

～自宅介護の負担を減らすために～ かしこく介護

7月5日(土) 和徳店組合員集会室にて

主催：福祉委員会

参加者：25名

株式会社 フィット・ケアサービスの高田大地さんを講師に、介護保険制度を利用する方法、介護保険で利用できる福祉用具・住宅改修についてお話をしていただきました。

介護保険制度を利用して購入できる品目や、購入しなくてもレンタルして使用できる福祉用具がたくさんあることを知りました。その後、会場に用意してもらったバットや車いすなどの介護用具に、乗ったり、スイッチを操作してみたりと、実際に使って体験しました。

最後は、コープ「夕食宅配の介護食」と「Weekの介護食」の説明と試食がありました。参加者からは、介護食は食べたことがなかったけれどおいしくてビックリしたという声が多数出されました。



かんたん レシピ モチモチおこわ

<材料> もち米 2合
豚ももスライス 100g
油揚げ 1枚
しょうが 50g
CO-OP 昆布つゆ 大さじ2

<作り方> ① もち米は研いで30分置く
② 豚もも肉は1cm巾に、油揚げは1cm角に切る。しょうがは千切りにする。
③ 炊飯器に①のもち米と切った材料、昆布つゆを入れて炊く。

弘前3店舗いろいろやってらよお～

西弘店

西弘夜店まつりで
リサイクルバザー

7月12・13日の2日間、西弘店舗こ～ぷ委員会主催のリサイクルバザーが開かれました。好天に恵まれ、大盛況でした。売上げは、ユニセフ募金、平和活動協力金に。

松原店

盆踊り大会に輪投げで参加

8月15・16日松原店駐車場で行われた上松原町会盆踊り大会に松原店舗こ～ぷ委員会が輪投げブースを設置して、祭りを盛り上げました。

楽しみながらの節約で 地球も自分も嬉しく♪

この夏も暑かったですね。先日、環境委員会のみんなで、節水や節電について語り合いました。みんなの話を聞いた私の結論。それは...

「チリも積もれば山となる!」例えば、野菜を洗った水を溜めておいて庭の水やりに使う。お風呂のお湯は洗濯に利用する。パソコンやテレビ、充電器などのコンセントをこまめに外す。

この成果は、後々の使用量通知で確認することができます。これが結構嬉しい。

努力すればするほど、昨年度と比較して料金が減るので、はまってしまいそうです。

貧乏くさい? ケチくさい?

でも、節約した分で美味しいものを楽しんだり、趣味を深めたり、子どもの教育につなげる、これは賢く幸せなお金の使い方でしょう。

楽しみながら節約して、地球にも自分にも嬉しい毎日を送りたいですね。

環境委員会 Y.

和徳店

東北地方初! フレッシュスムージー
&炭酸水販売開始しました!

スムージー用にお店でカットしたフレッシュフルーツをスムージーにする機械が導入されました。

季節により用意されるフルーツが変わります。

また、炭酸水専用ボトル(1,100円/1本)に、1回(1L)50円で純粋炭酸水を給水できるサービスも始まりました。

和徳店だけの新サービス!ぜひ試してみてください!