らかく、辛味はマイルド。生で食べられる。



ひねしょうが：一般的に流通しているしょうが。「根しょうが」とも呼ばれる。色が濃く、繊維質も多く辛味が強い。収穫後、数カ月貯蔵してから出荷される。



葉しょうが：夏にかけて出回る若くて葉のついたしょうが。柔らかく、穏やかな辛味が魅力。味噌や甘酢漬けがおすすめ。

しょうがの保存方法

すりおろしやスライスなど、使いやすい形に切ってラップや保存袋で冷凍。

ジンジャーシロップの作り方



材料

- ・しょうが 200g
- ・粗糖 200g
- ・水 200ml
- ・すりおろししょうが 小さじ1~2

作り方

- ① しょうがは皮をむき、3mmの厚さに切る。
- ② ①と水 200ml を鍋に入れ蓋をして火にかけて、沸騰したら弱火で10分煮込む。
- ③ 鍋に粗糖を入れて、溶けたら蓋をずらし、更に5分煮る、火を止めてそのまま一晩置く。
- ④ ①のしょうがを取り出し、すりおろししょうが小さじ1~2杯を加えて完成。

☆ シロップ小さじ1~2杯をお湯150mlで薄めていただく。お好みでレモンを入れると爽やかに。
☆ 夏には炭酸水で薄めて手造りジンジャーエールに。