

はまぎく通信

第184号

令和4年 3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

豆まきレクをしました！

～参加された方の感想～

- ・鬼役をやって福を呼べるよう努力したい、恵方巻も食べ。 N
- ・豆まきの玉入れゲーム楽しかった～！1番の高得点でした。 S
- ・玉入れゲームやりました。よかった～豆の菓子はおいしかった。
鬼のCさん楽しかったよ！ T

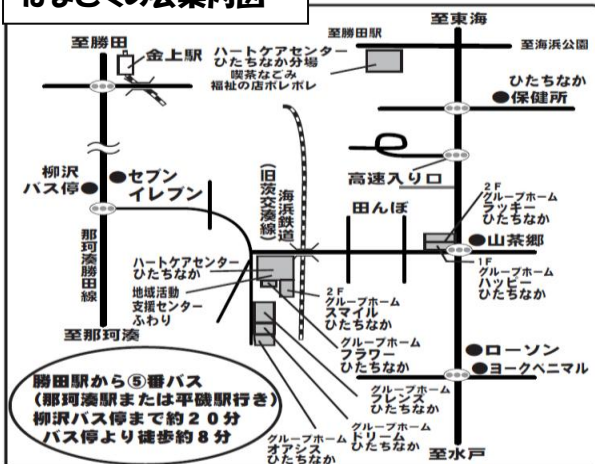


～スタッフから～

柳沢事業所、馬渡事業所、2カ所で節分行事を行いました。三密を避けつつ、楽しいゲームも出来ました。コロナの鬼を退治して、健康の福が来ますように…！



はまぎくの会案内図



～3月号目次～

- <表紙>豆まきレクの感想、写真・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・ニューフェイス・ポナッペのお知らせ
- <4 P>支援利用者数・3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・3月の行事予定・家族のついで
- <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>3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 84名(2月 24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 | 54 | 5 | 9 |
| 作業班別 | 花詩工房 | 食品加工 | ポナップ | |
| | 19 | 42 | 12 | |

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

「灯り」 作I

ひとり、とぼとぼ街を歩いていたら、灯りに出逢った。その灯りのともっている店をのぞきこんだらば、何やら、えたいの知らない幽霊が店長だった。ねずみを料理している。そのねずみの肉のスープを客に渡している。何とも不奇味な光景だった。ちょっと目をそらした瞬間、その店は、消えた。
あの店は幻だったのか!?何とも恐ろしい!

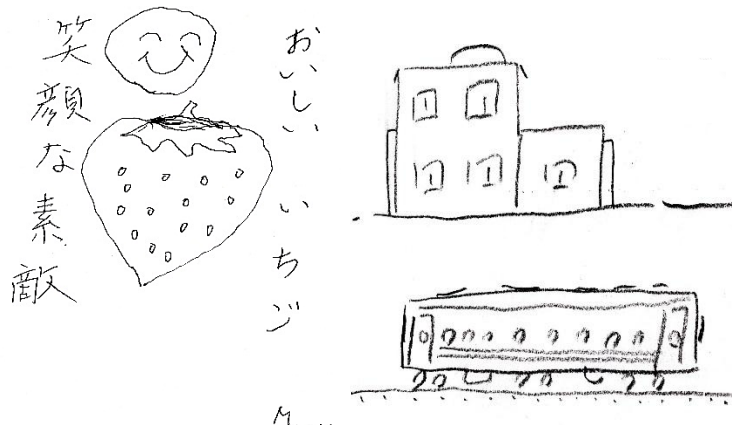
仰ぐ抑制高校において私欲を尽し施(工)行員と成った私は、二宮金次郎といわれ知恵袋と金尺をさげてタヌキの霊長類というのか。憶測を考え吉田神社の杉木のお神話常磐 トラ馬は参る意識が N

「母の思い出」

型をとって、私のワンピースを一日で作りあげるような人だった。ある日ミシンをかけていたらネコが針にジャレてギャーってさわいでいた
お母さんはネコをかわいがっていたやさしい母だった R

春色の汽車に乗って

海につれて行ってよ〜♪ 松田聖子
私の春は正直病状との戦いです
きらきらして幸福な時間なんだろうが
今年はキラリした春を楽しみたいナ K



《 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 生年月日・血液型を教えてください
T・H 1981年4月21日生まれ
O型
- Q2 ニックネームはありますか?
クマ
- Q3 趣味・特技は何ですか?
ゲーム
- Q4 好きな食べ物、苦手な食べ物は何ですか?
好きな物 かつ丼
苦手な物は特にありません。
- Q5 好きな芸能人(有名人)はだれですか?
有吉さん
- Q6 みなさんにメッセージをどうぞ

これから、宜しく願いいたします。



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

(2月 24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：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

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 13:20～(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

大切な人に想いを伝えるメッセージカード作りなど...

工作や手芸を楽しみましょう。

♥デザートクラブ♥

26日(土) AM

♪楽奏クラブ♪

日時：19日(土) 14:00～

場所：柳沢ランチルーム

大八郎さんのわくわく工作

日時：15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、
新聞紙を使って切り絵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: 3、17、31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: 14日(月)
 ■ 場所: 馬渡事業所 フリースペース
 ■ 時間: 10:45~

■ 仲間と気軽に、おしゃべりを楽しむ集いです。
 ■ 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: 10、24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う。もやもやが解消する
 ■ かもしれません^v^

シナプソロジー

※3月はお休みします

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)

3月の行事予定

・3月18日(金) 観梅

・3月25日(金) 海浜公園

※コロナの状況により、変更になる可能性があります。



家族のつどい

日時: 3月 19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。
 ■ ※「新型コロナウイルス」の状況次第で中止となる可能性があります。

担当 鈴木(愛)

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、生活のポイントと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（2月24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 | 7名 | 8名 | 6名 | 10名 | 7名 |
| 空き状況 | 0名 | 0名 | 1名 | 1名 | 0名 | 0名 | 0名 | 0名 |

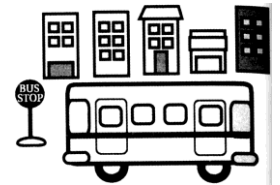
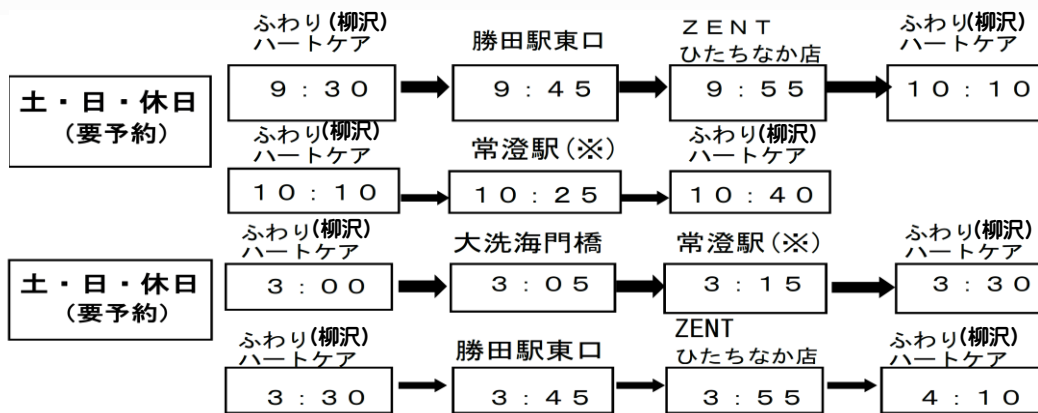
グループホームってどんなところ？

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

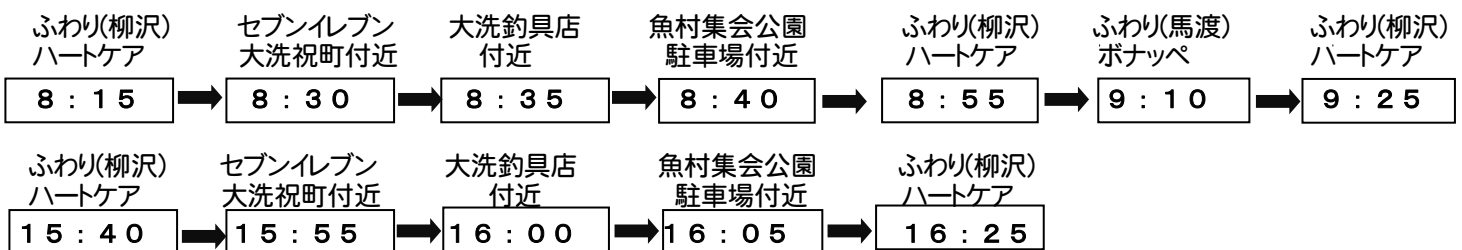
(空白(停車なし)と■の停留所には停車しません) ※平日のみ運行

| | 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】



3月の春です。皆さんもうすぐ暖かくなるといいですね～

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い致します。

お問い合わせ：029-264-1500

令和4年

3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～ 生活プログラム 10:45～ | 2 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～ | 3 SST 10:45～ | 4 | 5 |
| 午後 | | | 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 | 6 | 7 ランドリー作業 9:30～ 就労プログラム 13:00～ | 8 生活プログラム 10:45～ | 9 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～ | 10 みんなで一緒に考えよう 10:45～ | 11 | 12 |
| 午後 | ランチサービス 12:00～ | | 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 | 13 | 14 ランドリー作業 9:30～ 茶話会 10:45～ | 15 生活プログラム 10:45～ 大八郎さんのわくわく工作 10:45～ | 16 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～ | 17 SST 10:45～ | 18 観梅レク | 19 |
| 午後 | ランチサービス 12:00～ | 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～ 家族のつどい 13:30～ 楽奏クラブ 14:00～ |
| 午前 | 20 | 21春分の日 | 22 ランドリー作業9:30～ 生活プログラム 10:45～ | 23 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～ | 24 みんなで一緒に考えよう 10:45～ | 25 | 26 デザートクラブ |
| 午後 | ランチサービス 12:00～ | ランチサービス 12:00～ | 書道クラブ 13:30～ | 軽音クラブ 13:30～ | | | ランチサービス 12:00～ |
| 午前 | 27 | 28 ランドリー作業 9:30～ | 29 生活プログラム 10:45～ | 30 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～ | 31 | | |
| 午後 | ランチサービス 12:00～ | 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～ | | | |