

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？体験前にまずはご連絡下さい。体験時は、昼食を 400 円で注文出来ます。よろしくお願いします。

はまぎくの会は「公益的な取り組み」の一つとして福祉専門職の養成校と連携し、学生の現場実習受け入れや、地元の高校生の地域福祉を学ぶ実習の受け入れをしており、養護学生・精神保健福祉士の学生が実習に来てくれます。今後も予定が入ってます。作業やプログラム、生活の場面の中で、多くのメンバーの皆さんが温かく受け入れてくれたり、丁寧に作業を教えたり、今までの経験を伝えてくれます。実習に来た学生からは、「地域の実践を深く学ぶことが出来た」「メンバーの皆さんに教えて貰うことが沢山あった」「実習自体がとても楽しく、終わってしまうことが残念な気持ちになった」「将来の理想の専門職のイメージが湧いてきた」など、とても前向きな感想が上がっています。未来の専門職を育てるためにも、続けてご協力お願いします。



ハートケアセンター登録者数 77 名
(10 月 31 日現在)

サービス別	生活訓練	就労継続支援 B 型	生活介護
	9	5 6	1 2
作業班別	花詩工房	食品加工	ボナッペ
	1 5	3 6	1 4

食品加工

食品加工では、近隣の農家さんのご協力をいただき、毎年たくさんのさつまいもを拾わせて頂いております。11 月下旬から干し芋の加工を行っていきます。今年も美味しい干し芋を作っていくので、楽しみにしていただけると幸いです。食品加工班一同、今月も精一杯頑張りますので宜しくお願い致します。



～喫茶なごみ & 福祉の店ポレポレ～

『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

新商品のお知らせ

10 月から新商品「ほうじ茶クッキー」が始まりました。
香り高いほうじ茶を贅沢に使った
ざくざくとのあるクッキーです。

4個入り 200 円(税込)



レストラン ボナッペ



メニュー紹介

チーズハンバーグのオープン焼き (税込2035円)



ボナッペ特製ハンバーグを数種類のチーズでオープン焼きしました
デミグラスソースとトマトソースからお選びいただけます。

11月の店休日

4日(火)
21日(金)
25日(火)

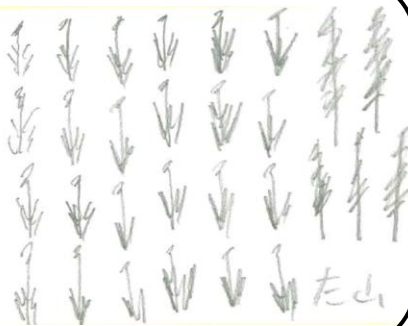
営業日 火・水・木・金
定休日 月・土・日

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



霜降りで
牛田 田う
喰いしん坊

特捜班に UMA の泉ヶ森神社
目にやさしいの UAP 石良士薬 不市米重
のおばはん 予其月会 運重わ 商社
銀行債務 酒列せん 孔優ぬ 人間
エコ"義的 29 足音角屏 同じなのけし
トスぬ ラーティグー 耳聾人区 いりかげん
土也すだ ひまわりや良 たんほのまの 不義な人
エコマシーン ぬてないで 簡用 言語的なのわ
前立月泉 がし おかひきまし もががない クロー
サイモ" ぬしな

恋したリナ〜♡
でもそりじやできない
でも、秋もふかまるし
やはり、恋したリナ〜
(あ)

おれの目の
黒いうちは...
バンクシー。

ちいきかつどうしえん 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」

例えばこんな問題を解いています。

<Q>日本で一番長い川は？ <答え>信濃川

<Q>カレーに合う漬物といえば？<答え>？☆？

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」

おやつ作りをしたり工作をしたり、楽しんでいます。

水曜 午後「ストレッチクラブ」

腰痛を軽減する体操、ふくらはぎに効くストレッチなど…筋力が弱って転倒しないように気をつけましょう

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。

唄練習や、卓球をすることもあります。

*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）

11月の自遊市場☆22日・午前中

馬渡事業所にて開催（雨天中止）

焼きそば、フランクフルト、フリーマーケット

*柳沢事業所は休みにになります

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】【軽音クラブ】

【軽音クラブ】 【楽奏（らくそう）クラブ】

【就労ミーティング】【麻雀クラブ】

この他、仲間3人以上集まれば、スタッフと相談して企画を行うこともできます。

ヘルマンハーブの

コンサートを開催します ♪♪♪

ヘルマンハーブとは、ドイツのヘルマン氏が、ダウン症の息子のために開発した弦楽器です。身体の特徴に合わせてあり、五線譜が読めなくても演奏できます。ヘルマンハーブ教室「チュトワイエ」の皆さまの、優しく美しい音色の世界を、ぜひお楽しみください。

日時：11月22日（土）13：30～15：00

場所：馬渡事業所 *要予約

お問い合わせ：029-219-8155

制作会での「おやつ作り」

秋の味覚、サツマイモを使って、栗の形のお饅頭をつくりました。中に、甘栗が入っています。黒ゴマを下のほうにつけました。



栗の形にできた！



サツマイモ、頑張ってつぶしました。栗の形がかわいくできたと思います。

参考図書「レクリエ」

10/11・スポーツ大会に参加しました！

ひたちなか総合体育館で開催されました、スポーツ大会の感想です・・・

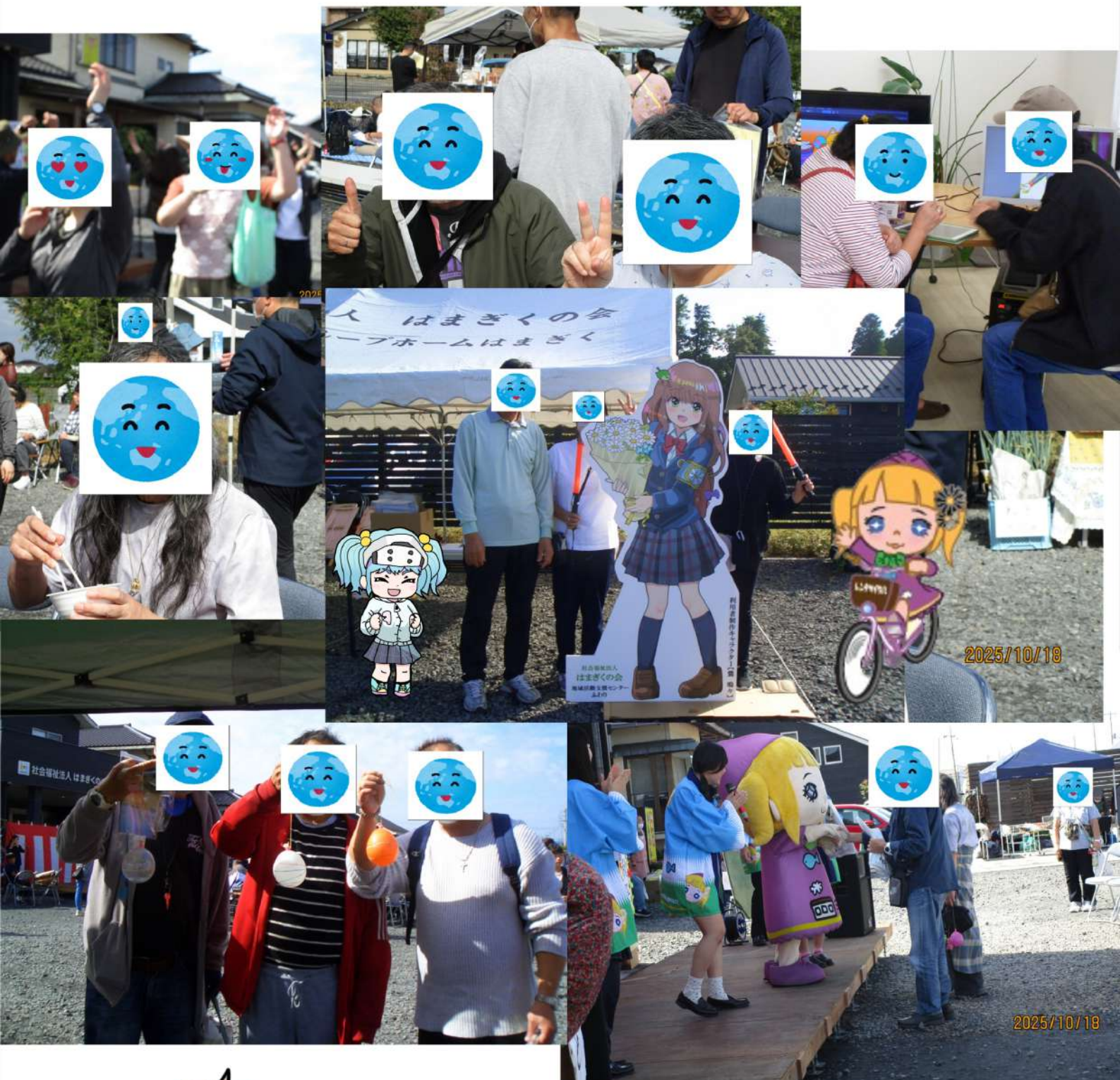
●「玉入れ」のカゴがすごく高かった！
けど私の投げた玉が入って嬉しかった！！

●いろいろな種目があって、楽しめました。
「ポッチャ」が一番楽しかったです。

ふわり劇場

制作協力：eスポーツプログラム イラスト制作委員会

イラスト：ホーホーさん



鶯 鳴々

第24回はまぎくの会秋祭り
たくさんのご来場
ありがとうございました！

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 はまぎく 入居状況 （10月31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	6名	8 名	8名	5名	10 名	6名
空き状況	0 名	1 名	0名	0 名	0名	1名	0 名	1名

GH からのお知らせ

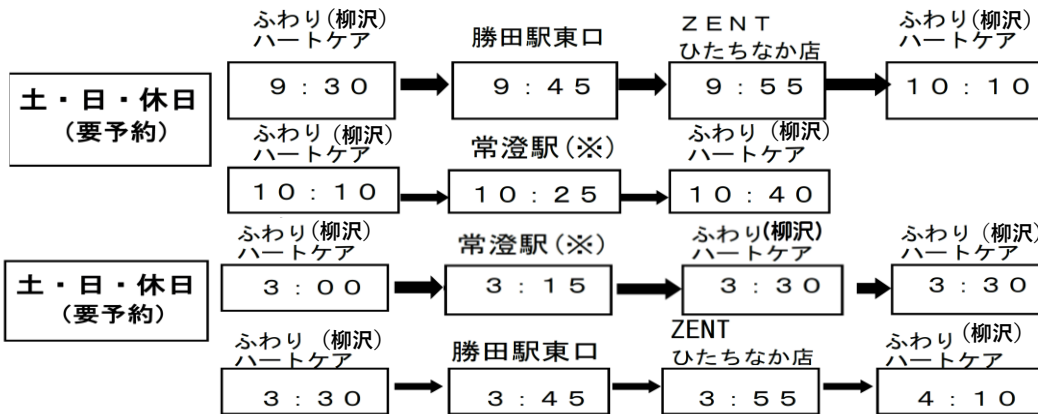
9/7、9/21の2日に分けてグループホーム家族交流会を行いました、自治会長様、それいゆ様、地域連携推進委員様にも参加していただきました。クイズレクでは、積極的に発言するメンバーさんも多く見られて、盛り上がっていました。食事会ではメンバーさんとご家族、来賓の方なども含めて楽しく交流している姿が見られました。

フードバンクから寄付でいただいたお菓子等をレクの景品に使わせてもらったり、お米はメンバーさんに配布すると、「お米高騰しているのでとても助かります」と、皆さんとても嬉しそうに受け取っていました。

送迎バス 運行時刻のお知らせ

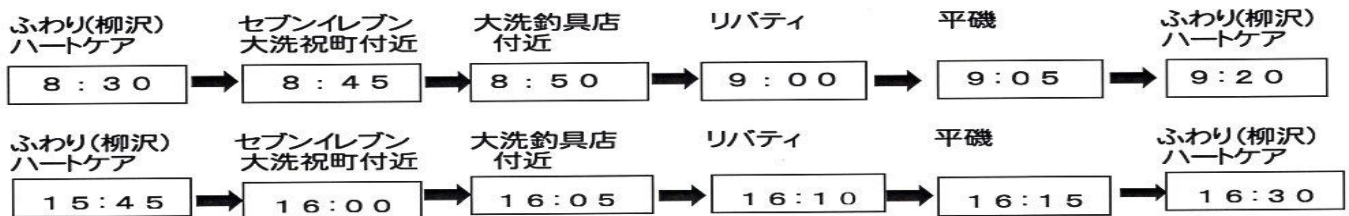
令和7年4月1日から平日の送迎車の時刻が一部変更になっています。(土日の変更はありません)

	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				
2 便	9:15	9:30	9:40	9:45	9:55				
予約	元 なかよし前 10:15	馬渡 事業所 10:25							
3 便	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 (停車なし)	馬渡事業所	柳沢事業所
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	
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				



<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】

当月は発行が大変遅くなり申し訳ございません。

段々と肌寒い日が増えてきました。皆様体調はお変わりないですか?木々の葉も色づいておりこの時期は観光なども最適です
はまぎくの自遊市場(馬渡)にも出向いてはいかがでしょうか...

名刺や封筒など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。

お問い合わせ : 029-264-1500



令和7年

11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 文化の日	4 ランドリー作業 9:25～ eスポーツクラブ	5 パソコンプログラム 10:50～ 制作会	6 みんなで一緒に考えよう SST	7 生活プログラム9:30～	8
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			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	11 eスポーツクラブ	12 パソコンプログラム 10:50～ 制作会	13 みんなで一緒に考えよう SST	14 生活プログラム9:30～	15
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		お楽しみプログラム	ランチサービス 12:00～
午前	16	17 ランドリー作業 9:25～ 脳トレプログラム	18 e-スポーツクラブ	19 パソコンプログラム 10:50～ 制作会	20 みんなで一緒に考えよう SST	21 生活プログラム9:30～ 就労プログラム10:50～	22 自遊市場(雨天中止) 楽奏クラブ
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			交流会(ヘルマンハーブ)
午前	23/30 勤労感謝の日	24 振替休日	25 ランドリー作業 9:25～ eスポーツクラブ	26 パソコンプログラム 10:50～ 制作会	27 みんなで一緒に考えよう SST	28 生活プログラム9:30～	29
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 軽音クラブ 13:00～		お楽しみプログラム (スポーツ)	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がが主催の作業・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。