



広報こしがや 季刊版／冬号(令和2年12月)

K●SHIGAYA

冬
Winter



トピック 歴史文化とグルメを楽しむプチ散歩旅 ～越谷駅エリア～ 2

特集 キラリ！ 介護職 思っていたのと違う！ 介護職ってOOO！ 6

トピック 冬季限定！ 越谷の特産品がインターネットで購入できます 14

ときめき★インタビュー モデル・女優 森高 愛(もりたか あい)さん 16

《イベントガイド》 サンシティ、科学技術体験センター、児童館コスモス・ヒマワリ
老人福祉センターけやし荘・くすのき荘・ゆりのき荘・ひのき荘、越谷市民プール 18

生涯学習
メニュー
トライ
TRY

折り込まれて
います

今号の表紙：ガーヤちゃんの蔵屋敷 (越谷駅東口北側高架下)



季節を感じる旬の食材をたっぷり使用



minette 11:00 ~ 18:00 (水曜・第3火曜日定休)

農家直営。越谷の美味しい無農薬野菜販売中



遊佐農場 11:00 ~ 18:00 (水曜日定休)

3 こだわりのお店を楽しむ 古民家複合施設



はかり屋

国登録文化財



約120年間にわたり越谷の街を見守ってきた旧大野家住宅が、平成30年に複数の店舗やレストランを備えた古民家複合施設としてオープン。平成31年(2019年)3月には国登録有形文化財に登録された。

- 所在地 越ヶ谷本町 8-8
- 営業時間 店舗により異なります
- 定休日 店舗により異なります
- 駐車場 なし

*各店舗の問い合わせ先は、ホームページ (<https://hakari-ya.jp/>) をご覧ください



4 街の情報発信基地



かふえはちまるさん CAFE803

おいしいパンと季節の野菜を味わえる日替わりランチが人気。絵本やボードゲームなど、自由に楽しめるアイテムもそろう。

- 所在地 越ヶ谷 3-3-16
- 営業時間 平日 9:00 ~ 18:00
土曜・日曜日、祝日 9:00 ~ 17:00
- 定休日 毎週木曜日、第1・3・5月曜日
- 駐車場 8台
- 問合せ ☎ 965-1803



金曜日限定のカレーは月替わり



街歩き周辺の地図

はかり屋

木下半助商店

CAFE803

四季の山海料理 鈴真

shocomo

越谷市役所

元荒川

葛西用水

越谷駅

スタート・ゴール

ガーヤちゃんの蔵屋敷

久伊豆神社

そば処久伊豆

→P.4



「どのパンもおいしそう!」「迷っちゃうね」

5 肉球がモチーフのコッペパンカフェ



しょこも shocomo

生地から手作りのコッペパンや食パンをはじめ、オリジナルの焼き菓子や洋菓子、手作り雑貨等を販売。ワークショップやイベントも開催している。

- 所在地 越ヶ谷 2-4-22
- 営業時間 10:00 ~ 18:00
- 定休日 毎週月曜・金曜日
- 駐車場 1台
- 問合せ ☎ 972-6018



越谷鴨ねぎこっぺ(左)と肉球あんまん(右)



「あのケーキにしようかな」



「かわいい雑貨がたくさんあるね」

1 多くの文化財を有する 緑豊かな神社



ひさいずじんしゃ 久伊豆神社

県・市指定文化財

平安時代中期以降、八方除けや方難除けで多くの人々が訪れる神社。拜殿へと続く参道は約470m。境内には、県指定天然記念物の藤や市指定有形文化財の平田篤胤奉納大絵馬などがある。

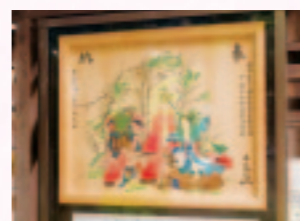
*初詣については、久伊豆神社ホームページ (<https://www.hisaizujinja.jp/>) をご覧ください

- 所在地 越ヶ谷 1700
- 開門時間 11/1 ~ 2/28...5:30 ~ 18:00,
3/1 ~ 9/30...5:00 ~ 18:30,
10/1 ~ 10/31...5:00 ~ 18:00
- 駐車場 96台
- 問合せ ☎ 962-7136

久伊豆神社にある文化財

ひら た あつたね 平田篤胤奉納大絵馬

あまのいわとびりさき「天の岩戸開」の大絵馬(写真は複製)。文政3年(1820年)の銘がある。(市指定文化財)



さんのみやうのすけ 三ノ宮卯之助銘の力石

江戸時代後期に日本一の力持ちと言われた三ノ宮卯之助が、力持ち興行で持ち上げたと言われる力石。重さは約187kg。(市指定文化財)



明治時代の帳場の雰囲気を残した金物屋。平成27年に「店舗及び土蔵・石蔵・主屋・稲荷社」が本市で初めて国登録有形文化財に登録された。

*個人宅のため一般公開は行っていない

- 所在地 中町 7-20
- 営業時間 11:00 ~ 17:00
- 定休日 毎週月曜日
- 駐車場 なし



案内人の越谷っ子

さかまき るか 坂巻 瑠果 さん

にしむら めいか 西村 明花 さん

散歩旅の詳しい映像はコチラから!



トピック プチ散歩旅 歴史文化とグルメを楽しむ 越谷駅エリア

コロナ禍で遠出を控える方が多いこの時期だからこそ、市内でプチ散歩を楽しんでみませんか。今回は、越谷っ子もおすすめのスポットをご紹介します。

2 明治時代の面影を残す商店



きのしたはんすけしょうてん 木下半助商店

国登録文化財



越谷駅 スタート

徒歩約 23分

1 久伊豆神社

徒歩約 13分

2 木下半助商店

徒歩約 2分

3 はかり屋

徒歩約 4分

4 CAFE803

徒歩約 2分

5 shocomo

徒歩約 6分

越谷駅 ゴール

越谷土産に迷ったら ガーヤちゃんの蔵屋敷



大地の子

■1袋 5個入り 918円 (税込み)



越谷っ子

■1袋 5個入り 550円 (税込み)



越谷ふあり 和三盆甘醬油

■1袋 378円 (税込み)



ガーヤちゃんサブレ

■1箱 5枚入り 756円 (税込み)



焼き菓子

■1個 226円 (税込み)



越谷ねぎみそせんべい

■1袋 5枚入り 486円 (税込み)



枝豆せんべい

■1袋 324円 (税込み)



苺のかけジャムプレーン

■小 594円 (税込み)
■中 864円 (税込み)
■大 1,026円 (税込み)



店内の様子

観光物産拠点施設 「ガーヤちゃんの蔵屋敷」



■所在地 弥生町 505-2
販売コーナー 9:30 ~ 19:30
■営業時間 鉄道ジオラマコーナー 10:00 ~ 18:00
体験コーナー 10:00 ~ 17:00
■定休日 毎月第2・3水曜日、年末年始
■駐車場 なし
■問合せ ☎ 940-5550

番外編 ~支配人オススメ~

夢路セット 2020 冬の陣

■1,980円 ~ 4,480円 (税抜き)
ガーヤちゃんの蔵屋敷で人気の商品を詰め合わせたお歳暮ギフトセットを7種類をご用意。写真は4,480円の蔵屋敷セット。



浅草~日光を再現! 鉄道ジオラマコーナー

南越谷阿波踊りや越谷花火大会などの“こしがや”の魅力と浅草や日光とのつながりを巨大ジオラマで再現し、鉄道模型(Nゲージ)で案内します。



■体験料金 平日 15分 300円
土曜・日曜日、祝日 15分 500円



鴨ネギ鍋

■1人前 2,750円 (税込み)
注文は2人前から。食材を厳選し、特製スープで仕上げている。香味野菜が入っている。

しきのさんかいらより
すずしん

四季の山海料理 鈴真



越谷ねぎが入った
つみれは絶品

旬の素材をぜいたくに使った料理が楽しめる。食材のうまみを逃がさないよう、仕込みにもこだわっている。越谷ねぎを使ったすずぽん鍋もおすすすめ。

■所在地 宮本町 1-137
17:00 ~ 22:00
■営業時間 *昼、日曜日は予約のみ
■定休日 不定休
■駐車場 2台
■問合せ ☎ 964-4463



素材の味を生かした
料理を作っています

すずき しんご
店主 鈴木 眞吾 さん

越谷ご当地グルメ

「こしがや鴨ネギ鍋」



そば屋ならではの
だしを感じてください



ささい あつし
店主 笹井 厚志 さん

そばどころ ひさいず

そば処 久伊豆



地域の皆さんに美味しい料理を食べてもらいたいという思いから、食材とだしに妥協を許さない。鴨肉は有機飼育されたブランド鴨の「かすみ鴨」を使用している。サラサラとした脂でくせがないのが特徴。

■所在地 東越谷 4-24-6
■営業時間 平日、土曜日 11:00 ~ 14:30・17:00 ~ 20:30 / 日曜日、祝日 11:00 ~ 20:30
■定休日 水曜日 (祝日の場合は翌木曜日が休み)
■駐車場 10台
■問合せ ☎ 960-5388

越谷鴨ネギ鍋

■1人前 2,200円 (税込み)
注文は2人前から、11月~3月末提供。こだわりのだしで、越谷ねぎや国産最高級合鴨を味わう。



鴨すき

■1,600円 (税込み)
100年以上にわたり、宮内庁埼玉鴨場で食べられている越谷の郷土料理。



3種の枯節で取った
だしが決め手

特集



介護保険制度はどうしてできたの？

介護保険制度は、高齢者の増加、高齢者を支えてきた家族をめぐる状況の変化に対応するため、高齢者の介護を社会全体で支え合う仕組みとして、今から20年前の平成12年に始まったのよ。

どのような仕組みなの？

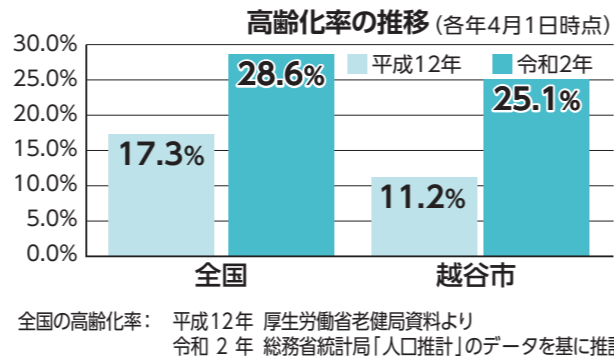
越谷市は保険者として、制度の運営、例えば介護保険サービスに必要な費用の9割分～7割分の支払いや、保険料の納付に関することなどを行っているわ。

市民の皆さんは、40歳になると被保険者として介護保険に加入し、毎年保険料を納める仕組みなの。サービスを利用したときは、費用の1割分～3割分を負担するのよ。なお、サービスを利用できる人は、65歳以上で日常生活に支援が必要な方、または40歳以上65歳未満の方で特定疾病(国が認める16種類の疾病)により支援が必要な方で、いずれも市の認定を受けた方になるわ。

高齢者の増加と言うけど、どれくらい増えたの？

このグラフは、全国と越谷市の高齢化率(人口に対する65歳以上の割合)を示しているの。

グラフからも分かるとおり、今は人口の4人に1人が高齢者という状況なの。越谷市の高齢化率は、全国と比較すると下回っているけれど、伸び率は13.9ポイントと、全国の伸び率11.3ポイントを上回っていて、今後、さらに伸びていくものと見込まれているわ。



介護保険を利用している人も増えているの？

越谷市の介護保険の認定者数は、平成12年度末の時点で、2,622人だったけれど、令和元年度末の時点では13,033人となって、20年で約5倍に増加したわ。これは、全国と比較しても高い伸び率で推移しているのよ。

利用する人が増えたなら介護職が足りないのでは？

介護に携わる職員数は、高齢者人口、認定者数の伸びに比例して伸びていて、平成12年当時は全国で約55万人だったけれど、平成28年には、約3.3倍の183万人にまで増えているのよ。

けれど、いわゆる団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となる令和7年(2025年)には、医療や介護需要のさらなる増加が見込まれるし、団塊ジュニア世代が65歳以上となる令和22年(2040年)には、高齢者人口がピークを迎えるとともに、介護ニーズの高い85歳以上の人口が急速に増加する見込みだから、介護人材の確保・育成は重要な課題となっているのよ。

次のページから介護の仕事を紹介するわね



特集

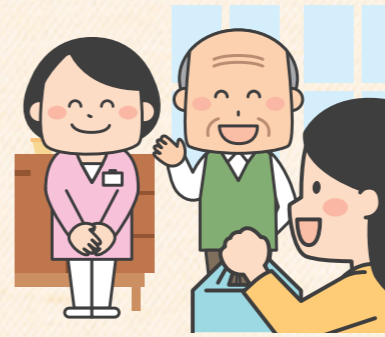
キラリ! 介護職 思っていたのと違う! 介護職って〇〇〇!

皆さんは介護保険のサービスの内容や、介護の職場で働く人のことをどのくらいご存じでしょうか。介護の職場は大変ですが、それ以上にとってもやりがいがある職場です。今号では、現場で働く介護職の体験をもとに、仕事の内容や魅力を紹介します。タイトルの「介護職って〇〇〇!」には、読後の皆さんの感想を当てはめてみてください。

〈問合せ〉介護保険課(第二庁舎1階) ☎963319305

A子「おじいちゃん、お母さんから差し入れたよ」

B蔵「ありがたう。A子、よく来たね。学校の勉強も忙しいのがあるが。今日はヘルパーのM山さんが来てくれているよ」



M山「こんにちは。差し入れ、お夕飯の時に出来るようにしておきますね」

A子「こんにちは。そういうえ」

B蔵「市役所へ最初に介護の相談に行った時はどうなるかと不安に思ったけど、介護保険でいろいろなサービスが受けられるようになってから安心して生活ができています」



M山「B蔵さん、自分でできることは頑張っているのでも楽しくお手伝いできていますよ。デイサービスでのことも楽しんで話してくるので、私も張り合いますよ!」



B蔵「てれるなあ。でも住み慣れた地域で生活したいって思っているからね。そのためにも、自分もできるかぎり頑張ろうって思えるんだよ」

A子「なんか、M山さんもおじいちゃんもキラキラしててかっこいいかも。正直、M山さんには申し訳ないんですけど、皆さんには申し訳ないんですけど、介護の仕事って『とにかく大変』ってイメージが強く、あまり魅力を感じていなかったんです。でも、二人を見てたらそうじゃないのかも、って思えてきました。介護の仕事も進路に考えるってありかな」

B蔵「そういえば進路で悩んでいる、って言うってな」

A子「うん。そもそも介護保険のことも制度のこともよく分からないんだけどね」

M山「それならこれを読んでみて! ちょうど他の業種で働く仲間たちのインタビューが載っているの。きつと参考になるわ」

A子「わあ! ありがたうございませう! さっそく読んでみます」

で、こんな会話が市内のどこかであったかは定かではありませんが、皆さんは介護の仕事にどのようなイメージをお持ちでしょうか。職員が不足している大変、体力的・経済的に厳しいなど、耳にしたことがあるかもしれません。果たして実際どうなのでしょう。A子さんも言っているように、「介護保険ってなに?」「どんな制度なの?」と思う方も多いのではないのでしょうか。まずは介護保険について、皆さんからの質問にお答えしますね。

キク姉さん



特集

「今、介護の現場がアツイです」
あなたも働いてみませんか!!



越谷市介護保険サービス事業者連絡協議会
サービス事業者連絡協議会会長
ほんま ともかず
本間 朝一さん

越谷市介護保険サービス事業者連絡協議会は、越谷市の介護保険事業の円滑な運営と、質の高い介護サービスの提供に資するために、平成15年4月1日に発足した介護事業者の団体です。現在、喫緊の課題である人材の確保に力を入れて活動しています。

今回、その一環として、介護の仕事の魅力を発信できればと思っています。介護には、たくさんの方の業種があり、業種によって働き方に違いがあります。ライフスタイルに合わせて働くことも可能です。また、資格にも違いがありますが、もちろん資格がなくても働くことが出来ます。働きながら資格を取得し、上級資格を目指す事も可能です。介護の現場は「利用者さまの笑顔」を見ることができ、「ありがとう」の言葉が直接聞ける、やりがいのある職場です。これから登場します、実際に働いているスタッフの皆さんの生の声をご覧いただき、一人でも多くの方が、介護の仕事に興味を持っていただければ幸いです。

介護の現場で働く仲間たちに聞いてみました!

私は
**地域密着型
特別養護
老人ホーム**
で働いています!
介護職員
つちや
土谷さん(30代)



異業種から介護職にチャレンジしました。

福祉系の大学を卒業していましたが、人見知りの性格もあって、接客業のような仕事は自分には出来ないと思います、初めて就職する際には介護の仕事は正直全く考えられませんでした。

転職を考え始めて、おばあちゃんが大好きだったことや友人からの後押しもあり、12年勤めた会社を辞めて、資格も経験もない全く違う業種である介護職で一旦から頑張ってみようと思えました。



毎日笑って楽しく仕事をしています

当初は、今までと全く違う業種で全然仕事じゃ覚えられず、「自分には向いてないかな」とか「周りの友達に迷惑かけてばかりで申し訳ない」という考えばかり出てきて、仕事に行くのが辛かったのを覚えています(笑)。そんな中でも、周りのスタッフの皆さんがものすごく丁寧に教えてくれたので、徐々に仕事に慣れていくことができました。段々と入居者さまとのコミュニケーションも取れるようになり、皆さんの気持ちを考えて支援が出来るようになっていきました。

初めて身内以外の方のお看取りの経験をした直後は、とにかく悲しい気持ちで、精神的にきつかったのを覚えています。ただ、そのあとに施設長をはじめ、スタッフの皆さんとの方についてお話しする機会がありました。そのとき教えていただいた「入居者さまが亡くなるときに、この施設で最期を迎えられて良かったと思えるように毎日仕事をしたい」という言葉で、「あの方はそう思えたかな?」と改めて自分自身の仕事を思い返し、そう思ってもらえるように毎日頑張っています。入居された方が最期の時間を過ごす最高の場所と思えるような仕事をしていきたいです。今後は実務者研修や介護福祉士の資格も取得してスキルアップしていきたいです。

私は
介護老人保健施設
で働いています!

介護職員
えのび
栄野比さん(30代)



介護老人保健施設は、「リハビリを行うこと」「在宅復帰と在宅生活の支援を行うこと」が大きな役割とされています。

病院での治療やリハビリを終えて自宅に帰る予定でも、まだ少し不安に思う方や住宅改修の準備を行いたいと考えている方が多く利用されています。また、医師や看護師が常勤していますので、継続的に医療を必要とされている方にも、利用しやすい環境となっています。

介護老人保健施設では、たくさんの方の職種が協力して



歩行練習中にほっと一息

入所者さまのサポートを行っています。その中でも介護福祉士は、食事・排せつ・入浴等において自立に向けた支援や介助を行い、ほかの職種と連携しながら入所者さまの日常生活動作能力の向上を図り、自宅における生活を実現していただく非常にやりがいのある仕事です。

リハビリがメインの施設ですので、リハビリ専門職からの指導で、フロア内での歩行練習や日常生活動作の練習も行っています。その際の入所者さまの「笑顔」や「いつもありがとうございます」という感謝の言葉が何よりも私たちの力となり、日々の仕事の励みとなっています。

私は
**特別養護
老人ホーム**
で働いています!

介護職員
しろい
白井さん(20代)



昨年、現在の施設に入職しました。一度は福祉を離

れましたが、離れた先の仕事場では人との関わりがほとんど無く、一日中会話をすることのない日もありました。そんな中で、人とのふれあい、高齢者の皆さんの笑顔が懐かしくなり、「やはり福祉の分野で社会に貢献したい」と思いついてきました。

入居者の皆さんの目線に立つて考え、少しでも笑顔を増やせる介護を目指して頑張っています。入居者さ



スタッフ同士も仲が良く、明るい活気ある職場です

なら利用者さまが、さまざまなことに参加するとき、いつも仲良くお互い助け合っているからです。

「小規模多機能」とは、「通所」「訪問」「宿泊」の3つのサービスを組み合わせることができるサービスです。新しい環境になじむことが苦手であったり、環境の変化に敏感な方にとって、顔なじみのスタッフからサービスを受けることができるので、安心いただけ

るものと考えています。私も、毎日を元気に楽しく過ごしていってほしいユーザーさまを見て、たくさんエネルギーをいただいていることに励んでいます。



「お昼は何が食べたいですか?」

私は
**小規模多機能
事業所**
で働いています!

介護職員
ごみ
五味さん(40代)



私の職場は、いつも笑い声であふれています。なぜ

特集

私は
**居宅介護
支援事業所**
で働いています!

介護職員
ほりきり
堀切さん(40代)

居宅介護支援事業所には、ケアマネジャー(介護支援専門員)が在籍し、介護サービスに関する相談や自宅生活における介護のお悩み相談など、さまざまな相談支援を行います。主な業務としては、要介護認定申請などの申請代行、アセスメント(生活課題の抽出)、ケアプランの作成、サービス事業所の選定支援、担当者会議の開催、モニタリング、入退院時連携などがあります。



私は
**特別養護
老人ホーム**
で働いています!

介護職員
あらい
新井さん(30代)

自営業の農家で米づくりをしていましたが、ローカルミュージシャンとして活動をしており、アーティスト活動をやるにあたってシフト制だと予定を組みやすいと思ったこと、大学卒業後に取得したヘルパー2級の資格を生かした社会貢献をしたいと思って転職しました。

介護の仕事は3K(きつい・汚い・危険)と言われていましたが、自分は特に抵抗を感じることなく始められました。最初はパートからスタートして、契約社員を経て、今は正職員で



利用者さま「デイサービスに行けるようになりました」

認ができていないか、重要な書類の提出忘れがないかなど、同居家族がいらないことやご本人の様子によって、一人一人関わり方も変わってきます。ご本人の様子から、どのように対応していくのかを考えていくことがケアマネジャーのおもしろさかなと思います。

また、生活課題に対して、さまざまなサービス事業所がどのように連携して取り組んでいくのかをみんなで考える担当者会議は、「チーム」としての一体感があり、すごく仕事に充実感を感じます。

利用者さまから「一人暮らしをしていて急にす。現在は、配属ユニットで食事、入浴、排せつなど日常の介護をしています。入居者さまに寄り添うことはもちろん、同僚のケアワーカーのことも考えて、助け合っていると思っています。



アーティスト活動と両立しながら働いています

「ありがとう」が日々の糧

たとえ精神的に辛いことがあっても、入居者さまからの「ありがとう」の一言をいただけたらこの仕事を続けてよかったと思います。これからも、介護福祉士の資格を取得してもっと入居者さま、同僚の皆さんのことを考えて仕事に従事していきたいです。また、入居者さまを楽しませるためにレクリエーションなど



私は
**訪問入浴介護
事業所**
で働いています!

介護職員
すずき
鈴木さん(30代)

訪問入浴とは、看護職員1人、介護職員2人の計3人のスタッフが利用者さまの自宅に訪問し、専用の浴槽を使用し入浴のサポートをする介護サービスです。

動けなくなると不安でいっぱいだったけど、ケアマネさん、看護師さんやリハビリの先生、ヘルパーさんが来てくれて、少しずつ安心して生活できるようになってきました」という言葉をいただきましたときはうれしかったです。

自分のアーティスト活動の力も活用できたと思います。

私は
**福祉用具
貸与事業所**
で働いています!

福祉用具専門相談員
あらい
荒井さん(20代)

福祉用具専門相談員の仕事は、福祉用具を必要としている方に商品や「相談」↓「選定」↓「納品」↓「説明」↓「評価」↓「モニタリング」する専門職です。

福祉用具専門相談員になるには、介護福祉士や社会福祉士などの国家資格を取得しているか、『福祉用具専門相談員指定講習』を50



入浴は身体を清潔に保ち、かゆみや床ずれの改善や予防につながります。また、血行が良くなり発汗することで心地よい疲労感に包まれ、自然な睡眠を促す効果も期待できます。身体や気分がほぐれリラックスできるため、ご家族との会話を楽しむ精神的なゆとりも生まれます。

訪問入浴サービスは、ご本人の自力での入浴が困難、またはご家族のサポートだけでは入浴が難しいといった場合に入浴のお手伝いをするサービスです。

この仕事のやりがいは、利用者さまから直接感謝の言葉をいただけることです。



*写真は、訪問入浴サービスの準備をイメージしたもので、実際に利用者さまへ訪問する際は、感染症対策を講じています



皆さんの喜び顔を思い浮かべながら福祉用具を届けています

とでさらに興味も持つようになって、毎日新鮮な気持ちで仕事に励んでいます。利用者の皆さんに、より良い住環境の提案ができるよう、研さん

日常の業務は、利用者の皆さんの身体状況と住環境を適合して福祉用具を導入、生活の質を取り戻すサポートを行っています。

私は学生の時に福祉住環境について学んできました。基礎知識はありましたが、現場で生の声を聴くこ



福祉用具の一例



いろいろな介護の現場で、年齢も職歴も関係なく、みんなとつてもいきいきと働いているのね!

次のページでは、仕事の流れがイメージできるように話をしてくれた仲間を紹介するわね。

特集



みんな、とっても輝いていたね！
ほかにはどんな介護の仕事があるの？



市内には、ほかにもいろいろな
サービス事業所があるのよ！

サービスの種類	サービスの概要
訪問介護	ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴、排せつ、食事等の介護その他の日常生活上の援助を行います。
訪問リハビリテーション	理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問し、心身機能の維持回復や自立に向けたリハビリを行います。
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	看護職員または介護職員が定期的な巡回訪問や随時通報への対応を 24 時間、365 日提供します。
通所介護 (デイサービス)	送迎車にて施設に通い、入浴、排せつ、食事等の日常生活上の援助や機能訓練を行います (定員 19 人以上)。
通所リハビリテーション (デイケア)	介護老人保健施設や病院、診療所などの施設に通い、医師の指示のもとで、理学療法、作業療法その他必要なリハビリを行います。
地域密着型通所介護	定員 18 人以下の通所介護です。
短期入所生活介護 (ショートステイ)	介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム) などに短期間入所し、その施設において、入浴、排せつ、食事等の日常生活上の援助や機能訓練を行います。
短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)	医療機関や介護老人保健施設等に短期入所し、その施設で看護、医学的管理のもとにおける介護および機能訓練その他必要な医療、日常生活上の援助を行います。
特定施設入居者生活介護	有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅などで、入浴、排せつ、食事等の日常生活上の援助や機能訓練を介護保険にて行います。
認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)	認知症高齢者が共同生活する住宅で、スタッフの介護を受けながら、入浴、排せつ、食事等の日常生活上の援助や機能訓練を行います。
特定福祉用具販売	居宅での入浴や排せつなどに用いる福祉用具であって、貸与になじまないものを販売します。

(令和2年12月1日現在)



「キラリ！ 介護職」いかがでしたか？
このほかにも、介護職を紹介するための仕組みとして、越谷市介護保険サービス事業者連絡協議会と市が協働で「介護フェスタ」を開催しているの。
今年度は、残念ながら新型コロナウイルス感染症拡大の影響で中止になってしまったけれど、次回開催 (来年度以降) するときは、広報こしがやお知らせ版などでお知らせするわね。



「もっと介護保険のことを知りたくなったな…」 そんな時は

あんしん介護保険の冊子をお配りしています

市では、介護保険制度をわかりやすく解説した「あんしん介護保険 令和2年度版」を配布しています。初めて介護保険を利用される方、介護について不安がある方、介護保険についてもっとよく知りたい方など、ぜひご利用ください。

配布場所 介護保険課 (第二庁舎1階)、各地区センター、各老人福祉センター、各地域包括支援センター、北部・南部出張所など

あんしん介護保険は、市ホームページ(右記の二次元コード)からもご覧いただけます。

〈問合せ〉 介護保険課 ☎ 963 - 9305



認知症対応型デイサービス

ために大切なことだと考えています。

私が感じるやりがいは、利用者の皆さんが今まで普通に出来ていたのに認知症の症状により出来なくなってしまうことが、私たちの支援で出来るようになることです。家で家事などをやらなれない人でも、施設に来たときは周りの人と一緒に参加するようになること、この仕事にとってもやりがいを感じます。

ただ、気を付けなくてはならないことは、利用者さまが「出来ること」を「頑張りすぎない」ように接することです。頑張りすぎてしまうと今まで出来ていたことが出来なくなってしまう可能性があります。そのあたりをしっかりと見極めながらサービスを提供することが、在宅生活を継続する



なかね 中根さん (20代)

1日の流れ



訪問看護

看護師歴は長いのですが、訪問看護は初心者の方内です。一年前は保育所の看護師でした。子どもたちはとてもかわいかったのですが、看護師として「ゆっくりと患者さまに向き合う看護をしたい」と思い、訪問看護ステーションへ入職しました。訪問看護は、体のケアや医療処置、意思決定支援などの看護を提供します。最近では新型コロナウイルス感染症の影響で病院では面会制限があるため、家で最後まで過ごしたいと言う方も増えているようです。『自分らしく生きる』をモットーに、在宅で安心して過ごしていただけるよう支援していきたいです。

落ち込んだときは利用者さまの笑顔に、困ったときは職場の仲間を支えられ頑張ってます！

体調はいかがですか？



パチパチ



たけうち 竹内さん (40代)

ゆっくりと座りましょうね



足元に気をつけて…さあ、いきましょ！



熱や血圧などを測定し、胸やおなかの音を聴いて体調を確認します。「夜はよく眠れましたか？」

〇〇さん、この前は苦しくなかったかな？ 今日はいつものケアで大丈夫かな？

こんにちは！訪問看護です！



ある日の3件目の訪問

購入方法

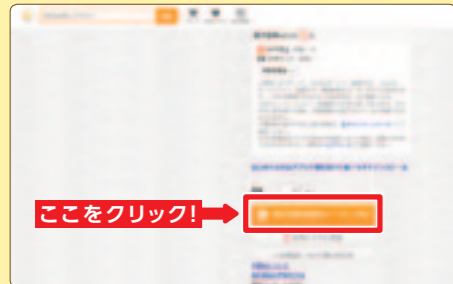
こしがやセレクトショップホームページからお申し込みください。こしがや鴨ネギ鍋ギフトセットは、電話やファクス(所定用紙)でも注文を受け付けています(右記の二次元コードからご覧いただけます)。



STEP 1 こしがやセレクトショップホームページにアクセスし、購入したい商品のページを開く



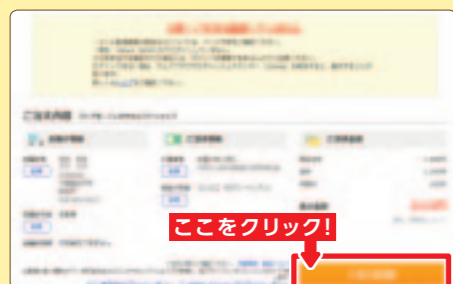
STEP 2 数量を選択し、「取り寄せ商品をカートに入れる」をクリック



STEP 3 「ログインせずに注文」をクリック
*Yahoo! JAPAN IDをお持ちの方はログインして注文するとTポイント等が付与されます

STEP 4 お届け先、ご請求先、支払い方法などを入力し、「ご注文内容の確認」をクリック

STEP 5 注文内容を確認し、「ご注文を確定」をクリック



購入完了!

太郎兵衛もち

400年以上の歴史を持つ
家康も食したお餅

江戸時代に四町野村(現在の宮本町)でもち米の改良に取り組んだ、会田太郎兵衛の名を称した餅。

徳川家康も食し、その後江戸城の大奥御用のもち米として献上されるようになりました。コシが強く、独特の風味があるのが特徴です。

■ 2,000円(税込み。のし餅900g×2枚)

*こしがやセレクトショップでの注文受け付けは12月20日(日)まで



お正月にオススメ!

簡単! 太郎兵衛もちのお雑煮

【材料】(4人分) 太郎兵衛もち 4切れ、鶏もも肉 200g、ニンジン 1/2本、小松菜 1/2束、長ネギ 10cm、(お好みで) かまぼこ 4切れ、ミツバ 少々、ユズの皮 少々

①鍋に右記のスープの材料を入れ、火にかける

②具材を食べやすい大きさに切り、餅以外の具材を①の鍋に入れる。あくを取り除きながら、透き通ったスープになるまで弱火で煮る

③おわんにあらかじめ焼いた餅を入れ、②を注ぎ入れ、かまぼこ、ミツバ、ユズを飾り付ける

スープの材料

水 800ml、昆布だし 4g、かつおだし 4g、醤油 大さじ1、塩 適量



こしがや鴨ネギ鍋ギフトセット

越谷名物の鴨ネギ鍋を自宅でお手軽に

国産合鴨スライス肉 500g、国産合鴨つみれ 250g、越谷ねぎカット 4本分と特製鴨鍋スープのセット。低カロリーで高タンパク、鉄分とビタミンB郡を多く含んでいます。

■ 4,980円(税込み)



*調理イメージ



トピック
冬季限定!

(左から) 越谷商工会議所こしがやセレクトショップ担当・萩原良平さん、(有)楽農三恵園代表・吉田忠茂さん、越谷市太郎兵衛もち協議会加工部・新坂光太さん

越谷の特産品がインターネットで購入できます

越谷商工会議所では、市内特産品について、普及啓発および消費拡大を目的に、インターネット販売を実施しています。今号では、その中でも特に毎年好評の冬季限定品3品を紹介いたします。

〈問合せ〉 越谷商工会議所 ☎966-6111

山東菜漬

越谷の冬の代表的な野菜

山東菜は、中国山東省原産の白菜の一種です。越谷では昭和40年代に栽培が盛んに行われるようになりました。大きさは白菜よりも一回り大きく、白菜は育つと葉の先が丸くなるのに対し、山東菜はラッパ状に広がるのが特徴です。

白菜に比べて水分が多く、葉が柔らかいので漬物用の野菜として重宝されています。

■ 4,860円/樽(税込み。3kg入り)



山東菜漬ができるまで

こしがやセレクトショップで販売する山東菜漬は、市内の(有)楽農三恵園で作られています。楽農三恵園では、自社の畑で作った山東菜を自社工場加工し、販売まで行っています。

山東菜は9月ごろに種植えを行い、11月下旬~12月上旬に収穫します。山東菜の周りの緑の葉を取り、1週間程度塩漬け・漬け替えをして、うまみを引き出します。



成長中の山東菜畑の様子。この状態からあと1週間程度で収穫します



包丁で緑の葉を切り落とす吉田さん



山東菜を漬ける様子

低農薬で作った山東菜を、無添加で届けているのがこだわりです。

ときめき インタビュー



森高 愛
もりたかあい / Ai Moritaka

…プロフィール…

平成10年1月14日、越谷市生まれ。小学生のころからモデルとして活動をはじめ、『ニコ☆プチ』『ラブベリー』『ピチレモン』などの人気雑誌で活躍。平成24年、中学3年生のときにTBSドラマ『ビギナーズ!』に出演し、本格的に女優デビュー。以降、映画・テレビ・舞台など多方面で活躍中。令和元年（2019年）11月からはファッション誌『Ray』のウェブモデルとして動画配信を行うなど、活動の幅を広げている。

小学生のころから人気雑誌『ニコ☆プチ』などのモデルとして活躍し、22歳の現在は映画・テレビ・舞台などで女優としても存在感を発揮する、越谷生まれの森高愛さん。昨年からはウェブモデル『Raygirl』として動画配信を行うなど、新たな一面にも注目が集まっています。

★友達のお姉さんに憧れて…

森高さんが芸能界に興味を持ち始めたのは、なんと幼稚園時代。

「同じ幼稚園に通っていた仲良しの友達のお姉さんがモデルなどの芸能活動をしていて、小学生なのに越谷から東京へお仕事に行っているのを見て、すごく憧れていました。そんな中、通っている幼稚園のパンフレットの表紙に私と友達数人の写真が使われて、それをおばあちゃんに見

せたら、すごく喜んでくれて。モデルになって本に載るようになったら、みんなが喜んでくれる！ そんな気持ちもありました」と森高さん。

その後、小学生で憧れのモデルデビュー。少女たちに人気の雑誌で活躍し、中学3年生のときには1000人ものオーディションを勝ち抜いて、女優へのスタートを切ります。

「モデルはカメラを常に意識して、カメラで写したときに洋服がよりきれいに見えるように動くのが仕事。でも女

★女優もモデルもチャレンジを忘れず

いつも仕事に全力投球の森高さん。「女優の仕事をしてきて思

うのは、役柄の大小に関わらず、一生懸命やっていたらちゃんと観てくれる人がいるんだということ。一昨年出演した『アンナチユラル』というドラマでは1話だけの出演だったのですが、それを観てファンになりました！」と言ってくださる方がいて、とてもうれしかったです。それから昨年の秋に出演した『新宿のありふれた夜』という舞台では、日本語が片言のベトナム人女性を演じたのですが、外国人役も初めてだし、舞台にほぼ出さずぱりというのも初めて。移民のお話で、演じた役が物語の軸になっていたのも、ものすごいプレッシャーでした。でも客席で泣いているお客様を観たときは、あー伝わったんだ!! という達成感がありました」

「ちょうど1年程前から、ファッション雑誌『Ray』のウェブモデルをやらせていただいているのですが、誌面上のモデルのお仕事とは全然違って、自分で自分をプロデュースしていく企画がすごく多いんです。たとえば以前の洋服で着回し術を提案するとか、趣味であるアロマワックスの動画を撮ったりとか。ジャンルを問わずいろんなことに挑戦して発信して、観てくれる方と一緒に作っていくのがウェブのお仕事の面白さだと思っていますので、いろんなことにアンテナを張りつつ、



「新宿のありふれた夜」ではベトナム語を特訓

interview

★越谷とのつながりを大切にしたい

自分が好きなものや興味のあることを見つめ直しながら、より楽しいものにしていきたいですね

忙しい仕事の中でも越谷に帰ってくると、落ち着くという森高さん。

「電車を降りて駅に着くと、越谷の空気はやっぱりきれい！ って感じるし、安心しますね。地元の中年代の同級生とはずっと仲良くして、今も月1回くらいは集

まっていますし、一緒に旅行へ行ったりもします。友達は今年就職した人もいるし、資格取得を目指してまだ学生という人もいて環境はバラバラですけど、話をしていると22歳という私たちの年齢は、新しい扉を開く時期なんだなと感じます。そういう年齢のいまだからこそ、同年代の等身大の女性を演じてみたいなと思ったりもして、地元の友達とのつながりは私にとってすごく大切なんです」

「そのお店のイチゴタルトが昔から好きで、将来はこのお店で働くんだけ！ と小さいころは思っていました(笑)。実は高校を卒業するとき、パティシエの専門学校に通おうかと真剣に考えたこともあったんです。結局それは断念しましたが、子どものころから

美味しいケーキに親しんだことが、今のお菓子作りの趣味につながっていると思います」

「同じ学校に通っていた同級生や後輩は私が芸能活動をしていることを知っています。近所の方とか、よく行くお店の方なんかはたぶん知らないと思うので、この広報を見たら驚かれるかも(笑)。今までは芸能活動として越谷市のイベントなどに関わったことはありませんでしたが、今後機会があれば、何かお手伝いできればうれしいです」と森高さん。これからますます多方面で輝きを放つ森高さんに期待が膨らみます。



最近ウェブにアップする動画を自分で編集することもあるそう

ウェブ動画の制作にも挑戦中。これから、いろんな私を発信していきます！



モデル・女優
もりたか
森高
あい
愛
さん

実家に犬が2匹いるので、今でも時々近所で犬の散歩をしています

● 老人福祉センター けやき荘・くすのき荘・ゆりのき荘・ひのき荘 ●

リハビリなんでも相談

理学療法士がリハビリについての相談をお受けします。日常生活における機能訓練、腰痛予防、筋力や体力の向上などのアドバイスを行います(ゆりのき荘では機能回復訓練室の機器の使用方法的アドバイスも行います)

	時間	場所	対象	費用	申込み
けやき荘	1/22(金) 9:30~11:00	和室	市内在住で60歳以上の方8人(先着順)	無料	当日各センターへ
くすのき荘	2/19(金) 9:30~11:00	会議室			
ゆりのき荘	1/14(木)・3/11(木) ※2月第2木曜日は祝日のため休みです。9:30~11:00	機能回復訓練室			
ひのき荘	3/12(金) 9:30~11:00	会議室			

いいきき館 越谷市民プール 開館時間 9:00~21:30

〒992-6602 増林3-2-2 ☎343-0011

※新型コロナウイルス感染拡大防止に関連し、温水プール・トレーニングルームの最新の利用方法等については越谷市社会福祉協議会等のホームページをご覧ください。

温水プール

【公開時間】 最終遊泳時間
1部: 9:30~12:00(11:45)
2部: 13:00~15:30(15:15)
3部: 16:00~18:30(18:15)
4部: 19:00~21:30(21:15)

*公開時間は、プール受付開始時間から更衣室利用終了時間までの2時間30分です。

*各部では、公開開始から1時間後に10分間の休憩時間があります。

*混雑時には入場制限することがあります。

*毎週木・日曜日、リラクゼーションプールは、メンテナンスのため21:00で終了となります。

【利用料金】 一般400円、小・中学生300円、60歳以上200円

*年齢を問わず、排せつが自立していない方は利用できません。

*3歳未満の方は利用できません。

*保護者1人につき幼児(3歳以上の未就学児)の同伴は2人まで可。

*60歳未満の障がい者は、半額です。 *車いすの方もご利用いただけます。

注: 水泳帽の着用が必要です。

休館日	休館日
1月 1(祝)・2(土)・3(日)・4(月)・12(火)・18(月)・25(月)	2月 1(月)・8(月)・15(月)・22(月)
3月 1(月)・8(月)・15(月)・22(月)・29(月)	

トレーニングルーム

【利用時間】 9:30~21:15 (更衣室利用終了時間21:30)
*初めての方は初回講習会(予約制)の受講が必要となります。直接市民プールへ申し込みください。(電話可)
講習会は開館日の①14:00~ ②19:00~ の2回です。
*混雑時には入場制限することがあります。

【利用料金】

一般(高校生以上) 1回 400円、

60歳以上 1回 200円

*60歳未満の障がい者は、半額です。

*車いすの方もご利用いただけます。

*中学生以下は利用できません。

年末年始のお休み 12/28(月)~1/4(月)は年末年始のため休館となります。

一部施設の利用休止のお知らせ

- 温水プール 1/5(火)第1部 点検のため
- トレーニングルーム 1/5(火)9:30~13:00 点検のため

*日時・内容については一部変更になる場合があります。詳しくは、各施設へお問い合わせください

GUIDE 開館時間 9:30~16:00

老人福祉センター **くすのき荘**

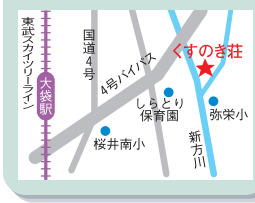
☎979-6600 ☎343-0005 大杉655

生活・健康相談

日時: 開館日の10:00~12:00、13:00~15:00
※水曜日のみ10:00~12:30、13:30~15:00
対象: 市内在住で60歳以上の方

移動図書館

日時: 1/21(木)・2/4(木)・2/18(木)・3/18(木)14:00~14:30
場所: 2階正面玄関を出て左方向突き当たり(平新川沿いスペース)
対象: 図書館(室)の利用券をお持ちの方。



一部ご利用になれない日

- 1/4(月)午前中 浴室 設備点検のため

休館日	休館日
1月 1(祝)・2(土)・3(日)・9(土)・11(祝)・17(日)・23(土)・31(日)	2月 7(日)・11(祝)・13(土)・21(日)・23(祝)・27(土)
3月 7(日)・13(土)・20(祝)・21(日)・27(土)	

年末年始のお休み 12/29(火)~1/3(日)は年末年始のため休館となります。

GUIDE 開館時間 9:30~16:00

老人福祉センター **ひのき荘**

☎973-7903 ☎343-0827 川柳町2-507-1

生活・健康相談

日時: 開館日の10:00~12:00、13:00~15:00
対象: 市内在住で60歳以上の方

ラウンドフィットネス

筋力運動と有酸素運動を30秒ずつ交互に行うサーキットトレーニングです。はじめて利用する際は、初回講習会の受講が必要となります。日程についてはひのき荘へお問い合わせください。

*感染防止のため、マスクの着用、消毒の徹底、利用時間・人数等の制限をさせていただきます。

利用時間: 9:30~15:30
※原則として、1回30分以内
対象者: 高校生以上ならどなたでも
利用料金: 200円
※市内60歳未満・市外の方は別途センター使用料が必要です。



年末年始のお休み 12/29(火)~1/3(日)は年末年始のため休館となります。

休館日	休館日
1月 1(祝)・2(土)・3(日)・5(火)・12(火)・19(火)・26(火)	2月 2(火)・9(火)・16(火)・24(水)
3月 2(火)・9(火)・16(火)・23(火)・30(火)	

GUIDE 開館時間 9:30~16:00

老人福祉センター **けやき荘**

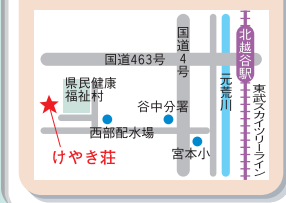
☎965-5822 ☎343-0852 新川町2-55

生活・健康相談

日時: 開館日の10:00~12:00、13:00~15:00
対象: 市内在住60歳以上の方

移動図書館

日時: 1/14、28(木)・2/25(木)・3/11、25(木)14:30~15:00
場所: 正面玄関前
対象: 図書館(室)の利用券をお持ちの方。詳しくは、市立図書館にお問い合わせください。



一部ご利用になれない日

- 1/4(月)終日 浴室 設備点検のため

※今年度のけやき祭(クラブ発表会)については、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となりました。

年末年始のお休み 12/29(火)~1/3(日)は年末年始のため休館となります。

休館日	休館日
1月 1(祝)・2(土)・3(日)・10(日)・11(祝)・16(土)・24(日)・30(土)	2月 6(土)・11(祝)・14(日)・20(土)・23(祝)・28(日)
3月 6(土)・14(日)・20(祝)・21(日)・28(日)	

GUIDE 開館時間 9:30~16:00

老人福祉センター **ゆりのき荘**

☎992-6601 ☎343-0011 増林3-2-2

生活・健康相談

日時: 開館日の10:00~12:00、13:00~15:00
対象: 市内在住60歳以上の方

一部ご利用になれない日

- 1/5(火) 午前中 浴室 設備点検のため

年末年始のお休み 12/28(月)~1/4(月)は年末年始のため休館となります。

休館日	休館日
1月 1(祝)・2(土)・3(日)・4(月)・12(火)・18(月)・25(月)	2月 1(月)・8(月)・15(月)・22(月)
3月 1(月)・8(月)・15(月)・22(月)・29(月)	

*日時・内容については一部変更になる場合があります。詳しくは、各施設へお問い合わせください
*老人福祉センターに初めてお越しの際は、住所・氏名・生年月日の分かるもの(運転免許証・保険証など)をお持ちください

広告

宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになりました!

宝くじ公式サイトはコチラから

お得な特典、便利なサービスいろいろ!宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP1 宝くじ公式サイト(登録済)メールアドレス登録
「宝くじ公式サイト」を検索して、宝くじ公式サイトの新規会員登録ページでメールアドレスを登録(仮登録)します。

STEP2 会員登録の入力(会員登録)
① 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。
② メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。
③ 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただくと新規会員登録が完了します。

STEP3 会員登録の入力
ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および「当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。

宝くじ公式サイトはコチラから

宝くじ公式サイト 電話 0570-01-1192 (受付時間 9:00~17:00) ☎011-330-0777 (受付時間 9:00~17:00)

広告

介護スタッフ大募集! 急募 13時~17時 勤務できる方!

◆デイサービス ◆生活相談員
時給 928円~1,122円 (資格により時給は異なります)
時間 8:30~17:30 (1日1名、1日2名、2日1名)

◆訪問介護
時給 1,609円~1,722円 (資格により時給は異なります)
時間 8:00~18:00 (1日1名、1日2名、2日1名、3日1名、4日1名、5日1名)

その他 日・祝 250円up 移動手当 1件100円

〒343-0023 越谷市東越谷9-29-5 お問い合わせ ☎048-971-7590

こしがや行事予定

掲載している情報は12月3日現在のものです。新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、中止または延期になる場合があります。日程変更等は、市ホームページ等で随時お知らせします。詳しくは、市ホームページ等をご覧ください。各問い合わせ先にお問い合わせください。

〈お問い合わせ先〉

- | | |
|----------------|-----------|
| ① 東埼玉資源環境組合計画課 | ☎966-0121 |
| ② 生涯学習課 | ☎963-9283 |
| ③⑤ 科学技術体験センター | ☎961-7171 |
| ④ 市民活動支援課 | ☎963-9153 |
| ⑥ (一社)越谷市観光協会 | ☎971-9002 |

1月

- ① 東埼玉資源環境組合(リユース)元日展望台一般公開
 - 1日(祝) 東埼玉資源環境組合第一工場ごみ処理施設
- ② 令和2年度越谷市新成人へのお祝い ■ 10日(日) 市内12会場
- ③ すずきまどかのサイエンスショー
 - 11日(祝) 科学技術体験センター 4F 多目的ホール
- ④ 第13回協働フェスタ
 - 23日(土) 越谷市中央市民会館劇場、
越谷市市民活動支援センター



協働フェスタ

2月

- ⑤ 北野貴久のサイエンスショー
 - 13日(土)・14日(日)

科学技術体験センター 4F 多目的ホール



北野貴久のサイエンスショー

3月

- ⑥ 北越谷桜まつり
 - 下旬～4月中旬 北越谷元荒川桜堤



北越谷元荒川桜堤

INSIDE STORY 楽屋裏



新型コロナウイルスがまだまだ猛威を振るう中、気分転換で遠くに行きたいけど控えている、という方も多いのではないのでしょうか。そんな皆さんへ向けて、今号では『歴史文化とグルメを楽しむプチ散歩旅』と銘打ち、市内で気軽に足を運べる散歩スポットを紹介しています。また、『越谷の特産品がインターネットで購入できます』では、越谷の特産品の紹介とともに、インターネットでの購入方法についても掲載しています。

いずれも、地域の魅力を改めて紹介する記事になっており、市内にお住まいの方でも知らなかった場所や商品があると思います。記事を通して、新しい越谷の一面に触れてもらうきっかけになると嬉しいです。(山)