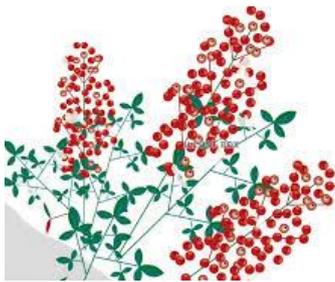


あ・り・が・と・う



雪の季節 寒い中、ヘルプ活動ありがとうございます!

外出しづらいこの季節、利用者さんはヘルプの時間…提供会員さんの笑顔やなにげない会話…をととても待ち遠しく楽しみにされています。

今年も心が通うヘルプ活動をしていきましょう!どうぞよろしくお祈りします。

※利用会員さんからお預かりした活動謝礼金(10～12月分)の明細を同封しています。(提供活動明細書は活動月の翌月20日以降事務所でも受け取れます。)

冬のヘルプ時のお願い

これからの時期は…

★雪道 降雪 ★風邪 インフルエンザ に注意!



利用者さんのお宅に伺うときには…

雪で交通が遅れがちです。時間に余裕をもって急がず安全に! 遅れそうなきときは事務所に電話をお願いします。

例年1月末から2月がインフルエンザの流行時期です。

冬風邪・インフルエンザの予防の基本は **手洗い&うがい!**
マスクは保湿で風邪予防に有効ですが、人にうつさない効果は低いそうです。高齢者に風邪は大敵、風邪を広めないためにも のどの調子が悪いなど体調が悪い時は、無理せずヘルプをお休みください。



お知らせ

再ガイドブック研修はお済ですか?

【新ガイドブック】での
受講をお願いします。

実際にヘルプ活動に参加して疑問に思ったことや不安に感じたことをまごころヘルプのコーディネーターや提供会員の仲間と一緒に話し合う場にしましょう!

ガイドブック研修の日程は『活動だより』または電話でお問い合わせください。

まごころQ&A

Q 利用者さんに直接次回のヘルプを頼まれました。直接返事をしているですか?

A お手伝いできる日時や内容かどうか、コーディネーターの確認が必要です。直接頼まれると、断りづらいものですし、連絡の行き違いなどトラブルのもとになってしまう場合もあります。次回のヘルプを頼まれたり、ヘルプのお休みの伝言を頼まれた時には、ご自身で返事をせず、事務所への連絡をお願いしてください。利用者さん宅から直接電話をしていただいても大丈夫ですよ。

コーディネーターの休日日記

お正月の食べきれなかったお餅どうしてますか?

フライパンに野菜、薄く切った餅、チーズ、

じゃこを重ねて 蒸し焼きに。

醤油と鰹節をかけると立派な一品になりますよ。

チャレンジあれ!



*** 中央区まごころヘルプコーディネーター 鈴木 ***

☎ 電話 連絡 先

東 区まごころヘルプ 272-7741
(コーディネーター 多田、星山)

中央区まごころヘルプ 210-8736
(コーディネーター 松田、鈴木)

西 区まごころヘルプ 211-1616
(コーディネーター 高井、横田)