

# はまぎく通信

第197号

令和5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

## 「大洗シーサイドステーション」に行ってきました！

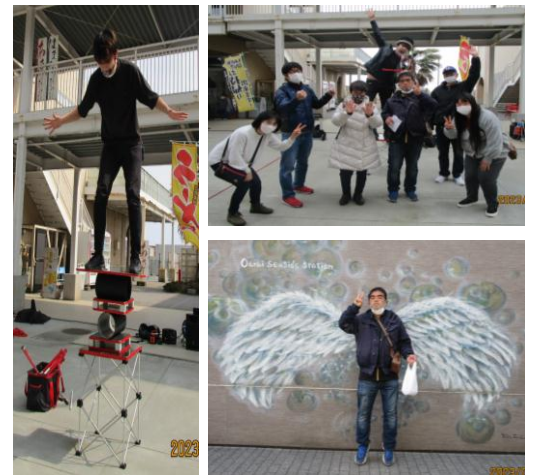
先月のとてもよく晴れた日曜日、ふわりの仲間と「大洗シーサイドステーション」に行ってきました。メンバーKさんが「大洗で大道芸を観たり、買物を楽しんだりする企画はいかがでしょう？」と相談して下さい、参加者募集の貼り紙作成や、現地の様子調べなども行ってくださいました。「大道芸は初めて」というメンバーが多く、全身を使ったダイナミックな技にハラハラドキドキ・・・！演じていたお兄さんとも仲良くなり、お話したり写真を撮ったりできました。地元で評判のハマグリラーメンを食べたり、ガルパングッズを観たり、参加された皆さんにとってとても楽しい思い出ができたようです。

### 企画者Kさんより

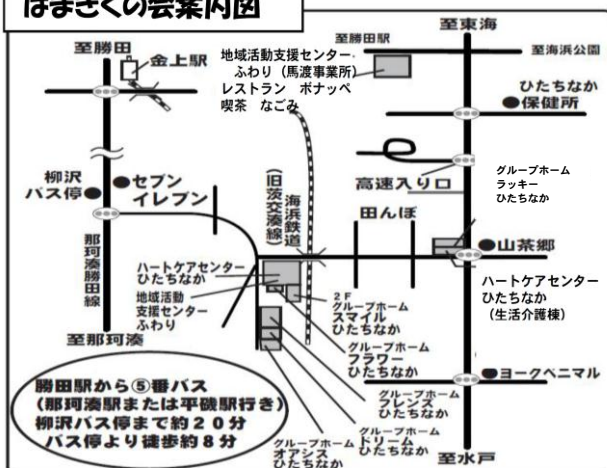
みんなに楽しんでいただけたようで、良かったです。

### 参加者の感想

- ・写真をたくさん撮りました。・大道芸がすごかったです。
  - ・ひたち牛のハンバーガーとクレープを食べました。ハンバーガーが大きくて良かったです。
- お財布とマスクを買って、からあげもおみやげに買えました。
- ・屋台がたくさん出ている、ガルパンが好きな人がいました。



## はまぎくの会案内図



## ～4月号目次～

- <表紙> 3月の行事感想・案内図・目次
- <2 P> なごみ・多機能利用者数・花詩工房、食品加工からのお知らせ
- <3 P> ボナッペ・ハートケアのお知らせ、仲間のコーナー、
- <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> 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」  
「就労のプランク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。

体験前にまずはご連絡、ご相談ください。お待ちしております。  
給食を利用する方は有料です。

お問い合わせ TEL 029-264-1500 まで

ハートケアセンターは、作業をしながら人と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をする「食品加工班」③洋食を提供するレストランを営業する「Bonappe(ポナッペ)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&福祉の店ボレボレ

### ☆喫茶なごみ&福祉の店ボレボレへ

「ボレボレ」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。

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。

TEL029-276-9040

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
	12	50	3	12
作業班別	花詩工房	食品加工	ポナッペ	
	11	41	12	

R5年4月1日現在

## 食品加工

食品加工では現在「紅はるか」「玉豊」の2種類を加工しておりますが、先日 農家の深谷様から「いずみ」という品種のさつまいもをいただきました。こちらの芋は収穫量が少なく加工の手間もかかるためとても貴重な干し芋となります。

みなさま、楽しみにお待ちしております。



## 花詩工房

「駅名菓トレンシェ」の個包装ラベルシールとリーフレットのデザインがリニューアル致しました。より新しくなったトレンシェをぜひお楽しみください。



## 《 レストラン ボナッペ 》

茨城県のこだわりの食材を使った洋食をゆったりとした店内でお楽しみいただけます。

4月29日(昭和の日)の祝日も営業いたします。  
皆様のお越しをお待ちしております。

営業日 火・水・木・金(祝日も営業します)

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 ひたちなか市馬渡字砂久保 558-1

T E L 029-219-7633



## 一緒に就職を目指しませんか?

「ハートケアセンターひたちなか」では、就労移行支援のサービスを利用して、就職を目指す仲間を募集しています。

「ハートケアセンターひたちなか」の作業班で作業しながら、「体力」「集中力」「作業耐性」など、働く力を付けて行きます。

更に、週1回の「就労プログラム」で就職に必要な知識や情報をお伝えしつつ、ハローワークからの求人情報や労働政策課からの就職実習など、その方の状況に合わせて支援していきます。興味のある方は029-264-1500(ハートケアセンターひたちなか:埜)まで連絡をお待ちしております。



## 仲間のコーナー



被験者、人の不快感を系素でわりだして直(じか)に接して金庫(矩)制度を捻出してもらって、無期数かもねエスパ24奮戦期。  
好・恋・愛は上手くいてる、旨い理財者いた。光来、クリスタル、オブゼエ  
暴キヤクのないようにね、又旨くしてね N

4月になったら、チューリップ、ネモフィラが咲きます。  
みんなで見に来て下さい。キレイですよ。  
海浜公園に行こう。 T・M

「侍、文造、スペシャルバージョン」  
文造は、敵の手裏剣を見事にかわした。ところが、次へ次へと手裏剣は飛んでくる！驚いた文造は、こゝろつ、手こわいなア！俺の聖剣では、かわすのにやっどだ！！なんとか秘策はないものか……。そっだ、この刀を巨大化して巨大な手裏剣を作り、俺の刀に差せばいいのだ！まいったか！」  
作 1

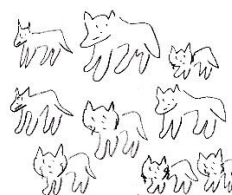
夜は静かな星の流れ、明日の事をいい出来るように  
みんなと仲良く会話しながら楽しく作業しようね。



私の夜のたのしみはおやつを少々食べること。  
生活リズムが乱れるのがいやなので夜更かしをしないのだ。  
その分、朝活、楽しんでます。  
すがすがしい、朝なのだ

京都にて  
出会った彼氏  
優しだけ  
姪はほんとに  
アネゴ肌だと  
イボミさん  
ゴルフだけでは  
なかつたか  
ルックスタイル  
グラビア飾る  
M・O

4月といったら さ・く・ら 4月も 作業  
がんばるぞ 春は 眠いけど  
寝ないで がんばるぞ! saku





# 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？

## クラブ活動&スポーツ

### 軽音クラブ

4/26(水) 13:30~

### ストレッチクラブ

日時：毎週 水曜日(午後から)

### 制作会

日時：毎週水曜日 10:45~  
場所：馬渡フリースペース

前半は桜に関する工作、後半は端午の節句に関する工作を計画しています。



### わくわく工作

18日(火) 10:00~11:30

- ・参加費 無料
- ・会場 馬渡フリースペース

●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

【令和5年4月1日より、無料となりました。】

\*土日祝日は柳沢営業所のみ開設

\*第4土曜日は馬渡営業所のみ開設


(3月15日 現在 登録者数 男性 120名 女性 46名 計 166名)

### 書道クラブ

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

なかまと落ち着いた気持ちで  
文字を書きましょう~



### ♪楽奏クラブ♪

日時：22日(土) AM10:30~  
馬渡フリースペース


集まった仲間と相談して春らしい曲を楽しみましょう! 「赤いスイートピー」「桜坂」なんていかがでしょうか~

### デザートクラブ

15日(土)

### マーじゃん大会結果報告!

3月25日(土)、マーじゃん大会を行いました!  
参加者7名の中、見事、優勝されたのは、Tさんでした!  
「優勝できて良かったです 笑♡」



# 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~



### みんなで一緒に考えよう

- 日程: 13、27日(木)
- 場所: 馬渡事業所 フリースペース
- 時間: 10:45~

悩みごとはありませんか? もし良かったら  
フリースペースの仲間と解決策を考えてみましょう。



### 脳トレプログラム

日時: 月曜日  
10:45~ 馬渡フリースペース  
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!!

### ~家族のつどい~

4月8日(土) 13:30~15:00を予定。  
場所: 馬渡ふわり2階で行います。  
担当: 鈴木(愛)



### 牛乳パックリサイクルで図書室を作ろう!

馬渡事業所では、牛乳パックのリサイクル活動をして  
います。パックを集めることで図書カードに替え、ふわり  
登録の利用者様に購入する本を選んでいただき蔵書を  
充実させていきます。もしご不要な牛乳パックがありまし  
たら、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

図書コーナーの新入りです~

- ・家庭画報「料理教室」1~12巻
- ・いちばんよくわかる「かぎ針あみの基礎」



### 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

- 10日(月) それいゆ交流バス研修旅行
- 21日(金) 海浜公園散策  
~ネモフィラの丘へ行きましょう~  
詳しくは掲示板でお知らせします。
- 22日(土) 馬渡フリースペース開所

### 『みんなの作品展』に出品しませんか?

5月24日から31日まで、馬渡事業所にて、  
ふわり関係者みなさまのいろいろな手作り作  
品を展示発表する企画を計画しています。  
絵画、編み物、工作物など、今までお作りにな  
った作品を、この機会に発表してみませんか?  
どうぞお気軽にお問い合わせください。

作品募集期間 5月1日~15日まで

担当 三上

# 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 （3月22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	7名
空き状況	1名※	1名	1名	0名	0名	0名	0名	0名

※現在 体験者有

### 『グループホームの食事情と希望メニューについて』

各グループホームでの食事は、朝食、夕食の食費を頂いて食材、食事を提供しております。（昼食は給食を利用して頂いております。）夕食は、各グループホームで違いがあり、あるグループホームではスタッフとメンバーと一緒に作っていて、別なグループホームでは宅配業者に食材を注文し、スタッフが調理するところなど様々ですが、そんな中でも共通していることは“希望メニューの日”が週に1回あることです。

月1回の各グループホームミーティングで食べたいものをメンバー1人1人に意見を聞き、担当スタッフがメニューに組み込みます。さて、どのような希望メニューがあるでしょうか。3月の希望メニューの一部をご紹介します！

- マクドナルドのハンバーガー
- にぎり寿司
- 魚市場の刺身
- 手作りカレーライス
- 手作りちらし寿司

#### ●メンバーの感想

- ・マクドナルドのビックマックは外せませんよね。
- ・市場の刺身は安くてたくさん食べられてうれしい。
- ・日頃のメニューと違ってたくさん食べられるのがいいよね。
- ・季節を感じられるメニューが嬉しい。

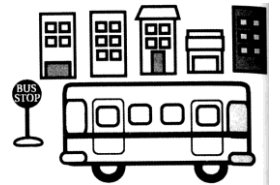
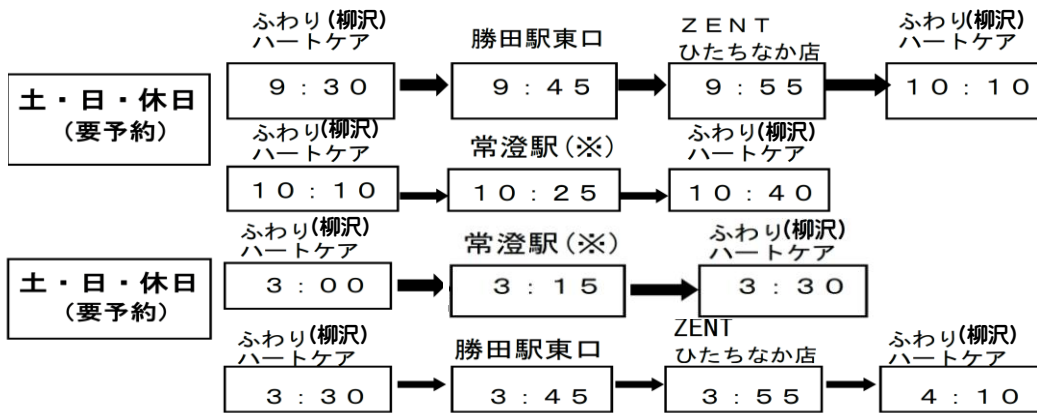
みなさん希望メニューをたのしみにされております。

# 送迎バス 運行時刻のお知らせ

★新しくなりました★

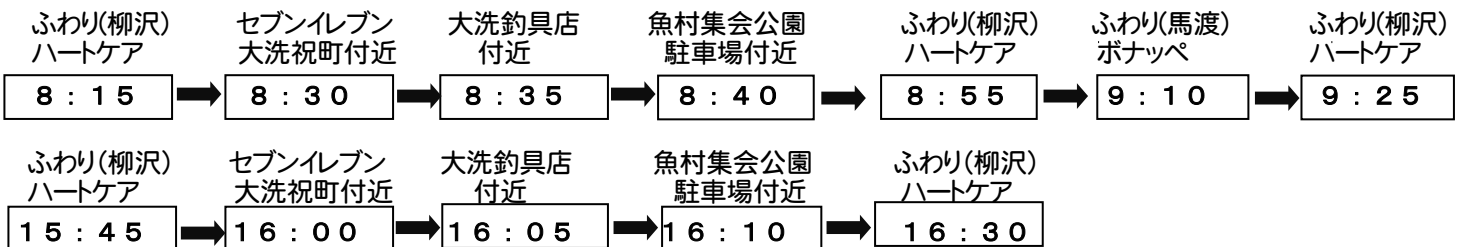
令和5年4月1日より、平日の送迎車の時刻表が変更になります。(空白(停車なし)と の停留所には停車しません)  
※土日は変更なし

	柳沢 事業所	勝田駅 東口	①⑧ZENT ②⑦⑨モンエ	馬渡 事業所	柳沢 事業所	生活 介護棟	はまぎく の里	馬渡 事業所	柳沢 事業所	備考
1便	①8:00	①8:15	①8:25	(停車なし)	①8:35					
2便	②8:35	②8:50	②9:00	②9:05	②9:20					
3便	③9:25	③9:40	(停車なし)	③9:55	③10:10					
4便					④10:10	(停車なし)	④10:20	④10:30	④10:45	
5便	⑤11:15	⑤11:30	(停車なし)	⑤11:45	⑤12:00					
6便					⑥13:00	⑥13:05	(停車なし)	⑧13:15		
7便	⑦13:45	⑦13:30	⑦13:20	⑦13:15						⑦⑧便は、他の便とは逆回りの運行となります。ご注意ください。
8便	⑧15:45	⑧15:30	⑧15:20	⑧15:15	⑧15:00	(停車なし)	⑧14:50	⑧14:45	⑧14:30	
9便	⑨15:45	⑨16:00	⑨16:10	(停車なし)	(停車なし)	(停車なし)	⑨16:15	(停車なし)	⑨16:25	



<注意事項>  
\*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。

令和3年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】

新年度がはじまりますね。新たな気持ちで皆さんがんばってください。

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5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
午後							ランチサービス 12:00～
午前	2	3 ランドリー作業 9:25～ 脳トレプログラム	4 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～	就労プログラム 13:00～	書道クラブ 13:30～	ストレッチクラブ 13:30～			ランチサービス 12:00～
午前	9	10 ランドリー作業 9:25～ 脳トレプログラム それいゆ交流バス研修旅行	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	15
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～	ストレッチクラブ 13:30～		マージャンクラブ	ランチサービス 12:00～ デザートクラブ
午前	16	17 ランドリー作業 9:25～ 脳トレプログラム	18 生活プログラム 10:45～ わくわく工作	19 制作会 10:45～ パソコンプログラム 10:50～	20 SST 10:45～	21	22 自遊市場 楽奏クラブ 10:30～ (馬渡フリースペース) ※馬渡のみ開所
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～	ストレッチクラブ 13:30～			
午前	23/30	24 ランドリー作業 9:25～ 脳トレプログラム	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～	就労プログラム 13:00～	書道クラブ 13:30～	ストレッチクラブ 13:30～ 軽音クラブ			

※「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が主催の作業・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。