

はまぎく通信

第205号

令和5年 12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

お台場旅行に行ってきました！！

11月17日、ふわりの企画で「ダイバーシティ東京プラザ」と「フジテレビ」へ行ってきました。

東京へ向かう間は雨天でしたが、見物をしているうちに雨が止んできて、「日頃のおこないがいいのかな～？ 晴れ男晴れ女がいっぱいそろったからかな！！」と、みなさんの笑顔が見られました。

ガンダムの立像の動画を撮ったり、フジテレビのグッズを買ったり、みなさんに楽しんでいただけたようです。

～ 参加された方の感想です ～

- 朝、天気は悪かったけど、女子メンバーとスタッフと、昼ごはんを食べて、フジテレビの超高い階段をのぼり、お土産を買った頃に晴れてきて、楽しい1日でした。旅っていいネ。
- ハワイの、フードカフェ、おいしかったです。
- 雨だったけど、お台場はたのしかったです。
- 東京でお土産を買って、いい思い出ができた。



お米の寄付を 頂きました！

11/7(火)に生活クラブ生活協同組合茨城様のご厚意で

新米 80キロのご寄付をいただきました。

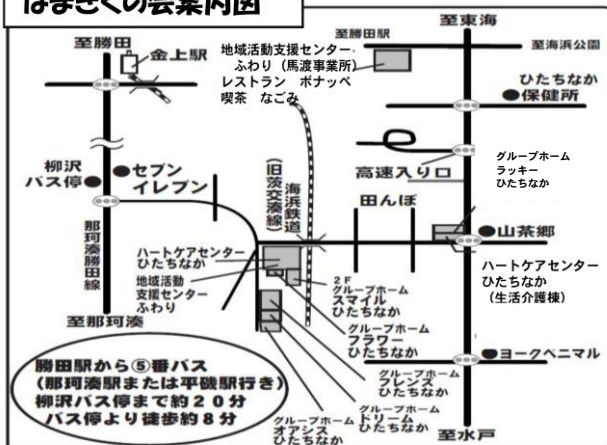
物価高の折り食料品が高騰している中、お米の寄付は大変ありがたくメンバーともども感謝の気持ちでいっぱいです。

本当にありがとうございました。

おいしい新米を食べて元気に寒い冬を乗り越りたいと思います。



はまぎくの会案内図



～12月号目次～

<表紙> 11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・12月のクラブ活動・スポーツなど

<5 P> ミーティング講座・ラジャー君・12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> 12月のカレンダー



HAMAGIKUNOKAI

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、清掃作業も行っています。

喫茶なごみ&福祉の店ポレポレ

☆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。

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
	10	51	3	12
作業班別	花詩工房	食品加工	ポナッペ	
	12	41	11	

R5年11月24日現在

食品加工

今年も12月頃から干し芋を販売致します。
紅はるかといずみの2種類を販売します。
平干しは税込1100円、丸干しは1200円です。
いずみは数量限定での販売です。
今年もご購入を心よりお待ちしております。



花詩工房

今年もリンゴ農家さんからりんごを仕入れました！
☆至福のりんごケーキ
☆ごろっとりんごジャム 絶賛発売中！！

秋から冬にかけてのほっこりした時間に
りんごケーキと紅茶で過ごすのもいいかも…。

＜りんごジャムティーもおいしいよ＞
おいしく淹れた紅茶にティースプーン軽く
1杯のりんごジャムを入れてめしあがれ！



《 レストラン ボナッペ 》。

12/12(火)～12/15(金)と12/20(水)～12/25(月)
の期間に特別なXマス ランチコースの提供を予定してい
ます。

クリスマス特製の前菜や選べる2種類のスープ、
魚と肉を使ったプレート、
至福のデザート等、お楽しみがいっぱいです。

「Bon appetit」

営業日 12月はお休みが不定期的になります。

定休日 インスタグラム等の営業カレンダーをご覧ください。

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



干し芋の販売が始まります！

干し芋の販売が間もなく始まります。

ハートケアセンターひたちなかでは発送の手配も
承っておりますので、全国各地からのご注文が可
能です。注文用紙をご記入のうえ、FAXでお送り
ください。注文用紙は「はまぎくの会 公式HP」

よりダウンロードできます。



○配送料金一覧

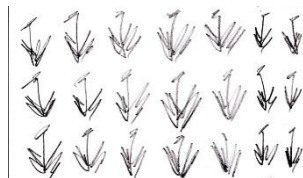
地域ごとの配送料金は以下の表をご参照ください。消費税込みの価格となっております。

	北海道・九州	北陸・東海・信越 関東・東北	近畿	中国・四国	沖縄
5kgまで	781	638	660	693	1474
10kgまで	1012	748	792	847	1705
15kgまで	1265	869	935	1023	1980
20kgまで	1595	1023	1144	1265	2255
25kgまで	1958	1232	1408	1573	2552



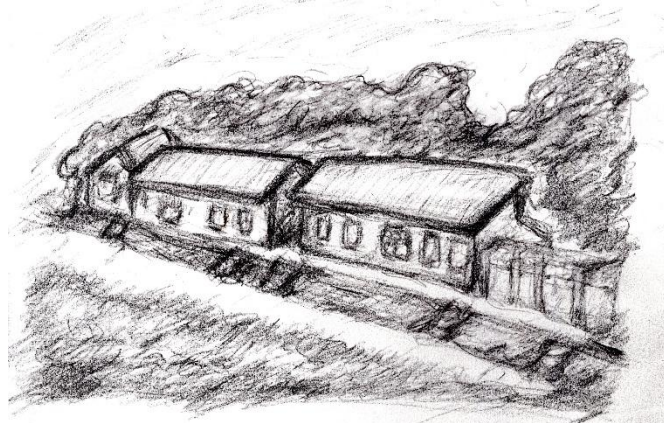
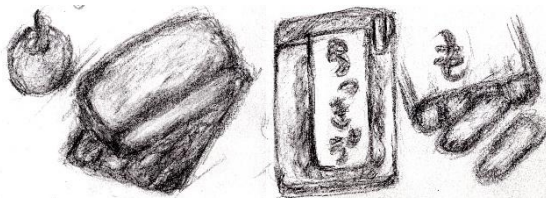
仲間のコーナー

インバウンドでお矩に成った其奴
汁とみそ汁、我々に デンターT
N. Sちゃん大切な人だから お礼ね
糾った この宇宙の大パロラマ
麵神様よ、煮イカ派なのあなた
様 現に見えてて、ミシュランとわさび
渋い人と苦しばしい漢、ゲノム編
集、椿油 大島椿会社 奴が獣 N



昔 人間 我心 葉桜 归来
片目 運命聞 (湖)山空 目細 居
ヤッ 慈雨降 (女性) 師走
思っ

親の希望は
押しつけ過ぎると
子供の心には
負担となる
Y・O



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、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
【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

(11月20日現在 登録者数 男性 117名 女性 46名 計 163名)

クラブ活動&スポーツ

軽音クラブ

27日(水)13:30～馬渡フリースペース

ストレッチクラブ

水曜日13:30～
馬渡フリースペース
ラジオ体操、ダンスストレッチ運動など
軽い運動をします

制作会

毎週水曜日 10:45～
クリスマスや年始の飾りを作ってみましょう

わくわく工作

19日(火)AM
馬渡フリースペース
「ボトルシップ」を作きましょう

eスポーツクラブ

(毎週火曜馬渡館にて)
格闘ゲーム、FPS、フットボールゲーム等
様々なタイトルで活動
チームへ加わりたい方募集中です!

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

落ち着いた気分で、ゆっくり文字を
書いてみましょう。



♪楽奏クラブ♪

23日(土)13:30～
クリスマス会で演奏します♪♪

デザートクラブ

9日(土)13:30～

お楽しみプログラム

12日(火) 外出してスポーツを楽しみましょう
体育館シューズ、タオルのご用意を!!

22日(金) 計画中です

詳しくは、掲示板でお知らせします。

～お問い合わせ～

支援センターふわり 029-219-8155

今月の『支援センターふわり』の行事

ミーティング講座

SST

7日、21日(木)10:45～
馬渡フリースペース



みんなで一緒に考えよう

14日(木)10:45～
馬渡フリースペース



脳トレプログラム

月曜日 10:45～

馬渡フリースペース

クロスワードパズル、クイズ、

トランプゲームなど…少～し脳を活性化しましょう

～家族のつどい～

2024年1月13日(土)



家族の思いを

担当:鈴木(愛)

お話しませんか?

★ふわりからのお知らせ★

～年末年始のご案内～

12月29日(金)～令和6年1月3日(水)

まで、柳沢事業所で開設します。馬渡事業所は
お休みです。

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)

今年もやります!!『クリスマス会』

ゲーム、演奏、スピーチなどみんなで盛り上げよう

日時: 12月23日(土) 13:30～

場所: 馬渡フリースペース

参加費: 200円(18日までにご予約ください)

※柳沢フリースペースは閉まっています。

大掃除のお知らせ

28日(木)は、施設全体の大掃除です。
ゆっくりお休みいただける場所がないかもしれませ
ん、ご了承ください。又、大掃除に参加して下さ
った方には、カレーライスが無料となります。
是非ご参加くださ～い!!

ご自宅に、ご不要になった布はありませんか?

支援センターふわりでは、ご不要になった布を寄付し
ていただき、施設ご利用の皆様、手芸や工作などの
活動を楽しんで頂いております。

作品の一部は、販売してレクリエーションの費用に充
てるなど、還元もしています。もし、廃棄してしまう
布がありましたら、お声かけいただきたく存じます。

連絡先: 029-219-8155

支援センターふわり(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（11月末現在）

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	6名	8名	8名	6名	10名	6名
空き状況	1名	0名	0名	0名	0名	0名	0名	1名※

※体験者有

宅配サービス始めました!

R.5年6月からリバティ・モンエマーサの入居者を対象に夕食宅配サービスを始めました。今のところ月に1度のペースで行っています。これまでに提供したメニューはカレー、上海風焼きそば、冷やし中華、きのこの混ぜご飯、ハンバーグなどですが、どれもボリューム満点で美味しいと大変好評をいただいております。（1食 300円）

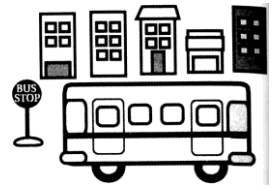
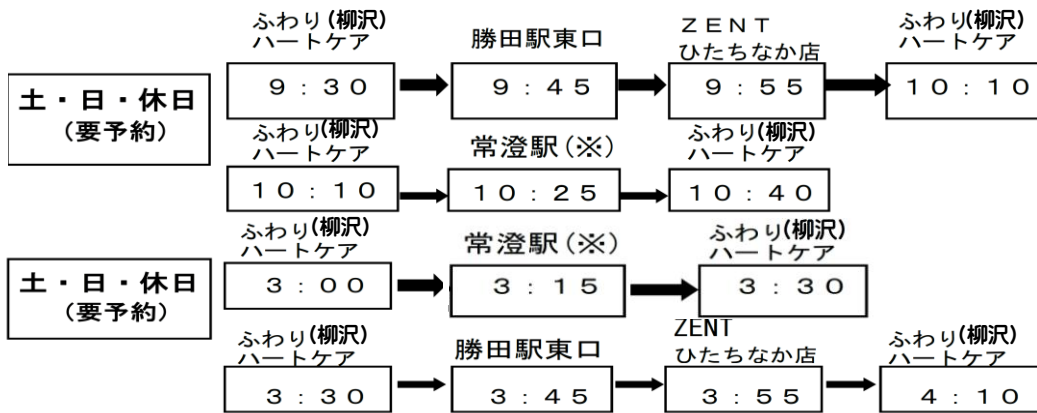
今後も入居者の希望や季節ごとの旬の食材を取り入れながら、利用してくださる入居者の皆様に喜んでいただける、安くて美味しい食事を提供できるよう頑張っていきたいと考えています。



送迎バス 運行時刻のお知らせ

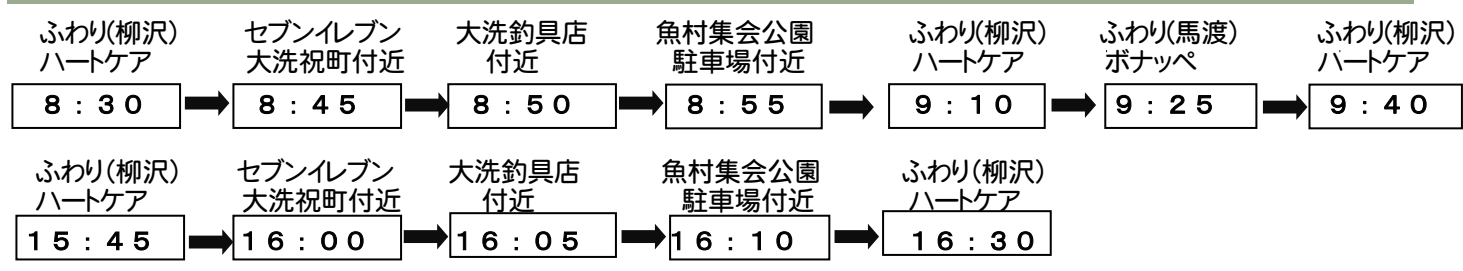
令和5年9月1日より、平日の送迎車の時刻表が変更になります。(空白(停車なし)と の停留所には停車しません)
 ※土日は変更なし

	柳沢事業所	勝田駅東口	ZENT	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	8:05	8:20	8:30	(停車なし)	8:40					
2便	8:40	8:55	9:05	9:10	9:25					
3便	9:25	9:40	9:50	9:55	10:05					
4便			⑦⑧ZENT	馬渡事業所	柳沢事業所	10:10	(停車なし)	10:15	10:25	10:40
5便	11:15	11:30	(停車なし)	11:45	12:00					
6便					13:00	13:05	(停車なし)	13:15		
7便	13:45	13:30	13:20	13:15						⑦⑧便は、他の便とは逆回りで運行となります。ご注意ください。
8便	15:45	15:30	15:20	15:15	15:00	(停車なし)	14:50	14:45	14:30	
9便	15:45	16:00	16:10	(停車なし)	(停車なし)	(停車なし)	16:15	(停車なし)	16:25	



<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。

大洗方面の送迎をしています。※平日のみ運行。事前予約が必要です。



【編集後記】
 クリスマスに大晦日にお正月の準備。本年中もお世話になりました来年も宜しくお願いします
 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い致します。
 お問い合わせ：029-264-1500



令和5年

12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 9:25~	2
午後							ランチサービス 12:00~
午前	3	4 ランドリー作業 9:25~ 脳トレプログラム 10:45~	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 SST 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~	ストレッチクラブ 13:30~			ランチサービス 12:00~ デザートクラブ 13:00~
午前	10	11 ランドリー作業 9:25~ 脳トレプログラム 10:45~	12 生活プログラム 10:45~	13 制作会 10:45~ パソコンプログラム 10:50~	14 みんなで一緒に考えよう ~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~ お楽しみプログラム 「スポーツ」	ストレッチクラブ 13:30~		マージャンクラブ 13:30~	ランチサービス 12:00~
午前	17	18 ランドリー作業 9:25~ 脳トレプログラム 10:45~	19 生活プログラム 10:45~ わくわく工作 10:00~	20 制作会 10:45~ パソコンプログラム 10:50~	21 SST 10:45~	22 → おたのしみプログラム	23 自遊市場
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~			楽奏クラブ13:30~ クリスマス会13:30~
午前	24/31	25 ランドリー作業 9:25~ 脳トレプログラム 10:45~	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 → 大掃除	29	30
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 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。