



マイトリーヘルプサービス・ほっとライン



感謝のつどい・特別号

2020年10月1日、発足22年目の秋を迎えました。皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか。マイトリーヘルプサービスは新しい生活様式の中おかげさまで業務を継続しております。昨年「設立20周年感謝のつどい」は7月6日に114名の皆さまと共に実施できたことに改めて感謝申し上げます。

毎年1回開催される「感謝のつどい」は、普段会うことが少ない利用会員、ご家族、協力会員、ボランティア、地域の介護施設施設長・職員さんがつどい交流を深める会です。今年はコロナ禍の影響により、「第10回感謝のつどい」は皆さまへお便りの形で実施する事になりました。同封した、ほっとライン特別号、事業報告書をご覧ください、皆さまとのつながりを大切にしていきたいと思えます。ささやかな手作りプレゼントを身につけて明るい気持ちになっていただければ幸いです。今後も日々の暮らしが心身共に安心して過ごせる、心の拠り所になる事業に取り組んでまいります。

マイトリーヘルプサービス管理者・鈴木好二



日頃より活動・事業へのご協力、ご支援を頂き誠にありがとうございます。ご加護を頂きながら日々の業務を継続しています。これからも皆さまのご縁を大切に安心につなげるサポートを提供していきます。苦楽を共に分かちあっていきたいと思えます。サービス提供責任者・矢作芳恵

今年はだれにとっても特別な一年になりました。当たり前前の普段の生活に、いつも気軽に会って、話すことに感謝の気持ちが湧いてきました。「災いを転じて福となす」ごとく、来年きっと幸福な一年になりますように今年に感謝、感謝！！

スタッフ・福島鳳林

コロナ禍の影響により、粘土フラワーはお休みをいただいています。再開へ向けて準備中です少しお時間をください。新しい生活スタイルの中、創意工夫をしていながらこの時に応じた活動に取り組んでいきます。応援よろしくお願いします。

サロン講師・坂元のり子



2020年 活動報告



コロナ禍の新規事業として4月から横浜市市民公益活動緊急支援助成金事業をはじめました。以下はマイत्रीヘルプサービスの事業内容となっています。

1. 「つながりほっとサポート」 横浜市市民公益活動緊急支援助成金事業

1. 電話相談による精神的サポート
2. 月刊お便り「ほっとライン」の発行 健康維持、感染予防、行政からのお知らせなど。
3. 高齢者向けスマホ教室(会員対象)アプリダウンロードの仕方、LINE や Zoom の活用など。
4. オンラインセミナー (Zoom)

・テーマ：「元気になる在宅食・冬にむけて免疫力を高めよう」

①免疫力を高める食事とは ②中医学をもとにしたレシピ紹介他

・日 時：11月28日(土) 13時～14時30分

・講 師：鈴木佳世子さん 料理ユニット Bon Appetit 代表
防災クッキングアドバイザー

J A横浜クッキングサロンハマっ子講師他

・受講費：無料 事前予約制 50名様(オンライン30名・会場20名)

・申し込み方法：マイत्रीヘルプサービスまでご連絡下さい。

電話・f a x：045-439-5258 メール：mhs@kodosan.or.jp

申し込み期間：2020年10月10日(土)～11月10日(土)



2. 9月1日より・ホームページの開設

この度、スタッフ手作りのホームページを開設しました。介護・福祉相談、サロン活動社協助成金事業、オンラインセミナーなど皆さまに必要な情報をリアルタイムに提供します。是非、ホームページをご覧ください、ご利用・ご参加をお待ちしております。



QRコード

ホームページアドレス <https://mhs.kodosan.or.jp/>

※Google 検索・音声又は入力 マイत्रीヘルプサービス

3. ほっとサロン通信講座

9月1日より「ほっとサロン通信講座」をスタートしました。従来の集う形のサロンと並行して実施しています。日々の生活を安心して送れるよう「心身のリラックス・前向きな気持ちへつなげるサポート・暮らしに役立つ生活や介護情報提供」をします。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

パステル画

「2021 年前半カレンダー」



絵手紙

「秋の花」



押し花

「キーホルダー」



4. 介護相談・よろず相談

現在、大黒堂会館は休館しております。相談業務は通常通り継続しています。お悩み、不安、日常のお困り事、暮らしの中の問題、ご要望など「ひとりで悩まず、まず相談」電話 045-439-5258、メール mhs@kodosan.or.jp にお気軽にご相談ください。1月から9月までの相談件数の実績は約 300 件になっています。 ※守秘義務の厳守。

5. 神奈川区社協助成金事業① ふれあい助成金事業「集い場のサロン」

「プログラムは食と健康・文化の学び」 ～元気応援 社会参加 地域の仲間～

2020 年度 第 1 回 「夏向き健康食」講師：鈴木清子さん 7 月実施

講師からのメッセージと夏の簡単「元気応援レシピ」をご紹介します。※詳細はホームページ

- ①「きのこの中華サラダ」 ②「梨とセロリスープ」 ③「なすのピリ辛」



2020 年度 第 2 回 「秋の日本文化」の紹介 講師：佐伯仁さん 9 月実施



「萩が咲く」



「トンボ 竿の先に」



日本の文化を学び、先人の知恵を活かし、豊かな心を育む学びサロンです。※詳細はホームページ

6. 神奈川区社協助成金事業② 年末たすけあい募金事業「第 10 回感謝のつどい」

今年「第 10 回感謝のつどい」はお便りの形で実施することになりました。2021 年の第 11 回感謝のつどいは、是非みなさまとお会いしてこの 1 年の喜びや様々な想いを語りあって、友情やつながりを深めていきたいと切に願っております。



「ほっとサロン講師からの」メッセージ ～であい・ささえあい・おもいやり～



♥ マイトリーヘルプサービスのスタッフを経て現在はパステル画を担当15年目となりました。絵は奥が深く魅力的です。3色のパステルチョークを脱脂綿、綿棒につけて描きます。お庭で咲いた花、果物、風景、虹など幅広く描くことができます。そしてサロンの楽しみは皆さんとの楽しい会話、絵と共に心癒される時間を共にしています。講師：太田慶子



♥ 今から5年前に地域の活動にマイトリーヘルプサービスの職員さんと参加した事がきっかけでサロン講師のご縁を頂きました。私は日本文化、先人の知恵、自然からの学びを担当しています。学びが皆さまの暮らしを豊かに幸せにつながることを願っています。今はお便りという形でサロンを継続しています。再開を楽しみにしています。講師：佐伯仁



♥ 私はマイトリーヘルプサービスと不思議な出会いがあり、またサロンの目的に賛同して絵手紙サロンを担当して今年で8年になりました。受講者の皆さまには、絵はお手本をよく見て描き脳に感動を与え、文章は相手に伝えたい想いを「思いやりの心」で一言添えて下さいとお伝えしています。遠方の家族や知人に送り喜ばれています。講師：和川法子



♥ 押し花サロンは8年となりました。手作りの押し花をたくさん準備しています。受講者には「草花に癒され・ほっとした時間・分かち合う」を大切に担当しています。コロナ禍で外出を躊躇してしまいがちですが、少人数からサロン再開を願っています。来年の干支は「丑」です、見本ができました。11月通信講座お申込み下さい。講師：西村久美江



♥ 昨年、8月より「集いの場サロン・食と健康」の担当をしています。自宅でパン教室の講師をしていますが、何かお役に立てることはないかと模索している時にご縁を頂きました。サロンの目的は食と健康を通して元気な日常を応援、仲間づくり、社会参加のお手伝いに共感しました。現在サロンは食事のレシピなど郵送で継続しています。講師：鈴木清子



♥ 粘土フラワーを担当しています。早くも13年になりました。知人の紹介により孝道山にお詣りに来ることがきっかけでサロンの担当になりました。サロンは単に作品を作るだけでなく、お互いにリラックスした雰囲気の中での会話や、時には悩みをお聴きすることもあります。サロンが出来ることに感謝。再開に向けて準備中です。講師：坂元のり子

発行：マイトリーヘルプサービス 2020年10月1日 設立22年 特別号
住所：神奈川県横浜市神奈川区鳥越38 孝道山内 マイトリーヘルプサービス
電話・fax 045-439-5258 ホームページ <https://mhs.kodosan.or.jp/>