



COOP

ケアサポートセンター「笑顔だより」

コープかながわ 福祉事業部

発行 7月号



こんにちは！ コープかながわ福祉事業部のサボちゃんです！
すっかり梅雨も明け暑～い日が続いてますが
みなさまお元気ですか～！（@^^@）//

7月より使用電力の15%削減の取り組みが始まってますね！！
サボもうちわ片手にパタパタしながらがんばってまあ～す！！（*o*；）///～あぢい～
.....でも15%（削減）ってどのくらい??（@0@）??

< 家庭の節電対策メニュー！！ >

冷房の室温は28 設定を心がけましょう。 10% 約130w削減
通常より2度上げたと仮定した数字です（*^-^-）
体調を考えムリのない範囲でおこないましょう

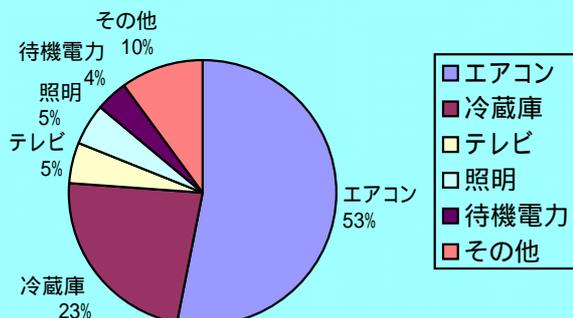
「すだれ・よしず」などで窓からの日差しを和らげましょう 10% 約120w削減
お部屋の温度が下がるのでエアコンの節電になります
暗くならない程度に厚めのカーテンを閉めるのも効果的！

ゴーヤや朝顔など利用し「グリーンカーテン」にすると、見た目も涼やか（^v^）心が豊になりますね～
無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機を使いましょう 50% 約600w削減
頻繁にスイッチを消したりつけたりはかえって電力を消費しますので、気をつけましょう！

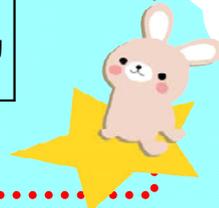
縁側に打ち水～ 霧吹きで顔や腕に水をかけて扇風機を回しても気持ちいいですよ
日中は照明を消して、夜間も照明をできるだけ減らしましょう 5% 約60w削減

夜、照明を消してお部屋を真っ暗にし、カーテンと窓をあけ（網戸は入れて）...部屋に差し込む
月明かりの明るさとスゥ～っと入ってくる風の涼しさを肌で感じて.....ちょっとロマンティック～
冷蔵庫の設定を「強」から『弱』に変更！食品の詰め込みを少なくして
ドアを開ける回数を減らしましょう！ 2% 約25w削減

【夏の日中（14時頃）の消費電力（全世帯平均）】



エアコンの使用電力は全体の53%と大きくしめています。
とはいえ、真夏日に無理してエアコンを消すと熱中症の危険があります！設定温度を上げて扇風機を回すだけでも効果的ですよ！



コープケアサポートセンター青葉では♪



6月デイ初デビュー！ピーナスさん
(カントリーダンス)

みなさん ノリノリ
で楽しんでま〜す



七夕まつり



ケアサポートセンター青葉のデイサービスでは臨時利用、追加利用も受けています！
お気軽にご相談下さい (詳しくはホームページの「通所介護」をご覧ください)

コープケアサポートセンター都筑では♪



恒例の**昼食会**に行ってきました



ワイワイ楽しく 美味しい食事会でした (^o^)//



㊦ 今後のケアサポートセンター都筑での取り組み

- 7月29日(金) 午後のプログラムで「避難訓練」を行います。
“いざ”という時、慌てず落ち着いて安全に行動が取れるように、スタッフ共々、練習したいと思います。
- 8月1日(月) 午前のプログラム

コープかながわ都筑区エリア会との共同企画 “夏休み！フォトフレームを作ろう”を開催します！
地域の小学生やその親御さんたちと一緒に作品作りをしながら、交流を行います
作業後にはパフェ♡を試食しながら懇談もあります。ぜひ、ご参加ください



ケアサポートセンター都筑のデイサービスでは「要支援 1・2」の認定の方を中心にサービスを行っております。お気軽にご相談下さい (詳しくはホームページの「通所介護」をご覧ください)