



仲良くがんばりました！

今年初めてのおそうじ班会が
4月22日に行われました。
小林支部が運営委員会で日程な
どを相談。昨年一緒に取り組ん
だ「ダブルダッチのお母さんや
子どもたちにも参加してほしい」
との思いで土曜日の午前中に日
程を決め、お母さんたちに呼び
かけて今回もお母さんや子ども
たちも参加されました。
1時間ほどの行動でしたがゴミ

まちをきれいに！
おそうじ班会

袋4袋分にもなりました。

千島公園沿いの歩道や植木周
辺にはや缶やペットボトル、タ
バコの吸い殻などポイ捨てさ
れたゴミがたくさん落ちていま
す。



全員集合！おつかれさまでした。

まちづくりの課題ではありま
す。が、たのしく地域をきれいに
する「おそうじ班会」をこれか
らも続けていければと思います。

効果

肩こり予防・改善
腰痛予防・改善
筋力アップ
などなど

月に1回行っているオンライン
きづがわ体操は作業療法士等の
専門家によるストレッチや筋力
トレーニングを行います。スマ
ホやパソコンのZOOM（ズー
ム）を利用してどなたでも参加
できます。
体操は誰でも簡単に行える内容
となっておりますのでぜひご参
加下さい。

オンライン
きづがわ体操のご案内

No445
2023年5月1日

大阪きづがわ医療
福祉生活協同組
合 大正エリア
大正区千島1-20-
7-3F

06-6554-1383
発行責任者
別所 義正

QRコードは
こちらから



5月13日（土）
14時30分～15時30分
開催方法：Zoom参加費：無料



ミーティングID：881 2705 3284
パスコード：231053

日曜健康診断

5月21日

他の日、平日も受付しています。要予約

06-6554-1197 生協診療所



無料

法律相談

木津川法律事務所

5月9日（火）

午後3-5時

6月6日（火）

晴ればれ

予約要 6554-1383

皆様こんにちは！春ですね！

気候が良いので、先日(4/9)私は休日に家族と奈良の吉野山へお花見に行つてリフレッシュして参りました♪以前に知人との会話の中で「ヘルパーさんって忙しくて休みも思う様に取られへんねやろ?…」と聞かれた事があつたのですが、らぼーるでは毎週決まった公休と尚且つ有休を利用する事も可能で、プライベートを大切にすることが出来るので働くやりがいやモチベーションに繋がつては常勤職員ですが、めて、あえて登録

らぼーる日記

働き方の自由度をヘルパーという働き

方を選択して働けるのも訪問ヘルパーのメリットとも言えるでしょう。

とは言え、シフトや休みを管理してくれる良きリーダー、理解ある良き仲間がいてこそ可能な休暇取得というところで、いつも私がお伝えしたいと思っている事は、らぼーるが風通しが良く働きたい職場だということです。仕事もプライベートも充実出来るらぼーるで一緒に働ける「仲間」が増えるといいなあと願っています

介護福祉士 松田雅美



5月14日 バラ園・韮公園・中之島公園

大正駅から徒歩 約5キロ

6月11日 京都藤森神社・あじさい

京阪・墨染駅・桃山御陵前 約5.5キロ

伏見桃山城、御香宮

何れも日曜、朝十時より大正駅出発
お弁当、お茶、交通費、入園料自前



ちよつとしたお困り事

お助け隊

6554・8080

¥500-



奈良県橿原・新沢千塚古墳群へ

十六人で探索しました。

4月16日橿原市、新沢千塚古墳群へ16人で行ってきました。

さくらは散っていましたが、新緑が目にも痛いほど鮮やかに輝いていました。

「歴史に憩う橿原市歴史博物館」にお誘いを受けて入館しました

ボランティアの相良さんの案内でお話を聞きながら館内を巡り展示物を鑑賞しました。

分かり易くお話を頂き皆さん、「ほーへー」と知らないことが多く、珍しい事も聞かせて頂きました。感謝「ありがとうございます」でした。

盗掘に遭わなく発掘された、金製品のイヤリング・髪飾り・スパンコールなどに感激してその古墳126号へ、見過ごしてしまう様な古墳で小高い丘のようです、そこからの眺望は畝傍山を望み古代に思いを馳せながらウォーキングを楽しみました。

