

# はまく 通販

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

# 第227号

令和7年 10月 1日発行

〒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

## はまぐくの会 防災訓練を行いました！

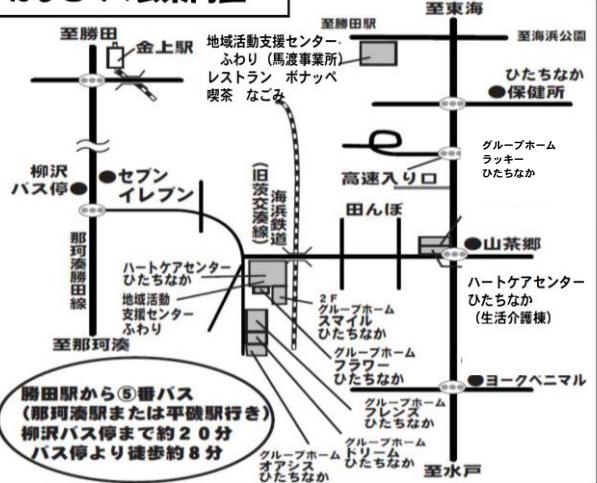
8月30日(土)、はまぐくの会全体の防災訓練をひたちなか市の防災訓練と合同で実施しました。

昨年は台風直撃の為、中止になった為2年ぶりの開催です。当日は、グループホーム入居者・ハートケアセンターや支援センターふわりの通所利用者・スタッフ・ボランティア等78名が参加しました。9時に市の防災無線での開始の合図に合わせ、各事業所やグループホームから馬渡事業所へ避難する「移送訓練」、近くの避難所に物資を受け取りに行く「受け取り訓練」、備蓄していた食料を使用した「炊き出し訓練」を順次行いました。ひたちなか市や近隣の事業所との連携のための通信の訓練も実施しました。災害がいつ起るか分かりません。いざという時のために、日頃からの備えと定期的な訓練の必要性を感じました。

今回炊き出しへはアリレフア米を提供しました。  
「わかめごはん」「田舎ごはん」を提供しましたが、  
思いのほか好評を頂きました。  
アリレフア米は水でもお湯でも食べられる仕様に  
なっています。  
ぜひ覚えておいて下さい。



## はまぎくの会案内図



## ～10月号目次～

- 〈表紙〉 ハートケアセンターからのお知らせ  
案内図・目次
  - 〈2P〉 多機能利用者数・なごみ  
食品加工・花詩工房からのお知らせ
  - 〈3P〉 ボナッペ・仲間のコーナー
  - 〈4P〉 10月の活動予定・支援センターについて
  - 〈5P〉 ふわり劇場
  - 〈6P〉 GH入居者数・GHについて
  - 〈7P〉 送迎のお知らせ・編集後記
  - 〈8P〉 10月のカレンダー



# ハートケアセンターのページ

## 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」「就職のブランクがあって今の自分はどのくらいできるわからない」など、不安に感じている方。まずは体験してみませんか？  
体験前にはまずはご連絡下さい。体験時は、昼食を400円で注文できます。よろしくお願いします。

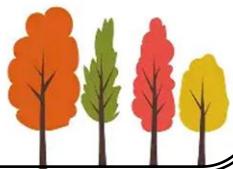
10月から作業の時間が変更になります。

今までスタッフの会議を火曜日の夜に行っていましたが「職員の働き方改革」の一環として会議を日中に行うことになりました。

金曜日の会議時は、3Rで作業は終了になります。

詳細はミーティングおよび掲示にてメンバーの皆様にはお伝えします。

ご協力お願い致します。



ハートケアセンター登録者数 75名  
(9月11日現在)

サービス別	生活訓練	就労継続支援 B型	生活介護
	8	55	12
作業班別	花詩工房	食品加工	ボナッペ
	15	34	14

## 食品加工

10月の食品加工班では、今期のほしいも加工に向けて、中旬頃より芋拾いが始まります。

ハートケアセンターひたちなかの干し芋に使われるさつまいもは、近隣の芋農家さんのご

厚意により収穫させていただいております。毎年、ご協力いただき、深く感謝申し上げます。

干し芋の加工開始は11月下旬ごろを予定しております。随時、お知らせ・販売を行っていきますので、今年の「はまぎくさん家のほしいも」をぜひお楽しみに(\*^-^\*)



## ~喫茶なごみ&福祉の店ポレポレ~

『ボレボレ』はスワヒリ語で「やっこ」と…

そんなお店づくりを心掛け、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:日曜日・月曜日・祝日)  
○営業時間:AM10:00～PM4:00  
○ランチ:AM 11:00～PM2:00

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。

TEL 029-276-9040

## 花詩工房

うまいじょん うまいをれがリニューアル!!今まで食品加工で作成をしていましたうまいをれ、うまいじょんが10月より花詩工房にバトンタッチになりました。

パッケージを一新し手に取りやすいサイズになりました。

150g 500円(税込)



100g 500円(税込)





## プレミアム商品券のご案内

9月から始まった『ひたちなかプレミアム商品券』

ですが当店でもご利用可能です。

ボナッペは「地域応援券」「共通券」両方使用できます。

この機会に是非レストランボナッペをご利用ください。



### レストラン営業日について

10月 2日 (木) ハンバーグディ

10月 3日 (金) 店休日

10月 7日 (火) ハンバーグディ

10月 17日 (金) 店休日

営業日 火・水・木・金

定休日 月・土・日

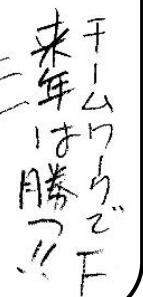
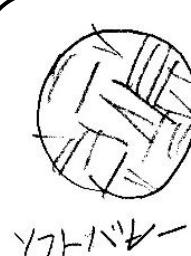
営業時間 ランチ 11:30~14:00

(日によって、営業時間が変更になる場合があります)

住所 ひたちなか市馬渡字砂久保558-1

TEL 029-219-7633

## 仲間のコーナー



白鳥  
11月

障害に負けない!!  
Y.N  
本を読み  
夢の中では主人公 M.F

分譲野郎お玉さん包括的に邸宅  
直美ちゃんフジヨー私 バイタライシガニック  
カレッチサトーブロジ像ユニアーハイ腸  
なし土窯 カニよく度(2)ハスホカリスエット  
アライヤ カサだらけ論 三角コート神の  
あんまえどんやね車エビ"三海苔 味覚  
表足酒列さん種付さんじょくがいの!!  
タイガードラマトケあんまえ喧嘩じゃ  
ないよな 気持を整え入れ替え  
魚占の塙やき。夢セヒューマンエラーガの  
N



# 地域活動支援センターふわり

地域活動支援センターは、病気と向き合い、主に医療機関に通院しながら生活を送っている方たちが利用されています。さまざまな相談や福祉サービス利用の助言、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一緒に考えていきます。365日開設し、自宅訪問も行っております。

## 平日開催プログラム（馬渡事業所）

### 月曜 「脳トレプログラム」午前

間違探しクイズ、映像クイズ、漢字クイズ等、楽しく脳を活性化しましょう☆

### 火曜 「eスポーツクラブ」午前・午後

仲間とリモートでゲームを楽しむこともできます。

### 水曜 午前「制作会」

手芸や工作をしています。

こちらは、作品の一部です →



### 水曜 午後「ストレッチクラブ

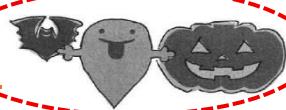
暑くて運動は控えていた方、涼しい室内でストレッチ体操はいかがでしょうか(#^~#)

### 木曜 「みんなで一緒に考えよう」「SST」

午前中にどちらかを行います。悩み事、相談事の他、ゆっくり仲間と語り合う時間です。

### 金曜 現在プログラムのないフリーな曜日です。

Rさんのペーパークラフト →



## ボランティアそいいゆ の皆さんと 『下妻&大宝天満宮』に行ってきました・・・

参加された方を代表して、お二人の感想をどうぞ！

Tさん「道の駅しもつまは、全部見るには時間が足りなかった。家族のお土産に納豆を買った。食べてみないと味はわからないけど、喜ぶでしょう。なかなか行けない所なので、参加して良かった。」

Mさん「大宝八幡宮は歴史を感じる立派な建物で、しっかり願い事をしました。



\*ご相談はこちらまで

029-219-8166 9時～17時まで

(来所相談はご予約ください)

フリースペース開所時間 9時～17時まで

10月の自遊市場・交流会はお休みです☆

## 月1回開催の活動

・・・日時、場所はお問合せ下さい・・・

### 【スポーツクラブ】 お疲れさまでした！

Fさんより「7日日曜に、

ソフトバレーの大会に出ました。めちゃくちゃ筋肉痛になりました(笑) 試合が進むにつれてチームワークが良くなり、残念なことに最後は接戦で負けました。楽しかったです！！」

### 【軽音クラブ】

18日秋祭りで演奏します。新しいユニフォームで頑張ります！(通常の水曜練習はお休みです)

### 【楽奏クラブ】 音楽を楽しもう♪

楽器の練習や発表をしています。

18日秋祭り・30日精神保健福祉フォーラムでは、「フワツツエル」メンバーが演奏します♪

### 【就労ミーティング】

19日(日)：柳沢事業所、午前中です

第24回

## はまぐくの会「秋祭り」開催！

日時：10月18日(土)

午前10時～午後2時

場所：馬渡事業所(馬渡558-1)



福祉施設による出店販売、ダンス発表、バンド演奏、じゃんけん大会など、楽しいイベントを計画して、皆さまのご来場をお待ちしています★ふわり特製クリアファイルをプレゼント！(無くなり次第終了)

\*雨天中止・柳沢事業所は休みです

# ふわり劇場

【イラスト】ホーホーさん

## 登場キャラクター紹介



うぐいす なな  
鳴々

本作の主人公  
謎の鳥よもぎちゃんになつかれている。



かいふう れおん  
海風 怜音

ゲームが大好きな女の子  
eスポーツで活躍中



そういうえばいつも下に書いてある『eスポーツ』って  
どういう活動なんだろう？



怜音ちゃん！

僕の出番のようだね。



『eスポーツ』というのは、ゲーム機やPCとかの  
デジタル機器を使って行う競技のことなんだ。  
ネットを通じて自宅から世界中の人達と  
いつでも対戦ができるし、すごい賞金が出る  
大きな大会もやっているんだよ！



なるほど！  
デジタル機器を使って行う競技だから性別や年齢に関係なく  
取り組めるし、室内で行うから外出が一人では難しい  
障がいを持った方でも気軽に試合に参加出来るよね。

そこに気づくとはさすが鳴々ちゃん！  
鳴々ちゃんが言ったように気軽に見えるから  
eスポーツはプロの世界だけではなく、学校や福祉の現場でも  
取り組まれているんだ。



制作協力：eスポーツプログラム イラスト制作委員会

eスポーツは地域活動支援センターふわりでも  
体験できますので、お気軽にお尋ねください。

# 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ヶ月あたり60,000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 はまぐく 入居状況

（9月22日現在）

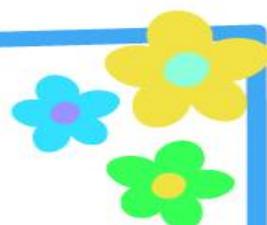
GH名	ラッキー	スマイル	フラワー	ドリーム	オアシス	リバティ	フレンズ	モンエマーサ
定員	男 10名	男 6名	女 6名	男 8名	男 5名 女 3名	男女 6名	男 10名	男女 7名
入居人数	10名	5名	5名	8名	8名	6名	10名	6名
空き状況	0名	1名	1名	0名	0名	0名	0名	1名

## GH からのお知らせ

### 湊花火大会鑑賞

9月6日に那珂湊花火大会がありました。GH のレクリエーションとして、オアシスの横の駐車場で花火を見ました。27名の方が参加し、おやつを食べながらベンチに座り会話をしながら見ました。「きれいだね」という声も多く聞かれ、楽しみながら最後まで見ることができました。

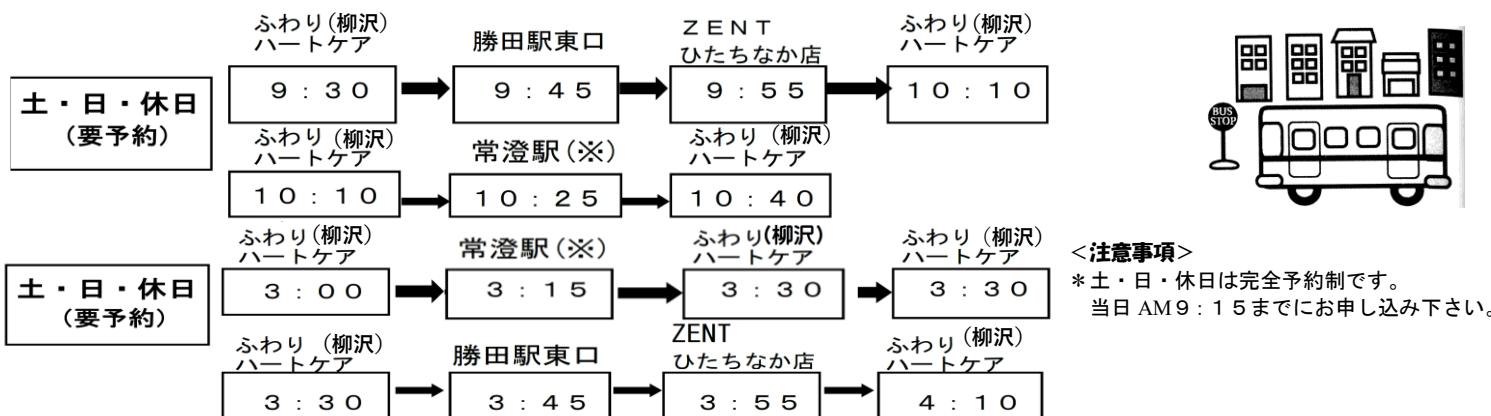
今後も、毎年恒例の行事にしていきたいと思います。



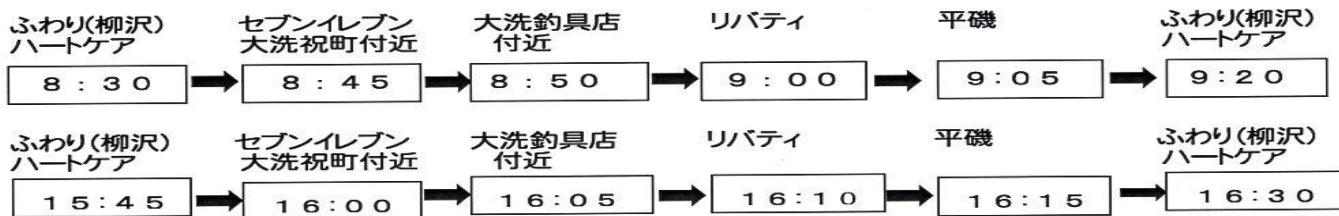
# 送迎バス 運行時刻のお知らせ

令和7年4月1日から平日の送迎車の時刻が一部変更になっています。(土日の変更はありません)

	柳沢 事業所	勝田駅 東口	馬渡 事業所	モンエ ZENT	柳沢 事業所				
1便	8:30	8:45	8:55	9:00	9:15				
	柳沢 事業所	勝田駅 東口	モンエ	馬渡 事業所	柳沢 事業所				
2便	9:15	9:30	9:40	9:45	9:55				
	元 なかよし前	馬渡 事業所							
予約	10:15	10:25							
	柳沢 事業所	勝田駅 東口	馬渡 事業所	モンエ ZENT	柳沢 事業所	生活 介護棟	元 なかよし前	馬渡 事業所	柳沢 事業所
3便					13:00	13:05	(停車なし)	13:15	
4便	13:45	13:30	(停車なし)	13:20	(停車なし)	(停車なし)	(停車なし)	13:15	
	柳沢 事業所	勝田駅 東口	モンエ ZENT	馬渡 事業所	柳沢 事業所	生活 介護棟	元 なかよし前	馬渡 事業所	柳沢 事業所
5便	15:45	15:30	15:20	15:15	15:00	(停車なし)	14:50	14:45	14:30
6便	15:45	16:00	16:10	(停車なし)	16:25				



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】

秋らしい日々が続いております。今月の18日(土)は、はまぎくの会秋祭りが開催されます。多種多様の催し物があるので、ご期待ください。

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いします。

お問い合わせ : 029-264-1500



令和7年

10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		ランドリー作業 9:25～ 脳トレプログラム	e-スポーツクラブ	1 パソコンプログラム 10:50～ 制作会	2 みんなで一緒に考えよう SST	3 →
午後			e-スポーツクラブ 書道クラブ	制作会 ストレッチクラブ		ランチサービス 12:00～
午前	5 ランドリー作業 9:25～ 脳トレプログラム	6 e-スポーツクラブ	7 パソコンプログラム 10:50～	8 みんなで一緒に考えよう SST	9 生活プログラム9:30～	10 → 11
午後	ランチサービス 12:00～		e-スポーツクラブ 書道クラブ	ストレッチクラブ		ランチサービス 12:00～
午前	12 13スポーツの日	14 ランドリー作業 9:25～ e-スポーツクラブ	15 パソコンプログラム 10:50～ 制作会	16 みんなで一緒に考えよう SST	17 生活プログラム9:30～	18秋祭り 10:00～14:00 小雨決行・雨天中止 柳沢事業所はお休みです
午後	ランチサービス 12:00～	ランチサービス 12:00～	e-スポーツクラブ 書道クラブ	ストレッチクラブ		柳沢閉所
午前	19 就労ミーティング 10:00～	20 ランドリー作業 9:25～ 脳トレプログラム	21 e-スポーツクラブ	22 パソコンプログラム 10:50～ 制作会	23 みんなで一緒に考えよう SST	24 生活プログラム9:30～ → 25 柳沢閉所
午後	ランチサービス 12:00～		e-スポーツクラブ 書道クラブ	ストレッチクラブ	就労プログラム10:50～	ランチサービス 12:00～
午前	26 ランドリー作業 9:25～ 脳トレプログラム	27 e-スポーツクラブ	28 パソコンプログラム 10:50～ 制作会	29 みんなで一緒に考えよう SST	30 生活プログラム9:30～ →	
午後	ランチサービス 12:00～		e-スポーツクラブ 書道クラブ	ストレッチクラブ		

※ 「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。