

# はまぎく

## 通信

### 第175号

令和3年6月1日発行

社会福祉法人 はまぎくの会

- 多機能型指定障害福祉サービス事業所  
ハートケアセンターひたちなか  
Restaurant Bonappe
- 分場 喫茶なごみ  
福祉の店ボレボレ
- 地域活動支援センター ふわり

●グループホーム

- (介護サービス包括型)
- ラッキーひたちなか・スマイルひたちなか
  - フラワーひたちなか・ドリームひたちなか
  - オアシスひたちなか・リバティひたちなか
  - フレンズひたちなか・モンエマーサひたちなか

〒311-1231  
茨城県ひたちなか市柳沢 2831  
TEL 029-264-1500  
(相談専用)  
TEL 029-219-8166  
FAX 029-262-6200  
E-mail: BCB10270@nifty.com  
Http://hartcare-hamagiku.com

## 『ふわり馬渡事業所オープンしました』

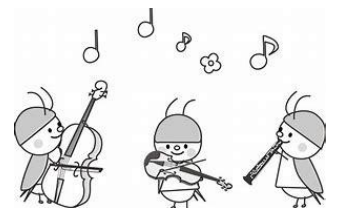
柳沢事業所で運営してきた「地域活動支援センターふわり」ですが、昨年12月より、馬渡事業所(国営ひたち海浜公園近く)にもオープンしました。(馬渡事業所は平日のみ開所)スタッフも柳沢事業所と馬渡事業所へシフトで勤務しているので、今まで通りお会いできませんが、送迎もありますので、お気軽にお越し下さい。皆さんが参加したいと思っただけのプログラムをご用意してお待ちしております。(送迎の詳細については、別ページ参照)

## ふわりの新しい活動です！「楽奏クラブ」

日時：6月26日(土) PM2:00～ランチルーム

ギター、キーボード、ドラムなど楽器の練習、演奏を楽しみたい方の集いです。

今月は、「夢の中へ」を合奏してみましょう。次回からは、今流行の曲にチャレンジしていきたいと思えます。どうぞお気軽にご参加下さい。(担当:三上スタッフ)



## 「ニュースポーツ」を体験しました！！

5月17日～21日の5日間、馬渡フリースペースで「ニュースポーツ」の体験を行いました。

気軽にどなたでも楽しめるスポーツとして開発されたもので種類が沢山あります。ふわりでは、「ユニカール」「オーバルボール」「バグゴ」「ディスクゴルフ」の4種目を行いました。利用者様はもちろん、ボランティアさんやスタッフも参加し、楽しむことができました。みなさん、ぜひ参加してみてください

～今回参加された方の感想～

Tさん：カーリング(ユニカール)楽しかったです。ぱっちりできました。

Aさん：楽しかったです。「負けたくない！」と思って頑張ってみました。もう少しやってみたいと思いました。

Mさん：腰痛がありますがカーリングみたいなスポーツができて良かったです。点数はよくなかったですがみんなと楽しみました。

スタッフM：初めて挑戦しました。中年以上(?! )の私でも結構良い点がとれて楽しかったです。試合がしたいです。

### ～6月号もくじ～

<表紙>ふわりからのお知らせ・ニュースポーツの感想・目次

<3 P>仲間のユナ・ポナッペのお知らせ・NEW FACE 紹介

<5 P>ミティグ講座・ワチー君・6月の行事予定

<7 P>家族のつどい・通信購読料について・編集後記

・送迎変更のお知らせ

<2 P>なごみ・多機能利用者数・注文販売のお知らせ

<4 P>支援利用者数・クラブ活動・スポーツ・5月の行想

<6 P>GH入居者数・GHについて

<8 P>6月のカレンダー



# ハートケアセンターのページ

『ハートケアセンターひたちなか』

## 体験受付募集中

「作業には興味があるけど体力に自信がない」  
「就労のプランがあって今の自分はどのくらいできるかわからない」など、不安に感じている方。まずは体験してみませんか？

- 体験の種類として、①まずはどんな所か知りたい人『一日体験』  
②体力に自信をつけたい人『本登録に向けての体験』の2種類があります。

どちらも利用は100円です。体験前にまずはご連絡・ご相談下さい。お待ちしております。

お問い合わせ TEL 029-264-1500 まで

ハートケアセンターとは、作業をしながら人とのコミュニケーションを取る力や、生活リズムを整えて、就労に向けての自信をつけるための場所です。

作業内容は、①クッキーなどのお菓子作りをする「花詩工房班」、②干し芋やらっきょうなど食品作りの「食品加工班」です。また、これらの製造物の販売や内職や清掃作業も行っています。

## 喫茶なごみ&福祉の店ポレポレ

お久しぶりです!!ようこそ♪

### ☆喫茶なごみ&福祉の店ポレポレへ

「ポレポレ」はスワヒリ語でゆっくりと…

そんなお店づくりを心がけ、皆様のお越しをお待ちしています!

営業日: 火曜日～土曜日 (定休日: 日・月・祝)

営業時間: AM10:00～PM4:00

ランチ: AM11:00～PM2:30 まで



営業時間内は、地域の福祉施設の商品をお預かりし、販売もしています。

注文したランチやお茶などをお気軽に楽しんでいただけたらと、思っています。

今のところ、コロナウイルスの影響を受けながらの営業になってしまっていますが、これからも地域社会の貢献に力を入れていこうと思っています。  
※自遊市場は、駐車場工事の為、当面お休みします。

TEL029-276-9040

登録者数 82名(5月31日現在)

サービス別	生活訓練	就労継続支援B型	就労移行	生活介護
	13	48	12	9
作業班別	花詩工房	食品加工	ポナップ	
	18	40	9	

## 花詩工房

### いちごジャム

茨城県鉾田産の「やよいひめ」という甘みが強くまるやかな酸味が特徴のいちごを使ったジャムです。レモン汁もレモン一つ一つ絞ったものを使い、保存料、着色料など一切使っておりません。

¥400



### SASIMATYA

#### さし茶クッキー

茨城特産品「猿島茶」を使ったクッキー

¥130

### CHOCOCHIP

#### チョコチップクッキー

一口サイズで食べやすい飽きのこない味

¥130



### COUNTRYROAD

#### カントリーロード

サクサクした生地の上にパリッとしたキャラメル

¥130

### 至福のりんごケーキ

奥久慈りんごをじっくり煮詰めたコンポートを使用し酸味がほどよく残る、しっとりとした生地仕上げました

北海道生乳100%の国産バターを使った、こだわりのりんごケーキです

¥1200



## 食品加工

### うまい じゃん

#### UMAIJAN

この豆板醤には一味違う米麴が入っています。茨城県で取れたそら豆や唐辛子を使用しています。

¥410

### はまぎくさん家のらっきょうの甘酢漬け

茨城県産のらっきょうを使用

1つ1つ丁寧に皮を剥ぎ、オリジナルの甘酢に漬け込みました。

¥290



### うまい たれ

#### UMAITARE

フルーツや茨城県産の野菜をふんだんに使い、食べものの味付けを楽しむことができます。焼肉はもちろん、サラダにも合います。

¥480

配送料金 お客様のご負担となります。ご了承下さい。

	九州・北海道	四国	中国	関西・北東北	北陸・東海・信越 関東・南東北
2kg まで	1160	1050	940	830	720
5kg まで	1430	1320	1210	1100	990
10kg まで	1780	1670	1560	1450	1340
20kg まで	2240	2130	2020	1910	1800

\*らっきょうの甘酢漬けをお買い上げの方はクール便での配送になりますので別途 250円がかかります

連絡先 TEL 029-264-1500 FAX 029-262-6200

# 仲間のコーナー

「七角曲がり」作

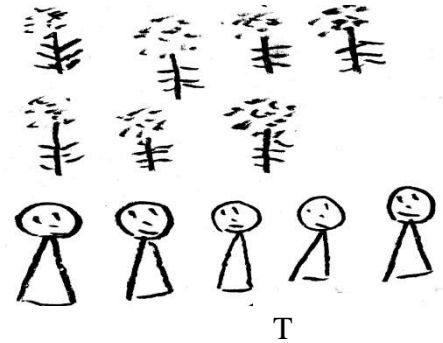
一つ目の角を曲がると、そこには床屋があり  
二つ目の角を曲がると、そこには八百屋があり  
三つ目の角を曲がると、そこには魚屋があり  
四つ目の角を曲がると、そこにはバイク屋があり  
五つ目の角を曲がると、そこには雑貨屋があり  
六つ目の角を曲がると、そこには精神科施設 GH があり  
七つ目の角を曲がると、そこには天国があった!

観音寺高校 大旨科

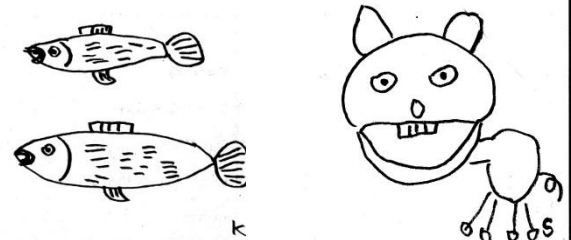
菩薩「観世音」地藏菩薩自蔵、五体満足に虚空(弁天様)私かあ、  
水素核に赤せつ惑星えざしに気をつけて、リベラル化柿根、垣根  
泥々オレンジ矢巨 デカルト商法 自家経営 N

努力とは楽しい事を精一杯する事である by 内藤 諄人  
つながっていないものをどうつなげて考えることができるか。  
それを探究することが知性の根源的なあり方 by 齊藤 孝  
O.T

スタッフさんに色々なタイプの人がいって私はお手にしています。気さくな人、細かい人、きれいで何でもできる人、男性みたいに器の大きい人 etc. <女性の人ですよ> 毎日働く姿を見ている私はパワーをもらっています! ⊕



このままでいい      だきしめる      アコトーイ



## 《レストラン ボナッペ》

茨城のこだわりの食材を使ったカジュアルなお料理をゆったりとした店内でお楽しみいただけます。

皆様のお越しをスタッフ一同お待ちしております。

営業日 火・水・木・金 定休日 月・土・日・祝

営業時間 ランチ 11:30~14:00

(日によって、営業時間が変更になる場合があります)

住所 ひたちなか市馬渡 558-1

TEL 029-219-7633

## NEW FACE

- Q1 お名前・生年月日・血液型  
Y・Iさん  
S,45年 6月 6日 O型
- Q2 ニックネームはありますか?  
岩ちゃん
- Q3 趣味・特技は何ですか?  
マージャンが好きです
- Q4 好きな食べ物、苦手な食べ物  
ファミレスのドリンクバーが好きです。
- Q5 好きな芸能人(有名人)はだれですか?  
特にいません。
- Q6 皆さんにメッセージをどうぞ  
まだ新米なので、宜しくお願いします。

# 地域活動支援センター「ふわり」のページ

地域活動支援センターは、病気と向き合い、医療機関を利用しながら生活を送っている人たちがたくさん利用しています。さまざまな相談や福祉サービスの利用の助言や関係施設との連絡調整を行い、精神障がいを持つ人が地域で自分らしい生活ができるように、本人と一緒に考えていきます。

具体的には、365日フリースペースの開設、ランチサービス(土・日・祝)、自宅訪問などを行っています。他のページにもいろいろなサービスが紹介してありますので、ぜひ一度利用してみませんか？

●ご相談はこちらまで \*来所相談は予約が必要です

**TEL 029-219-8166**

毎日 午前9時～午後5時まで

●フリースペース開設時間

毎日 午前9時～午後5時まで

施設維持管理費 (利用1日あたり) 100円

\*土日祝日は柳沢営業所のみ開設

(5月30日 現在 登録者数 男性128名 女性 47名 計 175名)

## クラブ活動 & スポーツ

### 軽音クラブ

日程：23日(水) 13:30～

場所：馬渡事業所 フリースペース

楽しく自由にやっています。

### 書道クラブ



日時：毎週火曜日 13:30～ 30分程度

場所：馬渡事業所 フリースペース

〈毛筆〉

参加メンバーで書く文字のテーマを考えて思いついた言葉を書いています。毎回、作品を掲示していますので、テーマを当ててみてください！

〈硬筆・ペン習字〉

古文や万葉集、格言などを自由に練習しています。

### スポーツクラブ



日時：水曜日 13:30～(第4水曜日は休み)

参加人数によって内容が変わります。

例(卓球・なわとび・ドッジボール等)

### 大八郎さんのわくわく工作

日時：6月15日(火) 10:45～

場所：馬渡フリースペース

ボランティア大八郎さんに教えていただきながら、牛乳パックを使った古民家のジオラマ(模型)を作ってみましょう！

キットが準備されていますので、簡単に仕上がるはず！

参加費無料です。

### 海浜公園の感想 4月23日(金) ネモフィラを見に行ってきました。

- ・ネモフィラがきれいだった。花を見ているとなごむので、又、皆と行きたいと思いました。Kさん
- ・チューリップが見たかったのですが見損なってしまったことが残念でした。ネモフィラはとても広く咲いていてきれいでした。毎年見に行っています。N・Cさん
- ・海浜公園で初めてネモフィラを見ました。沢山歩いて、いい気分転換になりました。ありがとうございました。Nさん  
～スタッフより～

当日はお天気が良く、まっ青な空とまっ青で満開のネモフィラ！！そして手前には黄色の菜の花畑・・・春風にゆられ身も心もリフレッシュできました。^v^ 途中、圏内にある古民家ではガイドの方に建築様式の説明を受けることが出来た事も貴重な体験となりました。

# 今月の『支援センターふわり』の行事

## ミーティング講座

### SST

■ 日程：3日(木)17日(木)  
 ■ 場所：馬渡事業所 フリースペース  
 ■ 時間：10:45～



### 茶話会



■ 日程：21日(月)  
 ■ 場所：馬渡事業所 フリースペース  
 ■ 時間：10:45～

参加する皆さんで、話題を考え、おしゃべりを楽しむ会です。

今回は、『明るく、元気に、生活する方法』の話題でした。

自分でお話しすることが苦手な方でも大丈夫！  
 どうぞ、ご参加ください。

### みんなで一緒に考えよう

■ 日程：10日(木)、24日(木)  
 ■ 場所：馬渡事業所 フリースペース  
 ■ 時間：10:45～



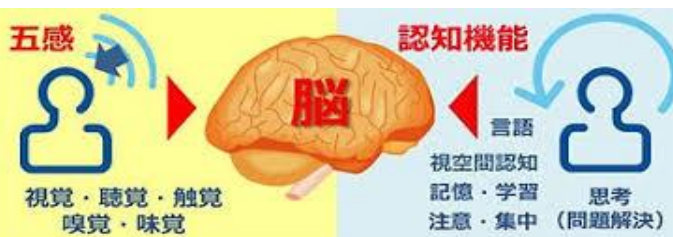
※予定は変更になる場合があります。

### シナプソロジー

■ 日程：6月22日(火)  
 29日(火)  
 ■ 時間：10:45～

シナプソロジーとは？

「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」といった普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図ります。複数人で楽しく行うことで、感情や情動に関係した脳も活性化され、認知機能や運動機能の向上と共に、不安感の低下も期待できます。



## 料理

### ランチ君



土、日、祝日昼食に、ぜひランチサービスをご利用ください。いろいろなメニューをご用意しています。10時半までの受付です。(日程は最終ページのカレンダーをご覧ください)

## 6月の行事予定

### ◎散策◎

- ・日程：6月11日(金)  
 「聖火ルーのトーチを見に行こう！！」
- ・日程：6月18日(金)  
 「近代美術館」
- ・日程：6月25日(金)  
 「お買い物ツアー」

### ♥デザートクラブ♥

日程：6月26日(土)13:00～

### ♪楽奏クラブ♪

日程：6月26日(土)14:00～

場所：ランチルーム

※事前に申し込みが必要なプログラムもございますので、お気軽にお問い合わせください。

### 家族のつどい

次回は6月12日(土)に開催予定です。さまざまな悩みについて、参加者で話し合いをする予定です。

- 次回日時：6月12日(土)  
 13:30～15:00
- 場所：地域活動支援センターふわり(馬渡)  
 担当 富田

# グループホームのコーナー

## グループホーム プロフィール



グループホーム ドリーム

グループホーム（GH）とは、地域で自立した生活を送るための共同住居です。対象は、ある程度身の回りのことはできるけれど、1人で生活するのは「難しい」、「心配だ」、「自信がない」、という精神障がいを持っている方です。

世話人と呼ばれているスタッフが相談にのったり、生活のポイントを一緒に考えたりします。日中は、主にハートケアセンターや支援センターへふわりをご利用いただきます。

自己負担金（目安）

- ◎ 1ヵ月あたり57,000円（利用料、水道光熱費、食費込み）  
市町村より家賃補助があります（上限 10,000円）
- ◎ 福祉サービス自己負担金

### グループホーム はまぎく 入居状況（5月17日現在）

GH名	ラッキー	スマイル	フラワー	ドリーム	オアシス	リバティ	フレンズ	モンエマーサ
定員	男10名	男6名	女6名	男8名	男5名 女3名	男女6名	男10名	男女7名
入居人数	9名	5名	5名	8名	8名	6名	10名	6名
空き状況	1名	1名	1名	0名	0名	0名	0名	1名

### グループホームってどんなところ？

現在、グループホームはまぎくでは8棟のグループホームがあり、スタッフが食事を作るグループホームから、自分たちで当番制で調理する所、アパートタイプのグループホームまでいくつかのタイプのグループホームがあります。ご利用者の方は生活状況や目標に合ったグループホームに入居しており、スタッフは体調や生活全般を見守り、ご利用者の方が出来ることが少しでも増えていけるようお手伝いをしています。日中はハートケアセンターや支援センター、その他の事業所や就労先へ通っておりますが、土日は近くのスーパーへ買い物へ行ったり、外食されたり、図書館へ行ったりと、それぞれのペースで生活されております。見学は随時受けておりますので、興味のある方のご連絡をおまちしております。

# 地域活動支援センター「ふわり」のページ

地域活動支援センターは、病気と向き合い、医療機関を利用しながら生活を送っている人たちがたくさん利用しています。さまざまな相談や福祉サービスの利用の助言や関係施設との連絡調整を行い、精神障がいを持つ人が地域で自分らしい生活ができるように、本人と一緒に考えていきます。

具体的には、365日フリースペースの開設、ランチサービス(土・日・祝)、自宅訪問などを行っています。他のページにもいろいろなサービスが紹介してありますので、ぜひ一度利用してみませんか？

●ご相談はこちらまで \*来所相談は予約が必要です

**TEL 029-219-8166**

毎日 午前9時～午後5時まで

●フリースペース開設時間

毎日 午前9時～午後5時まで

施設維持管理費 (利用1日あたり) 100円

\*土日祝日は柳沢営業所のみ開設

(5月30日 現在 登録者数 男性128名 女性 47名 計 175名)

## クラブ活動&スポーツ

### 軽音クラブ

日程：23日(水) 13:30～

場所：馬渡事業所 フリースペース

楽しく自由にやっています。

### 書道クラブ



日時：毎週火曜日 13:30～ 30分程度

場所：馬渡事業所 フリースペース

〈毛筆〉

参加メンバーで書く文字のテーマを考えて思いついた言葉を書いています。毎回、作品を掲示していますので、テーマを当ててみてください！

〈硬筆・ペン習字〉

古文や万葉集、格言などを自由に練習しています。

### スポーツクラブ



日時：水曜日 13:30～(第4水曜日は休み)

参加人数によって内容が変わります。

例(卓球・なわとび・ドッジボール等)

### 大八郎さんのわくわく工作

日時：6月15日(火) 10:45～

場所：馬渡フリースペース

ボランティア大八郎さんに教えていただきながら、牛乳パックを使った古民家のジオラマ(模型)を作ってみましょう！

キットが準備されていますので、簡単に仕上がるはず！

参加費無料です。

### 海浜公園の感想 4月23日(金) ネモフィラを見に行ってきました。

- ・ネモフィラがきれいだった。花を見ているとなごむので、又、皆と行きたいと思いました。Kさん
- ・チューリップが見たかったのですが見損なってしまったことが残念でした。ネモフィラはとても広く咲いていてきれいでした。毎年見に行っています。N・Cさん
- ・海浜公園で初めてネモフィラを見ました。沢山歩いて、いい気分転換になりました。ありがとうございました。Nさん  
～スタッフより～

当日はお天気が良く、まっ青な空とまっ青で満開のネモフィラ！！そして手前には黄色の菜の花畑・・・春風にゆられ身も心もリフレッシュできました。^v^ 途中、圏内にある古民家ではガイドの方に建築様式の説明を受けることが出来た事も貴重な体験となりました。

令和3年

6月

ハートケアセンター ひたちなか  
地域活動支援センター ふわり

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
午前			ランドリー作業 9:30～ 生活プログラム 10:45～	制作会 10:45～ パソコンプログラム10:50～	SST 10:45～		
午後			ミニ作業 13:00～ 書道クラブ 13:30～	スポーツクラブ			ランチサービス 12:00～
	6	7	8	9	10	11	12
午前		ランドリー作業 9:30～ 仲間企画 映画鑑賞会	生活プログラム 10:45～	制作会 10:45～ パソコンプログラム10:50～	みんなで一緒に考えよう 10:45～	散策【聖火リレー見学】	
午後	ランチサービス 12:00～	ミニ作業13:00～	書道クラブ	スポーツクラブ			ランチサービス 12:00～
	13	14	15	16	17	18	19
午前		ランドリー作業 9:30～	生活プログラム 10:45～ 大八郎さんのわくわく工作	制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～	SST 10:45～	散策【近代美術館】	
午後	ランチサービス 12:00～	ミニ作業 13:00～ 就労プログラム 13:00～	書道クラブ 13:30～	スポーツクラブ 13:30～			出店クラブ ランチサービス 12:00～
	20	21	22	23	24	25	26
午前		ランドリー作業 9:30～ 茶話会 10:45～	生活プログラム 10:45～ シナプソロジー 10:40～	制作会 10:45～ パソコンプログラム10:50～	みんなで一緒に考えよう 10:45～	散策【お買い物ツアー】	
午後	ランチサービス 12:00～	ミニ作業 13:00～ 就労プログラム 13:00～	書道クラブ 13:30～	軽音クラブ 13:30～			ランチサービス 12:00～ デザートクラブ 13:00～ 楽奏クラブ 14:00～
	27	28	29	30			
午前		ランドリー作業 9:30～	シナプソロジー 10:40～	制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～			
午後	ランチサービス 12:00～	ミニ作業 13:00～ 就労プログラム 13:00～	書道クラブ 13:30～	スポーツクラブ 13:30～			

※土・日・祝祭日は柳沢フリースペースのみ開いています。馬渡フリースペースは休みです。 ※平日は基本的にハートケアセンター各班の通常作業があります。