

# はまぎく通信

第182号

令和4年 1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

## 日帰り温泉旅行に行ってきました！



スタッフより

11月19日に「道の駅常陸大宮～かわプラザ～」と三太の湯に散策へ行きました！  
かわプラザでは地元の食材を使った料理を食し、  
三太の湯では温湯につかることで日頃の疲れを癒してきました！

～参加された方の感想～

- Aさん・一日車に乗って色々行ってとても楽しかったです。いい天気にも恵まれました。
- Oさん・ラーメンも食べられて、温泉にも入れてよかったです。
- Sさん・温泉が気持ちよかったです。

## 映画鑑賞会を行いました！

スタッフより

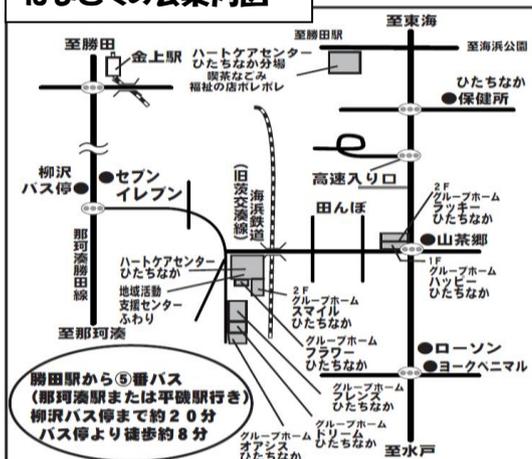
11月29日 馬渡館にて、「シティーハンター」の映画鑑賞会を実践しました！  
プロジェクターを使用し、大画面で迫力ある鑑賞会となりました！

～参加された方の感想～

- Kさん・久しぶりにシティーハンターを観て、大満足です。
- Sさん・面白かったです。
- Nさん・シティーハンターを軸にこの世はまわるのですね。



### はまぎくの会案内図



### ～1月号目次～

- <表紙>日帰り温泉旅行の感想・映画鑑賞会感想・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>仲間のコーナー・ニューフェイス・ボナッペのお知らせ
- <4 P>支援利用者数・1月のクラブ活動・スポーツなど
- <5 P>ミーティング講座・ランチ・君・1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>1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 85名(12月 17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
	15	52	8	9
作業班別	花詩工房	食品加工	ポナップ	
	20	39	17	

## 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

「カーテン」～外側のホラー～ 作I

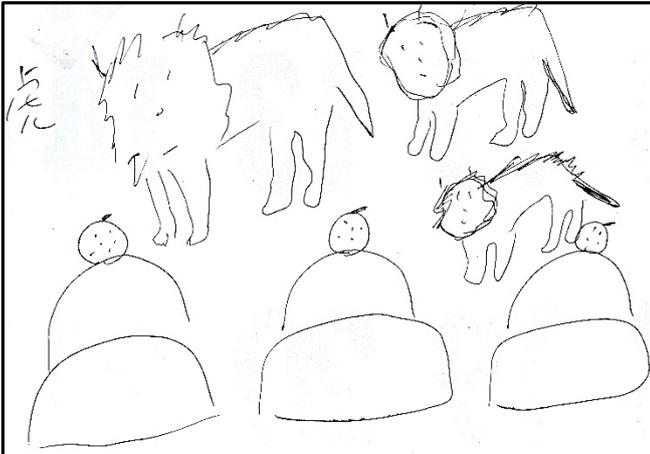
誰かが、自室のカーテンから自室内をのぞいている。これはとっても怖い!。でも、そんな風に外気を疑ってしまうのは精神科の特徴だ!実際は外側には、本当の人間も、幽霊も存在しない。では、なぜ疑ってしまうのか!?この現象は本人でしか分からない世界だ!!残念ながらね!!終。

宇宙人の俺女、そして私たちは白体化(免疫)され番(つがい)にいるのかもね、病気に成らずにね。永遠の魂が宿るかもよ。

お矩(かね)ないわよ、直 G ちゃんの都合の善し悪し。俺女は前頭葉、私と脈あったの一種のリーフには気を付けて。

抗菌覆面知辺べしうちしないでローズ神。

N



(雑学大全1)

やる気という物はやり初めてから出てくるものだ。

(雑学大全2)

糖を取ると、空腹感を感じやすくなる。

(雑学大全3)

読書というものを通して(小説など)から文章理解力が身に付く。 T・O

## 《 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

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

T E L 029-219-7633

## ☆ ニューフェイス ☆

Q1 お名前(イニシャル)・生年月日・血液型を教えてください

W・F

1975年4月28日生まれ

A型

Q2 ニックネームはありますか?

わたー

Q3 趣味・特技は何ですか?

読書・運動

Q4 好きな食べ物、苦手な食べ物は何か?

特になし

Q5 好きな芸能人(有名人)はだれですか?

桑田佳佑

Q6 みなさんにメッセージをどうぞ

初めまして、宜しくお願いいたします。

Restaurant  
Bonappe

# 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、精神障害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

(12月 21日 現在 登録者数 男性 131名 女性 47名 計178名)

## クラブ活動&スポーツ

### 軽音クラブ

日程：26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

集まった仲間でテーマを決めて、それぞれが  
思いついた文字や文章を書いています。

達筆な方、面白い文を書く方・・・

個性あふれる活動です。

### 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、ヨガなど

### 制作会

日時：毎週水曜日 10:45～

場所：馬渡フリースペース

室内の装飾品や、生活に役立つ小物を作ります。

自分で作りたいものを考えて、活動してもOKです！

## 大八郎さんのわくわく工作

日時：18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：6、20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：17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：13日(木)・27日(木)  
場所：馬渡事業所 フリースペース  
時間：10:45～



困っていること、ニュースで気になっていることなど  
仲間とお話してみましょ。もやもやが解消する  
かもしれません^v^

### シナプソロジー 日程：11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)

## 1月の行事予定

・初詣「大洗磯前神社」  
1月14日(金)AM



・オリンピック一斉見学  
1月15日(土)  
会場 那珂湊支所

## 家族のつどい

日時：1月 8日 (土) 13:30～15:00  
場所：馬渡ふわり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（12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	10名	6名	5名	8名	8名	6名	10名	7名
空き状況	0名	0名	1名	0名	0名	0名	0名	0名

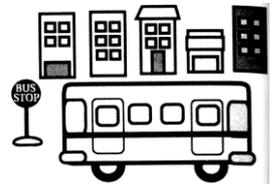
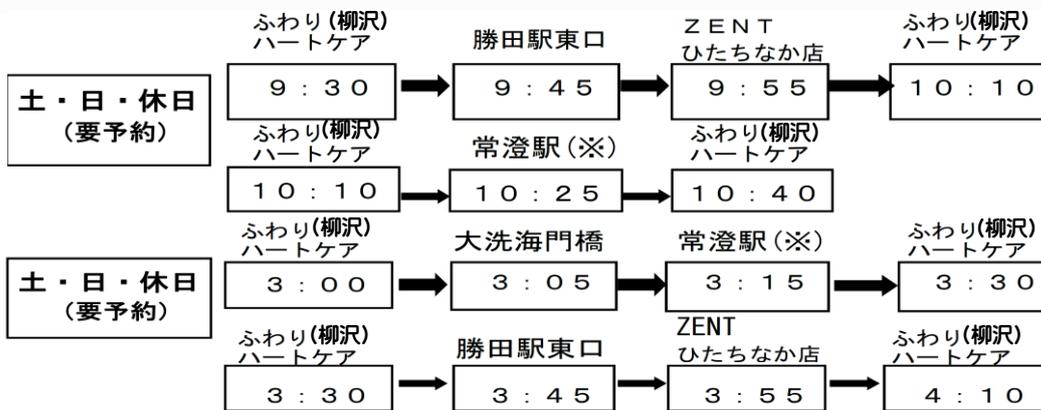
### グループホームってどんなところ？

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					⑩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※ ZENT 16:15⇒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】



新たな年を迎え皆様にとって本年にご多幸がありますようお祈りいたします！

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4年

1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
午後							ランチサービス 12:00~
午前	2	3	4 ランドリー作業 9:30~ 生活プログラム 10:45~	5 制作会 10:45~ パソコンプログラム 10:50~	6 SST 10:45~	7	8
午後	ランチサービス 12:00~	ランチサービス 12:00~	ミニ作業 13:00~ 書道クラブ 13:30~	スポーツクラブ 13:30~			ランチサービス 12:00~ 家族のつどい 13:30~
午前	9	10 ランドリー作業 9:30~	11 生活プログラム 10:45~	12 制作会 10:45~ パソコンプログラム 10:50~	13 みんなで一緒に考えよう 10:45~	14 初詣 大洗磯前神社	15 トーチ見学
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~			ランチサービス 12:00~ 楽奏クラブ 14:00~
午前	16	17 ランドリー作業9:30~ 茶話会 10:45~	18 生活プログラム 10:45~ 大八郎さんのわくわく工作 10:45~	19 制作会 10:45~ パソコンプログラム 10:50~	20 SST 10:45~	21	22
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~			ランチサービス 12:00~
午前	23 / 30	24 / 31 ランドリー作業 9:30~	25 生活プログラム 10:45~	26 制作会 10:45~ パソコンプログラム 10:50~	27 みんなで一緒に考えよう 10:45~	28	29
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~