

ぱんじいだより

発行 特定非営利活動法人ワーズ・コレティブ ぱんじい 発行責任者 笠井 清子
 問い合わせ 川崎市中原区木月 3-5-32 ホワイトパレス 202 号室
 TEL 044-455-2770 FAX 044-455-2767
 ホームページ <http://www.wco-pansy.com>

私たちはまだ先の見えない新型コロナウイルスにためられている感じがします。
 また世界情勢や気候変動など色々な事を考えさせられます。

そんな中に2月にオリンピック、3月にパラリンピックが開催され、選手たちの
 挑戦する姿に笑顔と感動をもらいました。

私たちができることは、地域で心豊かにつながりを止めず、解決策をみんなで
 みつけていく事だと思います。

マスクの中は、いつも笑顔でいたいものです！

理事長 笠井 清子

デイサービス「ふれあいデイぱんじい」より



岩の配色や配置は、利用者さんのアイデアです。
 今にもトラが飛び出しそうですね

利用者さんが、季節に合わせた壁飾りを全曜日で
 協力し、一つの作品を作成しています。

1月は、干支にちなんで「寅」でした。

地元ブレーメン商店街のコミュニティーセンター
 内に飾られていました。

華やかな壁飾りがとても好評でした。

次回もお楽しみに！



トラの足元にも岩が
 あるといいわね

そうね～



見学を随時受け付けています。お問い合わせください。

ぱんじいでは利用されている方に不安を与えないよう、感染予防対策を徹底し、
 事業を縮小することなく活動しています。



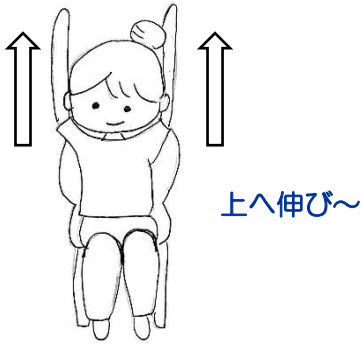
- 毎日、検温し、健康チェック！
- こまめに手洗い、うがい、消毒をし、常にマスクを着用！
- 勤務外でも「三密」を避ける努力をしています。



自律神経を整える体操

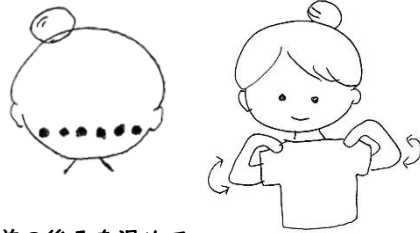
自律神経を整えて、身体機能を向上させ、神経、内臓、筋肉、関節や腱、靭帯が運動してスムーズに動く身体をつくり上げることで、真に健康な身体づくりを目指しましょう！

①手を伸ばしてストレッチ



朝の光を浴びながら両手を上に伸ばし、背筋を伸ばします。(雨や曇りの日も行いましょう)

②温めて首・肩ほぐし



首の後ろを温めてから、各ツボを軽く5〜6回ずつ押します。

肩を回す

肩甲骨を意識して、両肩を前へ回します。次に後へ回します。

③深呼吸

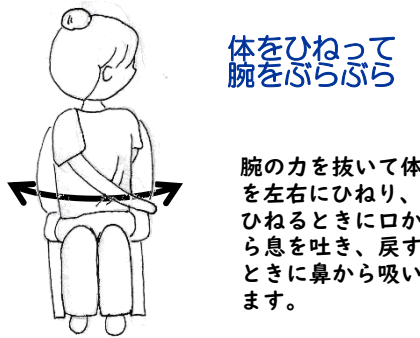


背筋を伸ばして両手を上に上げ、笑顔で深呼吸します。鼻から吸って、口から長く吐き出します。

④足ぶらぶら



⑤体ぶらぶら



⑥深呼吸



スタッフ
募集!

☎ 044-455-2770

週1回からでも1日1時間だけでもOK
資格があれば尚、可。
資格取得補助制度あり!
子育て中のママも働いています。

まずはお問い合わせください。(担当/笠井)

ぱんじいの事業内容

生活支援サービス事業 (ぱんじい独自事業)	高齢者、障がいを持つ方、病弱な方、子育て中の方に自立支援のための手助けをしています。介護、見守り、話し相手、掃除、洗濯、食事作り、通院介助、外出介助など。
ホームヘルパー派遣(訪問介護)事業	要介護、要支援の認定を受けた方のご家庭を訪問し、食事、更衣、排泄等の身体介助や、調理、洗濯、掃除等の生活援助を行います。
障害福祉サービス事業(居宅介護)	障がいの認定を受けた方のご家庭を訪問し、身体介助や生活援助を行います。
居宅介護支援事業(ケアマネ)	介護保険の申請代行やケアプランの作成をし、サービスの調整・手配を行います。
川崎市産前・産後家庭支援ヘルパー派遣事業	産前〜産後6ヶ月までの体調不良の母親に育児や家事などの支援を行います。
地域密着型通所介護 「ふれあいデイ ぱんじい」	65歳以上の介護保険認定を受けた方を対象に7人規模の家庭的なデイサービスです。ひとりひとりの気持ちを大切にしたいサービスを提供しています。

ワーカーズ・コレクティブ(W.Co)とは…

地域に暮らす人たちが、生活者の視点から地域に必要な「もの」や「サービス」を市民事業として事業化し、自分たちで出資し、経営し、労働を担う新しい働き方の組織をいいます。神奈川では現在約130団体が活動しています。