

# はまぎく通信

第180号

令和3年 11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 いわり

●グループホーム

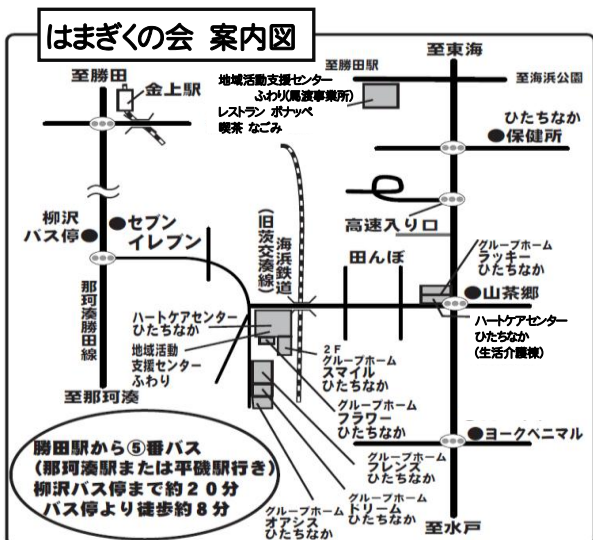
- (介護サービス包括型)
- ラッキーひたちなか・スマイルひたちなか
  - フラワーひたちなか・ドリームひたちなか
  - オアシスひたちなか・リパティひたちなか
  - フレンズひたちなか・モンエマーサひたちなか

〒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

## Restaurant Bonappe



ADDRESS  
〒312-0012  
茨城県ひたちなか市馬渡字砂久保 558-1  
TEL 029-219-7633  
FAX 029-219-7622



- ～11月号目次～
- <表紙>「レストラン ボナッペ」のお知らせ・案内図・目次
  - <2 P>なごみ・多機能利用者数・注文販売のお知らせ
  - <3 P>仲間のコナ
  - <4 P>支援利用者数・11月のクラブ活動・スポーツなど
  - <5 P>ミテイング 講座・ランチ・君・11月の行事予定・家族のつどい
  - <6 P>GH入居者数・GHについて
  - <7 P>送迎のお知らせ・編集後記
  - <8 P>11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 86名(10月27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
	14	52	10	10
作業班別	花詩工房	食品加工	ポナップ	
	21	37	18	

## 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

「逆転！」

作 I・H

どんな人の人生にも逆転は必ずや有る！！。

辛くて辛くて、どうしようもない

どん底に落ちても、

そこからは上がる力を

誰もが持っている！！。

泣いて泣いてどうしても

立ち上がれなくなっても、

必ずや、人生の逆転構図が

まちかまえている。

そして遂には、敗者が敗者の道が

できるんだ！

秋になった夜の虫の鳴き声やスーパー

の果物の色あざやかさ。生きてるって

季節を感じることも一つかな。

ラーメン食べたい

K

大勝軒のつけめんサイコー！ N



R

今日は今年一番の寒さ

また冬が来る。

毎年見ている元旦の初日の出

今年もきれいに見れますように。…

肉まん食べたいナ A

生命体から赤坂門を離席して

自分である確逸性を請う

E.T(直Gちゃん)と電話で

連絡を取る片言を発して憂いさ回り、

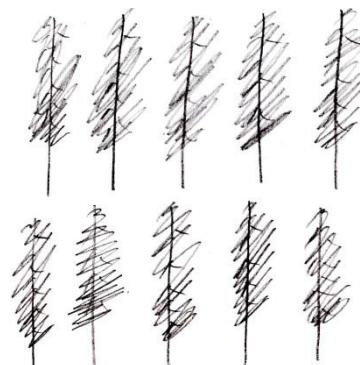
煩さい時の対処法、臨界を気を付けて

レジェレンス、アドレラリンが過剰にしない

罪賃(コンピューター言葉を発して)

便乗者

N



# 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

(10月27日 現在 登録者数 男性130名 女性 46名 計176名)

## クラブ活動 & スポーツ

### 軽音クラブ

日程：24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

### スポーツクラブ

日時：水曜日 13:30～(第4水曜日は休み)

今月は10日、17日に行います。

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、ヨガなど

### ♡デザートクラブ♡

11月はお休みです。

### ♪楽奏クラブ♪

日時：20日(土) 14:00～

場所：柳沢ランチルーム

ギター、キーボードなど

みんなで演奏してみませんか♪♪?

### 制作会

日時：毎週水曜日 10:45～

場所：馬渡フリースペース

## 大八郎さんのわくわく工作

日時：16日(火) 10:45～

場所：馬渡事業所 フリースペース

ボランティアの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オシャレペン立て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。

<過去に作った作品紹介>



古民家のジオラマ(模型)

# 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: 18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: 15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。  
自分でお話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: 11日(木)・25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: 2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)

## 11月の行事予定

☆秋のつどい ⇒ 11/6(土)

☆日帰り温泉旅行 ⇒ 11/19(金)  
常陸大宮の道の駅で昼食を食べたり、  
三太の湯に入り、日ごろの疲れを  
とりに行きます。



☆仲間企画(映画会) ⇒ 11/29(月)

## 家族のつどい

日時: 11月13日(土) 13:30~15:00  
場所: 喫茶なごみの2階で行います。

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。  
※「コロナウイルス」の状況次第で中止となる可  
能性があります。

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（10月15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	6名	5名	8名	8名	6名	10名	7名
空き状況	1名	0名	1名	0名	0名	0名	0名	0名

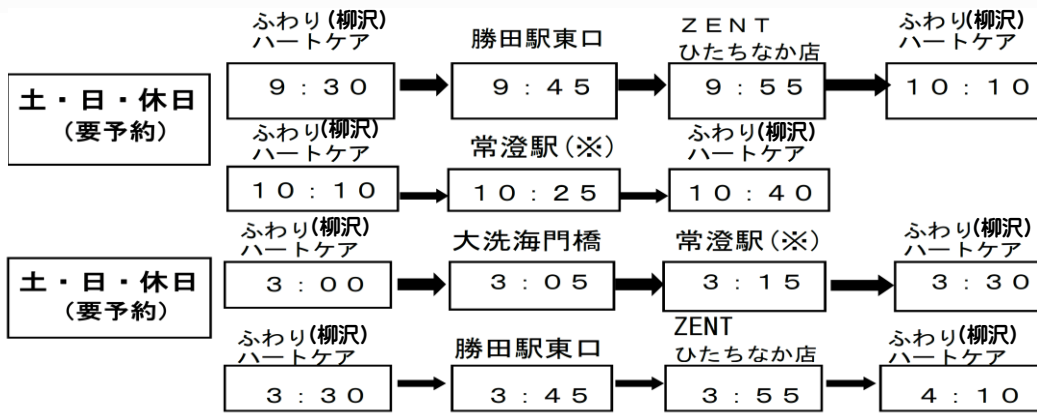
### グループホームってどんなところ？

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。

# 送迎バス 運行時刻のお知らせ

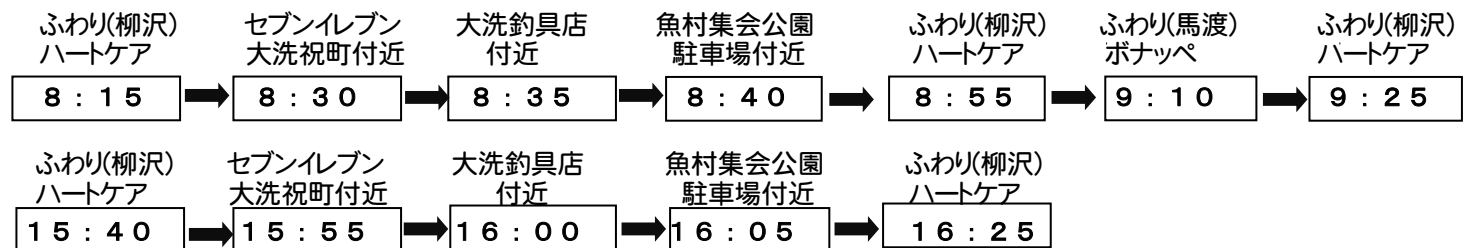
(空白 (停車なし) と ■ の停留所には停車しません) ※平日のみ運行

	柳沢事業所	勝田駅東口	ZENT ひとちなか店	馬渡事業所	柳沢事業所	生活介護棟	なかよし	馬渡事業所	柳沢事業所	備考
1便	①8:00	①8:15	①8:25	(停車なし)	①8:40					
2便	②8:40	②8:55	(停車なし)	②9:10	②9:25					③便は、馬渡事業所で②便と合流します。柳沢事業所へは②便への乗換えが必要です。
3便			③8:55	③9:00						
4便	④9:25	④9:40	④9:50	④9:55	④10:10					
5便					⑤10:10	(停車なし)	④10:25	④10:30	④10:45	
6便				⑥11:40	⑥11:55					
7便					⑦13:00	⑦13:05	(停車なし)	⑦13:15		
8便					⑧14:55	(停車なし)	⑧14:45	⑧14:40		⑧⑨便は、他の便とは逆回りでの運行となります。ご注意ください。
9便	⑨15:50	⑨15:35	⑨15:25	⑨15:20	⑨15:05					
10便	⑩15:50	⑩16:05	(停車なし)※	(停車なし)	⑩16:20					⑪便は⑩便が、乗員オーバーの際の臨時便です。 ⑩便に乗り切れる場合は※ ZENT16:15⇒柳沢事業所16:30着となります。
11便	⑪16:20	(停車なし)	⑪16:35	(停車なし)	⑪16:50					



**<注意事項>**  
 \* 平日帰りの便は、ロビーのホワイトボードにご予約下さい。  
 \* 土・日・休日は完全予約制です。当日 AM9:15 までにお申し込み下さい。

## 10月1日より、大洗方面の送迎が始まりました。※平日のみ運行。事前予約が必要です。



### 【編集後記】

肌寒くなってきましたね。こんなときこそぜひ運動を！私は毎日 2.5 キロ走っています！

名刺や封筒などの印刷も請け負っております。ご注文やご質問などございましたら、お気軽にお問い合わせください。これからもよろしくお願ひ致します。 お問い合わせ：029-264-1500



令和3年

# 11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
午前		1 ランドリー作業 9:30～	2 生活プログラム 10:45～ シナプソロジー 10:45～	3文化の日	4 ランドリー作業 9:30～	5	秋のつどい 11:00～
午後		ミニ作業13:00～ 就労プログラム 13:00～	書道クラブ 13:30～	ランチサービス	ミニ作業13:00～		
午前	7	8 ランドリー作業 9:30～	9 生活プログラム 10:45～	10 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～	11 みんなで一緒に考えよう 10:45～	12	13 ランチサービス 12:00～ 家族のつどい 13:30～
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～			
午前	14	15 ランドリー作業 9:30～ 茶話会 10:45～	16 生活プログラム 10:45～ わくわく工作	17 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～	18 SST 10:45～	19 日帰り温泉旅行	20 ランチサービス 12:00～ 楽奏クラブ 14:00～
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～			
午前	21	22 ランドリー作業9:30～	23勤労感謝の日	24 ランドリー作業 9:30～ 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～	25 みんなで一緒に考えよう 10:45～	26	27 ランチサービス 12:00～
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～	ランチサービス	ミニ作業13:00～ 軽音クラブ 13:30～			
午前	28	29 ランドリー作業 9:30～ 仲間企画(映画会)	30 生活プログラム 10:45～				
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～				

※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。