

新年明けましておめでとうございます



NPO法人CES

生活館・ゆいまーる・ステッブ・きりん館・きらり館 合同

餅つき&新年会のご案内

下記の日程で、もちつき&新年会を開催します。関係者が一同に会し、日頃お世話になっているケア・ボランティアの皆さんとともに新年の始まりを祝いたと思います。お誘いあわせておいでください。

- * 飛び入りも大歓迎ですが、1月17日(月)までにご連絡をいただくと助かります。042-624-8417 または info@npoces.net へお申し込み下さい。
- * 会費は無料です。お気軽にご参加下さい。

記

- と き 1月22日(土) もちつきの部 午前10時~12時
新年会の部 午後2時~4時
- ところ ちびっこ公園&南新町町会会館
(どちらもゆいまーるの隣にあります)



NON-PROFIT ORGANIZATION

CES

八王子生活館
ゆいまーる生活館
自立生活体験室ステッブ
グループホームきりん館
グループホームきらり館

アート&クラフト
フーズ&エコロジー
チャレンジ&エンジョイ
スロー&エンジョイ
スロー&エンジョイ

ボランティアさんを募集しています！

CESでは、メンバーに対してよりきめの細かな対応をするために、また、閉鎖的な場にならないよう、地域に開かれた風通しのよい場にしていくために、ボランティアさんを募集しています。

* 下記いずれの場合も、交通費・入場料等の実費はこちらで負担いたします。

* 詳しくは、電話 042-627-0665 か info@npoces.net へお問い合わせください。

1/22(土) おもちつきのお手伝いをお願いします

午前 10:00~12:00 ゆいまーる隣の公園でおこないます

みんなで楽しくおもちをついて、つきたてのおもちで、新年をともに祝いましょう。ご近所へのお裾分けもしますので、6うすほどつきます。つき手・声がけ手・見守り手、何手でも構いません。お子様連れでもどうぞ。

1/21・2/4(金) 選択カルチャー

13:00 生活館集合・16:00 生活館解散

美術、ダンス、タイコ、たいそうに分かれて活動しています。いっしょに楽しんでくださる方を募集しています。

1/28・2/18(金) 自由レク

12:00 生活館集合・16:00 生活館解散

カラオケ、ボウリング、プールに分かれて活動しています。とくに、ボウリングにいっしょに参加してくださる方を募集しています。

2/25(金)26(土)27(日)

手作り作品展のお店番
in イトヨーカドー八王子店

現地集合・解散で 10:00~20:00

10時~20時の間で、ご都合のよい時間帯(2時間ほど)で結構ですので、お手伝いをお願いします。

品物の紛失防止・補充そして商品説明が主な仕事です(レジはありません)。お店番が難しい場合は、ゆいまーるでパンの袋詰めなどの仕事もありますので、ぜひお問い合わせください。

2/22(木) 3/1(火)2(水)3(木)

甘夏ピールづくり in ゆいまーる

現地 10:00~12:00 13:30~15:30

水俣で作られた無農薬栽培の甘夏の皮を使って、シュトーレンやライフルーツなど、ゆいまーるのパンやお菓子にかかすことのできない甘夏ピールをつくりまします。皮を切ってさらして、水を切ってさらしてという作業を繰り返す、とても根気のいる仕事です。午前か午後どちらかでも結構ですので、よろしくお願ひします。

* 寄付・寄贈 * どうもありがとうございました(敬称略・順不同)

原功 三宅恒子 鈴木真由美 服部光中 T・Sハウジングサービス 藤設計事務所

八王子ローヤルマンション管理組合法人 みずき通り商店会 山本通陽

南町町会長平澤東 南町民生委員新倉陽子 小林秀雄 小林昭代 平澤セツ子

清水建設(株)八王子営業所 所長 高瀬谷尚也

＜今後の予定＞

1月の予定			2月の予定		
1	土		1	火	自由
2	日		2	水	自由
3	月	年末年始休業	3	木	自由
4	火	自由	4	金	自由
5	水	自由	5	土	
6	木	自由	6	日	
7	金	自由	7	月	自由
8	土		8	火	自由
9	日		9	水	自由
10	月	悠玄グループ展 成人の日	10	木	自由
11	火	自由	11	金	
12	水	自由	12	土	自由
13	木	自由	13	日	
14	金	自由	14	月	自由
15	土	自由	15	火	自由
16	日	ふれ愛コンサート	16	水	自由
17	月	自由	17	木	自由
18	火	自由	18	金	自由
19	水	自由	19	土	自由
20	木	自由	20	日	
21	金	自由	21	月	自由
22	土	自由	22	火	自由
23	日		23	水	自由
24	月	振替休日	24	木	自由
25	火	自由	25	金	自由
26	水	自由	26	土	自由
27	木	自由	27	日	
28	金	自由	28	月	自由
29	土	自由			
30	日				
31	月	自由			

ボランティアさんを募集しています！

CESでは、メンバーに対してよりきめの細かな対応をするために、また、閉鎖的な場にならないよう、地域に開かれた風通しのよい場にしていくために、ボランティアさんを募集しています。

* 下記いずれの場合も、交通費・入場料等の実費はこちらで負担いたします。

* 詳しくは、電話 042-627-0665 か info@npoces.net へお問い合わせください。

1/22(土) おもちつきのお手伝いをお願いします

午前 10:00~12:00 ゆいまーる隣の公園でお願いします

みんなで楽しくおもちをついて、つきたてのおもちで、新年をともに祝いましょう。ご近所へのお裾分けもしますので、6うすほどつきます。つき手・声がけ手・見守り手、何手でも構いません。お子様連れでもどうぞ。

1/21・2/4(金) 選択カルチャー

13:00 生活館集合・16:00 生活館解散

美術、ダンス、タイコ、たいそうに分かれて活動しています。いっしょに楽しんでくださる方を募集しています。

1/28・2/18(金) 自由シブ

12:00 生活館集合・16:00 生活館解散

カラオケ、ボウリング、プールに分かれて活動しています。とくに、ボウリングにいっしょに参加してくださる方を募集しています。

2/25(金)26(土)27(日) 手作り作品展のお店番

in イトヨーカドー八王子店

現地集合・解散で 10:00~20:00

10時~20時の間で、ご都合のよい時間帯(2時間ほど)で結構ですので、お手伝いをお願いします。品物の紛失防止・補充として商品説明が主な仕事です(レジはありません)。お店番が難しい場合は、ゆいまーるでパンの袋詰めなどの仕事もありますので、ぜひお問い合わせください。

2/22(木) 3/1(火)2(水)3(木) 甘夏ピールづくり in ゆいまーる

現地 10:00~12:00 13:30~15:30

水俣で作られた無農薬栽培の甘夏の皮を使って、シュトーレンやライフルツなど、ゆいまーるのパンやお菓子にかかすことのできない甘夏ピールをつくります。皮を切つてさらして、水を切つてさらしてという作業を繰り返す、とても根気のいる仕事です。午前か午後どちらからでも結構ですので、よろしくお願ひします。

* 寄付・寄贈 * どうもありがとうございました (敬称略・順不同)

原功 三宅恒子 鈴木真由美 服部光中 T.Sハウジングサービス 藤設計事務所
八王子ローヤルマシソン管理組合法人 みずき通り商店会 山本通陽
南町町会長 平澤東 南町民生委員 新倉陽子 小林秀雄 小林昭代 平澤セツ子
清水建設(株) 八王子営業所 所長 高瀬谷尚也

いんふおめーしょん@ゆいまーる

2010.12&2011.1

2000年問題! などといったところからもう10年もたつたんですね。10年ひと昔、といいますが....

2010年、ゆいまーるもおかげさまで10周年を迎えることができました。開店当初はがらんとしていたお店も、今はパンやお菓子、生活館の織物の他、フェアトレード商品や安全な食材なども所狭しと並んでいます。

新しい年はどんな年になるのでしょうか。

10年経った今、昔をちょっと振り返りつつ、気持ち新たにすすんでいきたいです.....



年末年始休業のお知らせ

12月25日(土)~1月10日(月)

★工房は1月4日からです。お問い合わせは4日以降にお願いいたします。



*** わけありクッキーが好評です ***

今年は「わけありクッキー」が商品として新登場。(ちまたでも、いろいろな「これ〜」とか「B級〜」とか人気ですよね。

モッタイナイ から生まれた新商品! ...といっても中身はいままでのクッキーですが、製造過程で、かけてしまったもの、ちょっと焼き具合が強いもの、不揃いな形のものを詰め合わせました。

通常のクッキーの倍量、200gはいつでもお値段そのまま!
(どこかのCM みたいですねえ(笑)) 400円ですよ~
毎週火曜日からお店に並びますが、売り切れゴメン! のクッキーなのです。

あ、姉妹品?! として クロワッサンの成形過程でできる「プチクロワッサン」こちらも好評です。増量した、一口タイプのカリッとしたプチクロワッサン120円



ゆいまーるのパンのおはなしその④



今回はパンのフィリング(具材)についてのお話です。

デニッシュの上に乗っているものも、おやきの中には入っているものも、ゆいまーるではすべて手作りです。

フルーツの「デニッシュ」は、甘夏のマーマレードもりんごやブルーベリーも旬の時期に仕込んだものです(ブルーベリーだけは冷凍ですが)。糖度は市販の物より抑えめです。どれもほとんど農薬を使用していません。短い期間限定ではありますが、洋ナシ・桃・栗のデニッシュもそれぞれ季節に登場します。

「ショコラデニッシュ」のフィリングは、ピープルツリーのフェアトレードオーガニックミルクチョコレート。カカオ分58%以上、フィリピンのマスコバド黒糖をスイスの小さな工場で丁寧に作られたチョコの入ったぜいたくな一品です。

「おやきあんぱん」の中の小豆あんは北海道の無肥料自然栽培ならではの小豆のおいしさが際立ちます。本当に、つまみぐいをしてしまいたくなるほどのおいしさです。白あんは同じく北海道産のぎんてぼう豆を使用。このぎんてぼう豆の特徴は、同じ仲間の他の白いんげん豆にない白銀の世界を思わせる白さです。もちろん味もクセがなく香りと甘みがあります。高級和菓子店で館に使用されることの多い豆です。どちらの館も、ビタミン、ミネラルたっぷりのまろやかでクセのない洗双糖とあわせて、丁寧にあんこにしています。

あんこ類はおやきでもおいしいですが、時々登場する「あんデニッシュ」で食べるとまた違った味わいです。サクッとしたデニッシュ生地とあんこの相性もよいですね。

「豆カレーおやき」のフィリングはお店でも販売している、カレーの壺と、ネパールカレーの2つをミックスさせたスパイスにひよこ豆ペーストと、ひよこ豆をたくさん入れてつくりました。じっくり炒めた玉ねぎの甘みも美味しいですよ。



<1月の予定>

11・18・25 (火)⇒牛乳入荷 お豆腐入荷(4時すぎ)

15・22・29(土)⇒土曜日セール! パウンドケーキなどがお買得!

オーガニック 〒192-0075 八王子市南新町17-5 田村ビル1F
カフェ&ベーカリー www.yuimaru.net shop@yuimaru.net



◆定休日 日・月・祭日
◆営業時間 11:00~17:00

電話 042-626-2296
Fax 042-626-2307



きりん館と
きり館から
こんにちは

きりん館

☆すみれさんのお誕生日会♪

寒い冬がやってきました。でも寒さにも負けず！きりん館は、ぽっかぽかの毎日です。誕生日にきりん館下の「お茶楽久」さんに行ってお祝いをしました。久しぶりの外食で、土居さんも一緒にがんばり☆お誕生日のケーキはアイスクリームケーキ！こりゃびっくり！暖かい部屋でアイスを食べるのもおいしいですね。



みんな
ありがとう！！



とってもすてきなクリスマスツリー

☆きりん館ツリー♪

毎年恒例のきりん館ツリー☆今回はサンタさんの飾りをいただきました。電気を消すときれいな光に包まれます。2010年もあつという間に過ぎてしまいました。スタッフも暖かいたくさんの思い出をメンバーと共有出来たかなと思います。今年もよろしくお願いします。

きり館

★香菜子さんお誕生日会♪

きり館にて、お誕生日パーティーを行いました。みんなで手拍子しながら歌を歌ってお祝いしました。ケーキとろうそくの火って、お祝いの象徴のようです。主役の香菜子さんは、ちょっと照れ笑いをしながら「ありがとう。」と言ってろうそくの火をふ～っと吹き消しました。日ごろから香菜子さんはカレンダーを確認したり、スケッチブックにプロフィールを書いては、ひとつ歳を重ねることを心待ちにしています。ますます元気で楽しく過ごしてくださいね。

★避難訓練をしました♪

“きり館の1階の台所から出火”という想定で、避難訓練を行いました。ゆいまる横のちびっこ広場まで歩くと、天気もよかったのでお散歩気分。回を重ねる毎にスムーズになってきました。



ハッピー
バースデー
♪

リクエストのショート
ケーキにはカラフルな
フルーツがいっぱい！

ゆうじさん(左)とちえさん(右)
イラストつきバースデーカード

新生活館に引っ越して約2ヶ月。

メンバーのみんなに感想を聞いてみました。



まる～◎

ひろく、
きれい！

外を歩いている
人がみえてくて
うれしい♪

駅からべんり
でいい♪

こっちがいい

はじめは、
きんちょうしたけど、
すこしなれた。

よかったの

とってもいいところ～
ひろ～い！



みんな気に入っているみたいでよかった…。
ほっと胸をなでおろすスタッフたちです。

工房の窓から

みわたり すみれ
三渡 すみれ さん

大ベテラン！織の巨匠！
とっていいすぎではない
でしょう。
生活館入館以来25年、
日々たゆまず織り続けてきた
腕前はすばらしいものです。

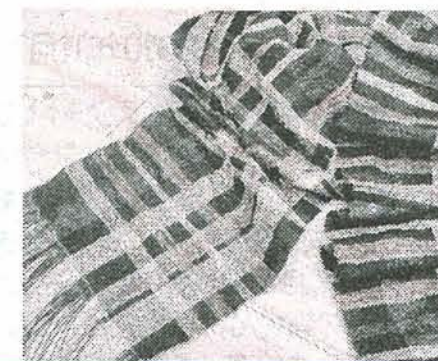


プチラメマフラーという、生活館の大ヒット商品の中心的担い手でもあり、生活館の売り上げに大いに貢献してくれています。そのほかにも、右のゴージャスなマフラーや、ウールのマフラー、大判の生地などなんでもござれ！のすみれさんです。グループホームのきりん館でも、楽しんで生活しています♪

の製品***その13

ゴージャスなマフラー

高級なラメ糸をふんだんに使って、美しく織り上げたゴージャスなマフラー。華の銀座は「悠玄」での作品展でも人気でした。(¥10000)



□□□ 新春早々、銀座悠玄でグループ展が始まります！ □□□

～2010年7月に展覧会をおこなった悠玄さんから、今度は新春展のお誘いをいただきました。

Art & Craft 2011

新しい時を刻んで

1/10(日)～1/22(土) 日曜休館
11:00～19:00 (最終日17:00まで)

ギャラリー悠玄
東京都中央区銀座6-3-17悠玄ビル 〒104-0061
TEL 03-3572-2526 E-Mail g-yogen@n7.dion.ne.jp



「アートはライブ」をテーマにしている悠玄さん。バラエティー豊かで鮮度ある作品たちで新春展をオープンしたいとのこと。ガラス・ジュエリー・陶芸・磁器・人形・イラストの作家さんたちに混じって私たち「ばた」生活館の作品も並びます。どうぞお誘いあわせの上ご来廊下さい。

生活館お引越し & お披露目会、無事終了！

● 引越し・・・2010年10月30(土)・31日(日)

30日は季節はずれの台風直撃か！？という予報が出され、どうなることか・・・？と心配されましたが風雨もさほどひどくならず、27年近くお世話になった八幡町から、南町への引越しは無事終了しました。引越しに当り、たくさんの方々のご協力、お手伝いをいただきました。改めてお礼を申し上げます。ありがとうございました。



南町のみなさん



南町々会長さん



南町の皆さん、どうぞ
よろしくお願いします。

メンバー自己紹介



理事さん挨拶・乾杯



会場は、生活館お向かいにあるエイビットスクエアさんのホールをお借りしました

会場には笑いがいっぱい！

● お披露目会・・・2010年11月19日(金)

11月1日(月)から、新生活館はスタートしました。場所・環境が変わることで、メンバーの皆さんの戸惑い・混乱があるのではないかと親御さん・スタッフには、実はかなりドキドキのスタートでした。でも、メンバーの皆さんは至ってマイペース！混乱どころか、新しい生活館を喜び、楽しむ余裕を見せ、仕事のペースも上がるほどの落ち着き振りだったのには、わたしたちもうれしいビックリ！でした。

そんな中、3週間ほど経った11月19日(金)にお披露目会は、開かれました。ローヤルマンションの住人の方々、南町町会関係の皆さん、生活文化学校設立当初の関係者の方々、理事の方々、メンバー、保護者、スタッフ、総勢80人程で、ゆいまーるの美味しいお菓子を囲みながら、なごやかに時間は流れ、あたたかい会となりました。ご多用のところご出席いただきました皆さま、どうもありがとうございました。

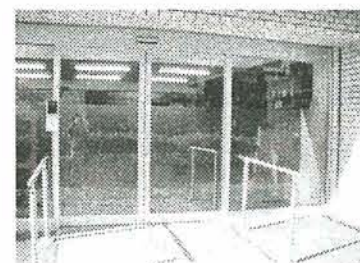
● 新生活館の記念手ぬぐい・・・ゆいまーるにて好評発売中！(700円)

新しい生活館への移転を記念して、手ぬぐいを作りました。色はあたたかみのある柿色で、メンバーの絵がちりばめられ、レイアウトされたかわいいデザインです。今回の移転のご挨拶に、大活躍しました。また、今回の改修に際してご寄付をいただいた方にも差し上げて、みなさんに喜んでいただいています。生活館&ゆいまーるで、販売も始めましたので、よろしくお願いいたします。お年賀に、いかがですか？



新しい生活館をご紹介します！！

入り口外観。



壁には糸棚がピッタリ！糸選びもとても楽ちゃん！仕事もはかどります。



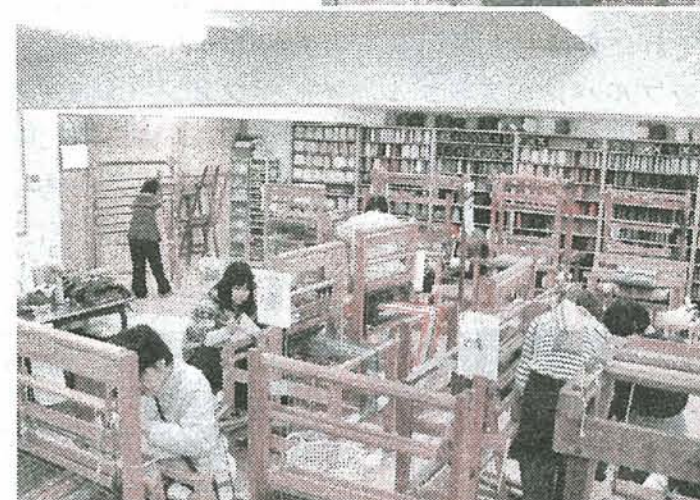
中からも外がよく見えて、明るい！



新しい生活館は、一部フィルムが貼ってありますが、前面ガラス張りなので、道行く人から織り機や織る姿・紡ぐ姿を見ていただけます。特に、カラフルな糸が整列する糸棚は、ひとときは目を引くようです。1階ということもあり、気軽に見学してくださる方が増えました。みなさんもどうぞ、お気軽にいらしてくださいね！お待ちしております。



作り付けの棚がいっぱいで収納力抜群！床はひのきの天然木なので、冬もあたたかです。



以前と大きく変わった事は、ワンフロアーに織り機が一堂に並んでいることです。みんな一緒に安心！



台所の横には歯ブラシコーナーもできました。



畳の向うには、なんと！中庭があります



●入り口⇒織りスペース⇒通路(事務スペース)⇒休憩室(ダイニングキッチン&洗面コーナー)⇒ロッカー⇒奥には、倉庫・相談室があります。

通路横には、フェルト&紙漉きスペースがあります。



ゆいまーる秋のフェアを終えて

ゆいまーるでは、恒例秋のフェアを11月25日～27日まで開催いたしました。
27日には、「深まる秋のミニライブ」と称してきり館スタッフ永井さんの所属している
NPO法人ふれみゅうから、「mimamento2」が楽しい音楽を届けてくれました。

例年ですと、同じ法人内の「八王子生活館」の手織り製品なども一緒に大々的に展示会を開催したりなのですが生活館のお引っ越しなどの諸事情でことは縮小で・・・。

というわけでフェアの告知にも手織物のことはあえて入れなかったのですが、生活館の織り姫さんたちは、そんな諸事情もなんのその、頑張ってくれました！そのおかげでお店には、フェルトの小物やおうちの中で履くブーツ、色とりどりの手紡ぎのマフラーなど目を楽しませてくれるオンリーワン製品が並び、お客様にも好評でした。

それに負けじとゆいまーる工房チームもがんばり、いつものパンに加えて限定商品のアップルパン、アップルパイ、マフィン（かぼちゃ・ブルーベリー・チョコチップ）ピザ、小豆ともち栗のパイなども人気であつという間に売り切れました。

初日のランチタイムでは満席になりうれしい悲鳴っ！ いつにもまして張り切る私たち。はりきりすぎて、ちょっとミスしちゃったり、肩に力が入りすぎちゃったり、なんてこともありましたが、ニコニコ笑顔でお仕事終了！となりました。



限定ランチの写真です。左からゆいまーるのパンにかぼちゃのサブジ(インド風野菜炒め)キャロットパテ、おからの洋風パテ、油揚げのミニピザ風(ゆず胡椒を塗った油揚げにシュレッドチーズをのせて軽く焼きました)そしてこの日のスープは紅玉りんごのポタージュ。デザートはヨーグルトクリームチーズ風フルーツ添え(自家製栗の渋皮煮とりんごをのせてメイプルシロップをかけました) フェア記念価格 ドリンク付1000円！

最終日のミニライブには狭い店内ですがたくさんの方が集まってくれました。

ヴァイオリンやクラリネットがゆいまーるに登場するなんて初めてです。

みんなの知っている歌はもちろん、心に染み入る歌まであつという間の45分。

みんなのリクエストに応じて、キーボードを弾き、歌うみちさん、それにあわせるヴァイオリンのマギーさん、クラリネットのよねさん。

間近でみていて素晴らしいなあと感動♪です。

生で聴く演奏、メンバーにも大好評でした！

フェアの締めくくりにもふさわしい

芸術の秋、となりました。



ヴァイオリン・クラリネット・キーボードでいろいろな曲を聴かせてくれました。リクエストにもすぐ応えて演奏してくるってさすがプロ！

CESの新しいスタッフを紹介します！



10月より生活館の非常勤スタッフとして
お世話になっております ^{また} ^{まみこ} 前田 真実子と申します。



学生の頃にスラッポでお世話になり、卒業後
さき織りの作業所に就職しました。



今年の5月にこちらの方へ戻ってまいりました。

青梅市出身です。よく学生と間違われますが

結婚しています。またまた学ばなければ



知らない事が沢山ありお手教あかけると

思います。どうぞよろしくお願いいたします。

前田さんは美術大学のご出身で自身もアート活動をしています



八王子生活館・織物教室 織物教室のご案内

八王子生活館の職場である織物の部屋の一角で、織物教室を行っています

生活館が地域の方々にとって開かれた場であるようにと始めました

ベテランの域に達したメンバーの織る素敵な布に刺激されたり...

またある時は癒されたり...と、お互いに良い関係を築いています

決まったカリキュラムは特にありません

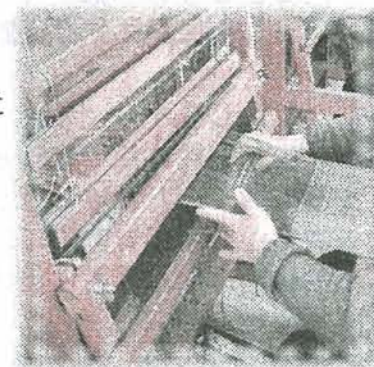
全くの初心者の方から経験者の方まで、ひとりひとりのペースに

合わせて織りたいもの、お好きなものを製作していただきます

また、織る事だけでなく、糸を染めたり、紡いだりすることもできます

・マフラー・コースター・ランチョンマット・テーブルセンターなどから始めて

・ショール・ひざ掛け・服地・のれん・間仕切り・マット・タピストリー などetc...



●曜日...火曜日 ※月4回
(祭日はお休み 夏休みと冬休みの時期は変則的)

●時間 10:30~16:30 ※時間は応相談

●定員 4名

●設備 高機4台 紡毛機 カード機 糸染め

●入会金 10,000円

●受講料 10,000円 / 月 ※材料費(糸代等)は別途

織り、染色、手紡ぎの基本から、4枚綜絊を使つての組織織りも可能です。織機、紡毛機等の使用料は無料です

見学をご希望の方は事前にご連絡をお願いします

八王子生活館 Tel:042-624-8417

192-0072 八王子市南町5-13 ロイヤルマンション1F



ようこそ 南町へ

伊奈繁男

2004 年の NPO 法人 CES 設立を機会に皆さんとご縁をいただいている伊奈繁男です。

実際のお付き合いはもう少し前からで 2000 年頃、八王子商工会議所に籍を置く「八王子商店研究会」という組織で「バリアフリー接客ブック」を全国の会議所に向けて発行することになり、生活館に土居さんを訪ねたことが始まりです。

私はここ南町に生まれ育ち、今年で 51 年、いつの間にか半世紀を過ぎました。

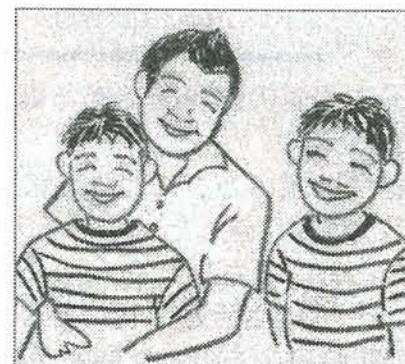
仕事はインターネットで冠婚葬祭のギフト品を販売しています。

自宅の隣部屋が仕事場ですので人生の大半をここ南町で過ごしていることになります。

自宅で仕事という一見ラクそうですが、ネット通販市場の変化は年々スピードが増し、もはや人が持つ生理的なリズムを越えたテンポになっています。殊に物販ではカテゴリーが細分化されつつ、その各々で一社だけが生き残る世界です。

そんな競争市場で日々忙殺されながらも感じることは、商売の本質は何ら変わらず、顧客と店との心の通い合いが最も大切であることです。お客様の役に立つことこそが原理原則であることに変わりありません。ネット通販でも心あたまる出会いと感動、感謝の余韻があるように常日頃心がけています。

本来、私が CES でお役に立てることは、そのネットを活用し皆さんの商品やその良さを発信することと認識しつつ、いっこうに具体的な行動を起こせず現在に至ります。



しかしながら、今思えば不思議なご縁だと感じます。

当初、門外漢で物知らずな私では何の役にも立てず関わりも薄く、ただ申し訳ない気持ちでおりましたが、やがて次男が自閉症であることがわかり、皆さんにご相談を重ね、お世話になるうちに接する機会も増え、自然と親しくなれました。

そして今回の南町への移転、これはまさに偶然の必然であると思います。

自宅と仕事場が隣ですので、平日でも子どもと接する機会があります。そんな時めんどろを見ているつもりが、いつの間にか笑顔を決やさない息子たちに心のゆとりを持つことの大切さを教えられている自分に気づくことがあります。

CES の行事に参加するときも同じように気づきとエネルギーを与えられる自分があるのです。

人生は思うようにならないからこそ素晴らしく、そこに起こることは全て必然の上に成り立っている、と私は信じています。

ようこそ南町へ、そしてこれからも末永くお付き合い願います。

電車とバスの博物館(11/14)

メンバー主体で進める外出企画を何度かおこなってきたからでしょうか？「どこかに行きたいな」と思い立ったときに「誰かをさそってみよう」という動きがあります。今回の発案は H さんから。乗り物好きのメンバーとヘルパー計 6 名でフットワーク軽く出かけました。電車やバスの運転シミュレーションをヘルパーさんと一緒に楽しんだそうです。意外にも古い電車やバスの資料室がとても好評だったようで長い時間をそこで過ごしたというお話も聞かせてもらいました。K さんのアイデアで、以前おこなっていた土曜クラブの「カメラを持って出かけよう」というなつかしい企画も連動していました。博物館に夢中になり過ぎて写真は少なめでしたが、楽しい写真が届きました。下はその時の集合写真です。今度は大宮の「鉄道博物館に行きたい」と早くも次回の外出先の候補があがっています。



ケア 6 名とスタッフ 2 名で、今年度最初の開催でした。約 2 時間たっぷり意見交換をすることができました。全体的に和やかに進むミーティングではありますが、ケアのみなさんはそれぞれの思いを持ってケアに入ってくれています。メンバー対応の話になるとちょっとした緊張感の中、真剣に意見が交わされます。その様子を見ながら、ケアの方達のような姿勢があつてこそそのステップの活動ということを実感できました。今回は間近に迫っていた生活館引越に伴う変更点も確認しました。終了後はお好み焼きを食べながら交流会もできました。これからもよろしくお願いします。次回は 1 月 7 日に開催予定です。ケアの皆さんお待ちしています。

ステップ・ケアミーティング(10/22)

“今後の企画として”

「旅行」という案が出ています。以前メンバーとのミーティングで「小グループでの旅行をしてみませんか？」と提案してみました。その時は、突然の提案に目が・・・のメンバーが多かったです。でも何人かは「いいかな・・・」と思ったようです。旅行に行くには旅費の積み立てやヘルパー分の費用負担のことなど考えなくてはいけないことがたくさんありそうです。でも実現したらいいなと思います。まずは近場から。一緒に旅行に行きませんか？

(スタッフ Y)

あれもこれも 10月1日～12月31日

毎日毎日が飛ぶように過ぎて行き、気が付くと年末。この原稿を書いているのも、12月24日のクリスマス聖夜です。前回の通信から二ヶ月、バス旅行があり、運動会がありとイベントが目白押しですが、最も大きなイベントと言えば「生活館」の引越しだったと思います。

2010年も、皆さんには大変お世話になりました。2011年もどうぞ、よろしくお願いいたします。

9/30・10/1 バス旅行

「生活館」と「ゆいまーる」の合同企画。年に一度のお楽しみのバス旅行。今年は三浦半島に行ってきました。一日目は朝から生憎の雨でしたが、メンバーさんの顔は明るく、次々とバスに乗り込み出発進行！バスの中ではマイクが廻りカラオケで大盛り上がりです。目的地の三浦半島に向かう途中には「子供宇宙科学館」に立ち寄り、宇宙飛行士の気分を感じた後は、横浜と言えばコレ、「崎陽軒」のシューマイ弁当でお昼。三浦半島の宿に着いてからは大浴場で裸の付き合い、それからはお待ちかねの「マグロ尽くし膳」で夜の宴会です。この「マグロ尽くし膳」、マグロの心臓やマグロの皮膚など普段では食べることの出来ない珍味尽くし。メンバーさんも果敢にチャレンジして「美味しい！」とのこと。三浦半島に行ったかがありましたね。二日目は八景島シーパラダイスでイルカショーやドームになっている水族館を見学しました。五感で海を堪能できた2日間でした。

10/17 ふれあい運動会

最近、メンバーはもちろんスタッフも運動不足みたいです。

それを解消できるかどうかはわかりませんが、青い空の下、身体を動かすのは気持ちのいいものです。今回の「ふれあい運動会」もぴかぴかの秋晴れ。メンバーさんの笑顔と笑い声がはじけました。少し日に焼けましたね。

10/30・10/31 「生活館」お引越し

26年間お世話になった八幡町から、駅近くの南町へ。引越し業者さんには頼まないで、スタッフとボランティアさんで丸二日間かけて行われた「生活館」のお引越し。幸いそんなにひどくはありませんでしたが、予報通りの台風なお天気の中、20台の織機が崩され運ばれ組み立てられました。八幡町の「生活館」は26年の歴史を物語る物の多さ・外同様、「生活館」の屋内も台風が通りすぎたかのような荒れ模様で、一時は「本当に片付くのであろうか？」と心配されましたが、どうにかこうにか南町の「新生活館」に運び終えることができました。移転にあたって、八幡町のご近所の皆さんに挨拶に行ったところ「寂しくなるね・・・」と口々におっしゃってください、ここでも26年間の培ってきた歴史を感じ、あらためて感謝の気持ちでいっぱいになりました。本当にありがとうございました。そして、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

南町に移転してからは、歩道に面していて織機が見えるためか、通りすがりのご近所さんが覗いて見学して行ってくれたりします。南町の皆さん、どうぞよろしくお願いいたします。

12/24 仕事納め・クリスマス会

毎年恒例の「シダックス八日町店」で行われるクリスマス会。一年間の打ち上げでもあります。

ランチを食べながら、メンバーの皆さんは順番に舞台に立ち十八番のカラオケ曲を披露してくれました。手拍子をしたと一緒に口ずさんだりしながら楽しみます。「ロシアン・たこ焼き」のゲームやプレゼント交換でも盛り上がりしました。今年はサンタクロースが二人登場。本物サンタから預かったというお菓子のプレゼントもあったんですよ(笑)。

最後はメンバーさんからスタッフへ歌のリクエスト。ちょっと照れながら歌うスタッフ達もクリスマスを楽しみました。2011年もよい年でありますように！乾杯！

＜今後の予定＞

1月の予定				2月の予定			
1	土			1	火	自由	
2	日			2	水	自由	
3	月		年末年始休業	3	木	自由	運営会
4	火	自由		4	金	自由	午後 選択カルチャー
5	水	自由		5	土		ゆいまーる営業
6	木	自由		6	日		
7	金	自由	* 給料日 午後 全体ミーティング	7	月	自由	
8	土			8	火	自由	
9	日			9	水	自由	午後 風姫(天神会館)
10	月		悠玄グループ展 成人の日	10	木	自由	* 給料日
11	火	自由		11	金		建国記念日
12	水	自由	午後 風姫(天神会館)	12	土	自由	ゆいまーる営業
13	木	自由		13	日		
14	金	自由		14	月	自由	
15	土	自由	ゆいまーる営業	15	火	自由	
16	日		ふれ愛コンサート	16	水	自由	
17	月	自由		17	木	自由	
18	火	自由		18	金	外食	午後 自由レク
19	水	自由		19	土	自由	ゆいまーる営業
20	木	自由		20	日		
21	金	自由	午後 選択カルチャー	21	月	自由	
22	土	自由	もちつき&新年会	22	火	自由	
23	日			23	水	自由	
24	月		振替休日	24	木	自由	
25	火	自由		25	金	自由	手作り作品展(イトーヨーカドー八王子店)
26	水	自由		26	土	自由	ゆいまーる営業
27	木	自由		27	日		
28	金	外食	午後 自由レク	28	月	自由	
29	土	自由	ゆいまーる営業				
30	日						
31	月	自由					

ゆいまーる生活館注文書 2011. 1月

* できるだけ1週間前にお申し込みください。配達についてはご相談ください

品名	サイズ	価格	数量	金額	備考
バター	小	¥60			粉と水と塩のみのシンプルなフランスパンタイプ のパンです。ゆいまーるの基本のパンです
	大	¥160			
食パン	1/2	¥190			バター生地を型にいれ山型食パンにしました。
	ホール	¥380			
ブリオッシュ	小	¥110			よつ葉バターと黒糖の入ったほんのり甘い柔らかめパンです。
	大	¥300			
	山型	¥600			
レーズン	小	¥80			サルタナレーズン使用 甘みのあるパンです。 焼きたてにバターが合います
	大	¥210			
カシス	小	¥110			カシスとくるみ入り 甘酸っぱいパンです。
	大	¥290			
くるみ	小	¥110			くるみがたっぷり。 クリームチーズが合います。
	大	¥290			
ライフルーツ	ロング	¥110			一番人気。レーズン・くるみ・自家製甘夏 ピール入り。
	大	¥290			
ライいちじく	ロング	¥130			女性の味方ドライいちじく・カシューナッツ入 り。
	大	¥260			
チーズパン	小	¥110			CHEDDARチーズを折り込んで焼きました 表面にちよ とのぞいてるチーズがかりっとして美味♪
	大	¥290			
ごまチーズ	小	¥110			チーズとごまの香ばしい香り！
	大	¥290			
黒米パン	1/2	¥290			合鴨農法栽培の黒米を炊いて生地に混ぜ込みまし た もちもちした食感です できるだけ予約を！
	ホール	¥580			
ごま	小	¥80			国産黒ごま使用 軽トーストするとごまの香 りが広がります
	大	¥210			
ライプレーン	小	¥80			ライ麦のはいったプレーンなパンです
	大	¥190			
りんごデニッシュ		¥170			自家製ジャムをのせたデニッシュです
白あんデニッシュ		¥170			北海道産銀手亡豆の自家製餡を使用
チーズデニッシュ		¥170			チーズが中にはいったデニッシュです
ブルーベリーデニッシュ		¥170			自家製ジャムのデニッシュです
マーマレードデニッシュ		¥170			自家製ジャムのデニッシュです
ショコラデニッシュ		¥170			フェアトレードオーガニックチョコを包みました
チーズおやき		¥140			ブリオッシュ生地の中にチーズ 平たく焼いたパン
おやきあんぱん 黒あん		¥180			ブリオッシュ生地の中に小豆餡 平たく焼いたパン
おやきあんぱん 白あん		¥180			ブリオッシュ生地の中に銀手亡あん 平たく焼いたパン
クロワッサン		¥120			食べ応えのある、人気商品です！！
金額小計					

24時間ファックス受付中 042-626-2307

* 宅急便での配送も承ります。関東近県は一律530円。クール便ご利用の際は別途料金がかかります
1万円以上お買い上げの場合は、送料無料 豆腐・乳製品は原則として配送はしていません

品名	サイズ	価格	数量	金額	備考
にんじんクッキー	100g	¥370			低・無農薬栽培のものを使用しています。沖縄 産黒糖をはじめ厳選素材を使用していますので 美味しさが違います。基本的には毎週月曜日 に焼いています。ご贈答用詰め合わせもご予 算に応じて承っております。
紅茶クッキー	100g	¥370			
チョコチップクッキー	100g	¥400			
アーモンドクッキー	100g	¥400			
桑の葉クッキー	100g	¥400			
ソリッドクッキー	10本	¥310			ノンエッグノンシュガー塩味のスティッククッキー
パウンドケーキ	大	¥1,680			ラム酒漬のレーズンクルミが入っています 食べ応 えのある自慢のケーキ 毎週月曜日焼成 賞味期 限10日間 冷凍保存可能 ココア・紅茶もあります
〃	小	¥1,260			
〃カット(1/8)	約60g	¥210			群馬県東毛酪農より無農薬の草を食べて育った牛さ んの乳製品です。定期購入すると割引があります。 毎週・1週おきなどでも結構ですので1ヶ月単位でお 申込みください
ノンホモ低温殺菌	720mlビン	¥346			
	180mlビン	¥130			
低温殺菌コヒー牛乳	180mlビン	¥130			
生乳ヨーグルト	500ml	¥245			無農薬の珈琲豆です。お好みにお挽きします
マイルドブレンド	100g	¥420			
ストロングブレンド	100g	¥420			煮出すチャイ等に。渋みやクセのない丸粒の紅茶です ふた付きバスケット入りでギフトにも最適100入・1500円も。
ケニア紅茶	250g	¥1,050			
セイロン紅茶ティバッグ	25pc	¥500			鮮やかな赤、ビタミンC豊富なハーブティです
ハイビスカスティバッグ	35pc	700			いやしのお茶、香り高いカモミールティ
カモミールティバッグ	35pc	¥700			消化促進・鎮痛効果が高いハーブティ
ミントティティバッグ	35pc	¥700			
カレーの壺 やさい	マイルド	¥609			おうちで本格カレーが20分で！ビン入りペーストです 辛さは3種類 カレー以外にも利用できます。レシピ つき
カレーの壺 シーフード	やや辛い	¥609			
カレーの壺 チキン	辛い	¥609			
木苺といちごのジャム	210g	¥1,050			カロリーがお砂糖の30%という野菜から採った果糖・ 国産蜂蜜を原料に作られました。
アカシヤはちみつ	140g	¥1,050			国産蜂蜜 上品な風味です パンやお飲み物に
金額小計					

大サイズの倍のジャンボパンもございます パーティや集まりなどに！要予約
★ゆいまーるのパンの消費期限は5日間・ブリオッシュ・黒米は3日間・デニッシュ系・あんぱん・
チーズパンは2日間です。すぐに食べ切れない時は冷凍保存をおすすめします

なお、保存料等無添加の為、夏季の間は消費期限内であっても高温多湿を避けお早めにお召し上がり下さい

お名前	〒住所・電話番号
TEL	FAX