

令和 7 年 4 月 1 日発行

そよかぜ 通信

Vol.162

特定非営利活動法人 地域福祉を支える会 **そよかぜ**
福岡市博多区銀天町 1-6-1 2 (銀天町商店街アーケード内) ☎ 092-501-4656
社会福祉法人 **そよかぜの会**
福岡市博多区光丘町 1-2-4 1 ☎ 092-502-7901

スタッフ募集中！ そよかぜの仲間になりませんか？

ケアマネジャー



ご相談多数のため ケアマネジャー募集中！

ケアマネの資格はあるけど、長らく仕事から離れていて自信がない・・・そんな方も大丈夫。少しずつ慣れながらの復帰大歓迎です！短時間から「そよかぜ」で働きませんか？

ブランク・フルタイム・短時間勤務 OK！

介護支援サービスそよかぜ

担当:谷矢・木原 ☎092-501-0555

登録ヘルパー



- ◆活動時間 45分～
 - ◆介護職員初任者研修過程（ヘルパー2級）終了の方
 - ◆内容例）調理、買物、掃除、洗濯、移動、食事や入浴介助など
- 仕事内容をご相談ください。長年勤務しているベテランスタッフがいます。安心して働ける環境づくりに努めています。

週1回からでも、ご自分のライフスタイルに合わせて、就労できます。

訪問介護センターそよかぜ

担当:下田 ☎092-502-7890

そよかぜは働くあなたを応援します！！

“そよかぜ”で働きながら、ケアマネや介護福祉士に挑戦しませんか？費用も含めて応援！

資格のない方でもお問合せ下さい。

サポーター（有償ボランティア）経験を積んだり研修を行って、あなたの資格取得をそよかぜがお手伝いします！

健康づくり 脳トレ

脳トレ・認知症予防
脳トレ支援 .com

<http://help-kaigo.com/>

言葉あそびで 楽しく脳トレ♪

ひらがな 並び替えクイズ



ひらがなを並び替えて単語を作ってみましょう。
※カタカナのものもあります。

- ① ぞすかいくん →
- ② いいよかくす →
- ③ くにゆがうきし →
- ④ ううしまろらた →
- ⑤ 一むすりくいあ →
- ⑥ がろんうきよ →

簡単レシピ

新玉ねぎの 丸ごとツナチーズ



【新タマネギ】

血液の凝固を防ぎ、血液をサラサラにしてくれると言われています。また、血中コレステロール値をダウンさせて、動脈硬化や心臓病の予防にも効果があるとされています。更に、刻んだり、加熱調理をすると、ビタミン B1 と協力して糖質をエネルギーに変え、疲労回復を助ける効果も期待できますよ。

【材料】（2～3 人分）

- 新玉ねぎ（小ぶりのもの）1 個
- バター 5g
- 麺つゆ（2 倍濃縮）小さじ 1
- とろけるスライスチーズ 1-2 枚
- ツナ缶詰 1/2 缶
- ドライパセリ（あれば）適量



- 新玉ねぎの皮をむき、上下が平らになるように少し切る。
- 上部 1/2 に放射線状に 8 等分の切り目を入れる。
- 耐熱皿にのせ、切込みの上に麺つゆをかけ、バターをのせる。
- ラップをして電子レンジで 3-4 分加熱する（大きさにもよるので加減してください）
- チーズを適当な大きさにちぎりながら、切り目に挟み込む。
- 玉ねぎの中央にツナを、残っていたらチーズも一緒にのせ、ラップをして電子レンジで 1 分加熱する。
- お好みでパセリをふる。



おじいちゃん、
おばあちゃんが
いるけど。
最近心配で...

どこに相談すれば
いいのかな？

もちろん！
私たちそよかぜにも
お気軽に
ご相談ください♪



主任
ケアマネジャー



生活支援・介護予防推進員



保健師



社会福祉士

そよかぜグループの各事業所 紹介は中面へ

＜あなたの地域の「いきいきセンターふくおか」相談窓口＞

居住地区によって窓口が異なります (校区别)

博多第5 いきいきセンターふくおか

板付、板付北校区に
お住まいの方
住博多区諸岡2-5-5

☎592-8011
☎592-8020



博多第6 いきいきセンターふくおか

那珂、宮竹(南区内除く)
弥生校区に
お住まいの方
住博多区那珂2-5-1
(山浦第3ビル1階)

☎409-2154
☎409-2198



博多第7 いきいきセンターふくおか

三筑、那珂南校区に
お住まいの方
住博多区元町1-6-8
(サンウッド南福岡)

☎558-4140
☎558-4305



受付窓口はお住いの校区によって
分かれています。お問い合わせの際
に該当の窓口をご紹介します。

ご自分の担当校区が分からなく
ても、とにかくお近くの窓口
にお問い合わせ下さいね♪

