

# はまぎく

## 通信

第185号

令和4年 4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  
福祉の店ポレポレ
- 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

## コストコホールセール ひたちなか倉庫店様より寄付品を頂きました！

2月15日にコストコホールセール ひたちなか倉庫店様より寄付品を頂きました。様々な生活用品をたくさん頂きまして、利用者様に有効に使用してもらえよう、大事に使わせて頂きます。今回は本当にありがとうございました。



## ひたちなか市の災害時における協定福祉避難所として登録しました

令和4年2月21日、ひたちなか市と、ひたちなか・那珂・大洗・東海地域福祉関係団体連絡協議会は「災害時における福祉避難所の設置運営に関する協定」を締結しました。この協定は、災害発生時に、障がいを持つ方が普段通り慣れたサービス事業所に避難できるようにすることで、安心できる避難所の提供等を行うものです。

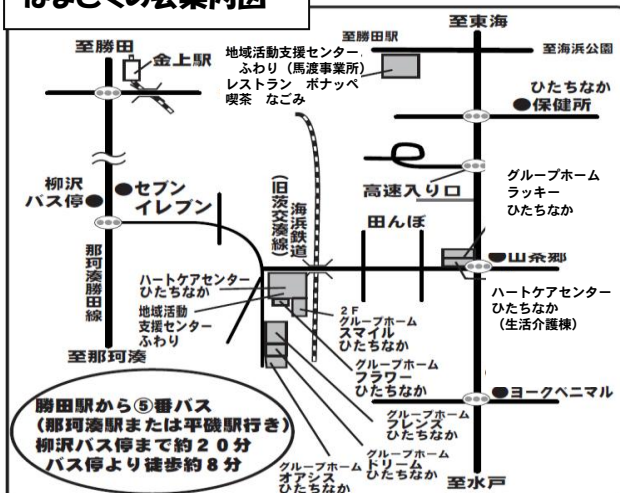
はまぎくの会は、この協議会に所属しており、精神障がいを持つ方を対象にした協定福祉避難所として登録しました。

今後、災害発生時において避難が必要な場合、はまぎくの会に登録している方や、近隣地域で生活している精神障がいを持つ方が安心して避難できるようにしていきます。また、災害の状況によっては、協定福祉避難所として開設できない場合もありますが、ひたちなか市と協力連携しながら、障がいがあっても「地域であたりまえの生活を送ることができる」地域作りに取り組んでいきます。

\*茨城新聞:令和4年3月6日、ひたちなか市報:令和4年3月25日に掲載されました。

理事長 有阪 加奈子

### はまぎくの会案内図



### ～4月号目次～

- <表紙> 寄付品のお礼・避難所について・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・4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・4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> 4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 78名(3月 25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
	11	55	4	8
作業班別	花詩工房	食品加工	ボナップ	
	16	41	13	

## 花詩工房

### SHORTBREAD

ショートブレッド

卵不使用。シンプルな素材で、  
くちどけ柔らか。 ¥150



### COUNTRYROAD

カントリーロード

サクサク生地にパリッとした  
アーモンドキャラメル。一番人気。  
¥150



### STRAWBERRY JAM

いちごジャム

茨城県鉾田産の「やよいひめ」を使用。  
甘みが強く、まろやかな酸味が特徴。  
たくさんのいちご果肉が目にも嬉しいジャムです。  
保存料、着色料は一切使用しておりません。  
内容量: 150g ¥400



### 至福のりんごケーキ

生地には手作りの奥久慈りんごコンポートと、北海道生乳100%の国産バターをたっぷり使用。味、食感、すべてにこだわった特別りんごケーキです。



¥1200

## 食品加工

### うまい じゃん

#### UMAIJAN

この豆板醤には一味違う米麹が入ってます。  
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 円かかります

# 仲間のコーナー

「一夜」作!

一夜明けて、また日が昇る最近特に時刻が達つのがだんだん早くなってきている…!

これは宇宙の法則なのか、あるいは人類の終焉への加速なのか…!!植物のせいでも動物のせいでもない地球の終わりなのか?

キラキラ光る桜並木私は春が大きらいなぜ?って街並みがキラキラすると病状が悪くなる私  
テレミヨンの良い日は夏の始めの頃…四季のある国に生まれてよかったカナ?

インパラと鯖嫁、あげくに業突く張りな奴ボパイ。媚びたり歪いたり肥したりして崇されとその畏れ説く(解く)  
レオナルドダビンチ阿咩と仁王で儒生。

りんご、みかん、もも、で免疫ケア

モールを提ねてしまう。

カギ穴、アミノ酸を排泄、ニセコ。

御免に被むらないように、

インジケーターとインジケート蘭俺女 N

わたしの楽しみ MASAO

コンビニや、スーパーでお寿司を買うことがたのしい。ネタはイクラが好き。さてもう少〜し、みんなが馬渡のフリースペースに来てくれたらいいなあ、と思います。

「私の好きな物」

- みかん (旬のもの)
- ネバネバ定食 (オクラ、納豆、めかぶ、まつまえ etc)
- 冷凍ごぼう餃子 冷凍しゅうまい。
- 手作りポテトサラダ
- 手作りアイスコーヒー ♡ 食べるの大好き! (⊕)



## 《 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 イニシャル・生年月日・血液型を教えてください  
S・O  
1960年12月16日生まれ  
B型

Q2 ニックネームはありますか?  
チャコ

Q3 趣味・特技は何ですか?  
音楽鑑賞



Q4 好きな食べ物、苦手な食べ物は何ですか?  
好きな食べ物 ハンバーガー  
苦手な食べ物 肉

Q5 好きな芸能人(有名人)はだれですか?  
テレサ・テン

Q6 みなさんにメッセージをどうぞ  
楽しい仕事をみんなと一緒にしたいです

# 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

(3月23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：27日(水) 13:30～

場所：馬渡事業所 フリースペース

今月は、音楽会で発表します!

### 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

折り紙や粘土細工、絵画、木工などをしています

### 大八郎さんのわくわく工作

日時：19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。

### 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

好きな言葉や格言を書いたり、テーマを決めて連想した言葉を書いたり、気ままに活動しています!

### ♥デザートクラブ♥

23日(土) PM

### ♪楽奏クラブ♪

日時：16日(土) 14:00～

場所：柳沢ランチルーム

ロック、演歌、バラード・・・参加メンバーそれぞれの好きな曲を練習しています。

### ★新プログラムのお知らせ★

#### 麻雀クラブ

日時：毎月第3木曜日

今月は21日(木)に行います

#### お楽しみプログラム

日時：25日(月) AM

詳細は、掲示板にてお知らせします。

お楽しみに(〇〇)

「ふわりのプログラム・クラブ活動に参加して、すてきなプレゼントをもらおう!!」

ふわりが企画したプログラム・クラブ活動にたくさん参加された方に、すてきなプレゼントをご用意しました。

詳しくは、フリースペースの掲示板でご確認いただくか、スタッフにお問い合わせください。

みなさんのご利用をお待ちしています(\*^\_^\*)!!

# 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：14、28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：18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。

## みんなと一緒に考えよう

日程：7、21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！

## 脳トレプログラム

日時：月曜日

簡単なクイズ、パズルなどをゲーム感覚で  
 楽しみながら脳を活性化していきましょう。  
 若々しい能力をめざして、Let's try!!

## 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)

## 4月の行事予定

1日(金) 散策プログラム  
 (千波湖)

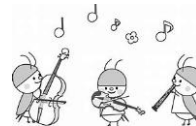


22日(金) 散策プログラム  
 (海浜公園)



27日(水) 音楽会

楽奏クラブ・軽音クラブ・ソロ演奏・歌唱 他・・・  
 皆さんの発表を聞きにきて下さい。



※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：4月 9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)

## 3月の「制作会」

### ～『菜の花と桜の壁画』を作りました～

制作会メンバーのSさん、Tさん、Oさんで3回にわたって、  
 菜の花と桜の壁画を作りました。お花紙を小さく切って指先で  
 固めて貼り付けて、きれいにできたと思います。

最後に蝶々を折り紙で作って飛ばしました。

みんなアイデアを出しあって完成して、とても嬉しいです。



# 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（3月14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	8名	6名	5名	7名	8名	6名	10名	7名
空き状況	2名	0名	1名	1名	0名	0名	0名	0名

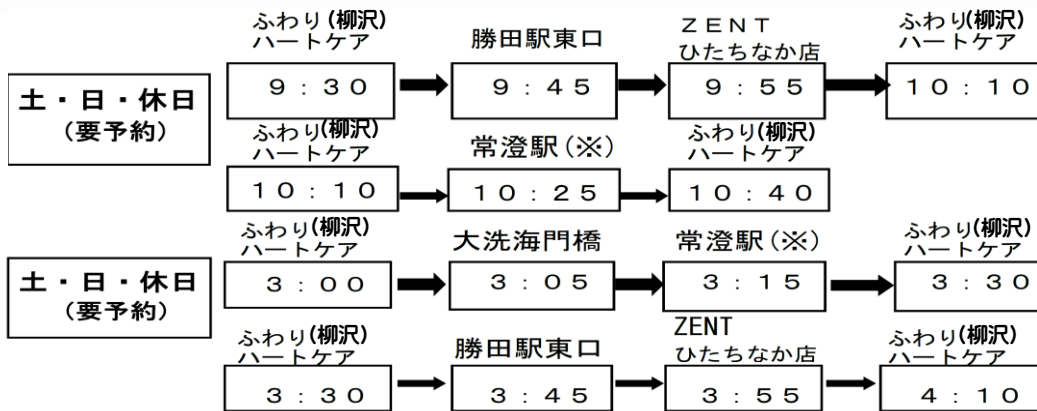
### グループホームってどんなところ？

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

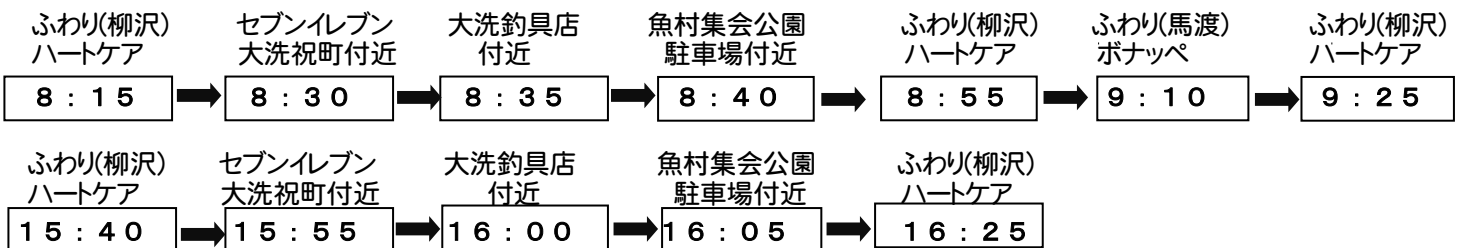
(空白(停車なし)と■の停留所には停車しません) ※平日のみ運行

	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					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※ 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】

4月は、お花見の季節ですね。花より、団子も捨てがたいですが・・・  
 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



4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～ 散策プログラム(千波湖)	2
午後							ランチサービス 12:00～
午前	3	4 ランドリー作業 9:30～ 脳トレプログラム	5 生活プログラム 10:45～	6 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～	7 みんなで一緒に考えよう 10:45～	8 →	9
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～
午前	10	11 ランドリー作業 9:30～ 脳トレプログラム	12 生活プログラム 10:45～	13 パソコンプログラム 10:50～	14 SST 10:45～	15 →	16
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～ 楽奏クラブ 14:00～
午前	17	18 ランドリー作業9:30～ 茶話会 10:45～	19 生活プログラム 10:45～ 大八郎さんのわくわく工作 10:45～	20 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～	21 みんなで一緒に考えよう 10:45～	22 → 散策プログラム(海浜公園)	23
午後	ランチサービス 12:00～	就労プログラム 13:00～ 脳トレプログラム	書道クラブ 13:30～	スポーツクラブ 13:30～	麻雀クラブ		ランチサービス 12:00～ デザートクラブ
午前	24	25 ランドリー作業 9:30～ お楽しみプログラム	26 生活プログラム 10:45～	27 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～	28 →	29 昭和の日	30
午後	ランチサービス 12:00～	就労プログラム 13:00～ 脳トレプログラム	書道クラブ 13:30～	音楽会 13:30～		ランチサービス 12:00～	ランチサービス 12:00～

※「ランドリー作業・就労プログラム・生活プログラム・パソコンプログラム」は、ハートケアセンターひたちなかの主催の作業・プログラムとなります。  
それ以外のプログラムやクラブ活動等は、支援センターふわりが主催のプログラム・クラブ活動となります。