

2023 年
11 月

わいが家通信

わいが家企画・組合員活動について

マスクの着用について、医療介護事業を行っている法人ですので、今までどおり全ての活動においてマスクの着用を引き続きお願いします。

企画・イベント時の写真撮影と画像の使用について

各種企画や組合員活動の様子をスタッフが撮影し、すこやかスマイル誌面や生協のホームページ、LINE、Facebook 等で組合員活動の紹介・報告で使うことがあります。
※掲載を希望しない方は、スタッフにお申し出ください。



まちづくりボランティア委員会主催



12 つくる責任
つかう責任



13 気候変動に
具体的な対策を



寿クリーンセンター見学

長岡市の令和3年度のごみと資源物の総排出量は、85,009 トン。私たちが日々捨てているごみが、どのように回収・処理され、リサイクルされるのか学んでみませんか？
SDGs の目標達成には、企業や自治体だけではなく個人でもゴミ問題の解決に意識を向けることが大切です。一人ひとりがより良い環境を将来の世代に引き継げるよう、考えるきっかけづくりにぜひご参加ください。

11 月 17 日（金）定員 20 名 要申込

※定員になり次第〆切

参加費
無料

内容 ・動画視聴 ・クリーンセンター見学 （11:30 頃終了予定）

集合 四郎丸わいが家 9:20
新町わいが家 9:35
直接現地に行く方 10:10（寿クリーンセンター駐車場）

動画視聴後、
それぞれのわいが家より
車で移動します。

➡ 事前の動画視聴をおすすめします！

動画は で検索

QR はコチラ ↓



申込み ぐらしいきいき支援室 ☎30-1161

＊ ＊ 健康講座 ＊ ＊

『お口の中の話』

生協ながおかデンタルクリニック所長
歯科医師 後藤基誉

お口は健康への
入り口!!
お口ケアの大切さ
お話します！



○ 日 時 11月16日(木) 13時30分～14時30分

○ 場 所 特別養護老人ホーム はるか 交流室

* **要申込** 定員 **30名** になり次第締め切ります。

* 送迎希望の方は申し込みの際「送迎希望」とお伝えください。

・新町わいか家 (定員 **6名**) 13:10 発

○ 申込み くらいいきいき支援室 ☎ 30-1161

晴れたら歩こ～！

長岡造形大学周辺 ウォーキング

◆11月9日(木)

【現地集合場所・時間】

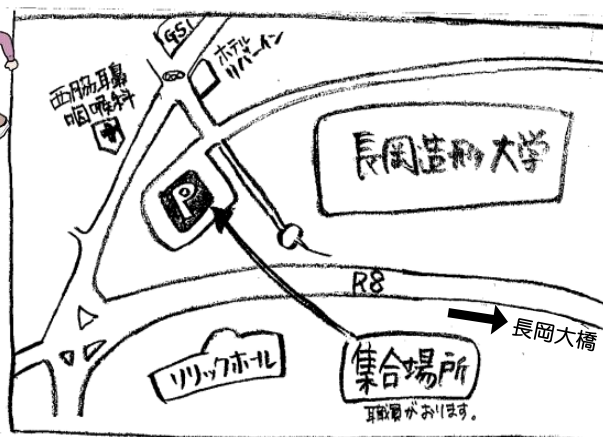
長岡造形大学駐車場 9:30

*送迎あり

送迎希望の方は申込みの際、お申し出ください。

四郎丸わいが家 9名 9:10 発

新町わいが家 6名 9:15 発



申込み ぐらしいきき支援室 ☎30-1161

“ちょっとした頼みごと”を、ながおか医療生協の組合さんがお手伝いする有償の互助サービス

ながおか医療生協型
相互支援サービス

ちょっとしたのむ手

主な支援項目と料金 (2023.10.1 より料金改定)

*ご利用者と支援者の予定を合わせて調整するため、急ぎのご依頼はお受けできません。

支援項目	利用料金
1 一般的な掃除・片付け手伝いなど 家事支援	利用料 1,000 円 (60 分まで) その後 30 分 500 円 (組合員外 1 時間/2,000 円)
2 電球交換 ・ 家屋内の簡単な補修	
3 網戸 すだれの取り付け・外し	
4 買い物代行	
5 軽い家具の移動	
6 季節用品の入れ替え ・衣替え たんす整理 こたつかたづけ等	
7 一人暮らしの方の話し相手 (安否確認)	
8 屋外作業 屋外の掃除、草取り、冬囲い、剪定作業 等、	利用料 1,500 円 (60 分まで) その後 1 時間 1,500 円 料金 1 時間単位 (組合員外@2,500 円)
9 その他 要相談	

ちょっとしたのむ手支援者募集！

少しのお手伝いで誰かの役にたてる

有償ボランティアです。

まずは支援者登録を！

詳細はお問い合わせください。



利用したい方、
支援者登録をしたい方は
ぐらしいきき支援室まで
お問い合わせください。

☎30-1161

わいが家の定期開催企画一覧

申込み、お問い合わせはくらしいきいき支援室 ☎30-1161
～当面、全ての活動においてマスクの着用をお願いしています～

四郎丸わいが家

※配布したわいが家通信の、四郎丸映写会上映作品名に誤りがありました。11月の上映作品は『舟を編む』です。

- 地域の茶の間 ながおかわになーれ コープデリにいがた主催

11月6日(月)10:00～ 申込み不要 時間内出入り自由 無料

- うたごえ広場 キーボード、ハーモニカ、ギターの演奏に合わせて歌います。

11月13日(月)10:00～ 要申込み 定員20名 無料

- とまり木の会 ハーモニカとスマホのコラボで楽しく歌おう♪

11月24日(金)10:00～ 要申込み 定員20名 無料

- 〈正〉映写会** 舟を編む(四郎丸支部主催) 出演:松田龍平、宮崎あおい他

11月17日(金) 13:30～ 申込み不要 無料

あらすじ玄武書房辞書編集部。間もなく定年を迎えるベテラン編集者・荒木には、辞書編集の監修を任せられる後継者が必要だが、なかなか探せずにいた。そんな時、変人扱いされている営業部社員、馬蹄と出会い……。



新町わいが家

- ◆うたごえ広場 (キーボード伴奏)

11月9日(木)10:00～ 要申込み 定員25名 無料

- ◆オレンジカフェ **脳活！簡単体操** 講師:キャンバス 作業療法士 小林

11月25日(土)9:30～ 要申込み 無料 体を動かして脳も一緒に温まりましょう！



食事作りが大変な高齢者世帯、日々忙しく頑張っている子育て中のパパママを応援します！

わいが家食堂

四郎丸わいが家

11月10日(金) 受付は10/27～

12月1日(金) 受付は11/17



新町わいが家

11月27日(月) 受付は11/13～

12月25日(月) 受付は12/11～



・1食200円・食数は各50食

・アレルギーの対応は行っていません

・配達はいきません。

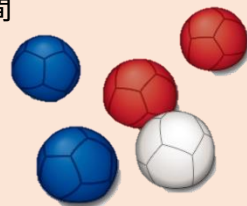
・お持ち帰り用の袋をご持参ください。

・お渡し時間は、15:30～17:00まで。なるべく早めにお越しください。

・申込数を制限させて頂く場合があります。

だれでも寄れるみんなの茶の間

だんだん



四郎丸わいが家

11月13日(月) 11月24日(金)

〈時間〉13:30～16:00

新町わいが家

11月8日(水) 11月28日(火)

〈時間〉13:30～16:00

簡単！ボッチャで遊びませんか？

手芸やDVD鑑賞も出来ます。

どなた様もお気軽にお越しください。参加費無料、時間内出入り自由です。

※工作キットは有料(¥110)です