

## ありがとうございました♪

ゆいまーる

11周年フェア大盛況～！

2010年6月17日(木)～19日(土)

フェアでは新作パンやおかしが登場しました！写真はトルティアドッグと旬の野菜、スープのランチプレートです。



お知らせ

7月29日(木)～8月12日(木)

ゆいまーる サマーフェア

今年もやります！

夏ばて防止にカレー!!

生活館

『夏ばた展』大盛況～！



2010年7月6日(火)～11日(日)

生活館のブランド“ばた”がギャラリー悠玄(銀座)で展示・販売を行いました。多くの方に足を運んで頂きありがとうございました！



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プ

グループホームきりん館

グループホームきらい館

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。

## 9/10(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、体操に分かれて活動しています。一緒に楽しんでくださる方を募集しています。

## 8/27・9/24(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参加して下さる方を募集しています。

\* 寄付・寄贈\* どうもありがとうございました(賛助会員含む)~敬称略

井上祥代 中納慶子 佐藤今朝一 和田ときわ 橘恵子 田代典子  
東京海上日動コーポレーション株式会社 (株)ウィッシュ西東京支店  
(株)サン・インテリア (有)高橋設備工業所 (株)クウセツ 山田真

## CESの新しいスタッフを紹介！

◎いとうみずほ ◎はしもとちすこ

はじめまして。伊藤瑞穂です。  
今年4月 月にステップに、  
非常勤で働きはじめました。  
今は週3回ほど出勤し、  
生活館と同じ場所で、わい  
わいと笑ってお仕事させて頂  
いています。  
メンバーの皆さんとの交流が、  
色々なことを教えてもらえ  
る私にとっては、感謝の場です。  
これからますますの協力  
をお願いします。宜しくお願  
いします。



ゆいまーる生活館 工房の  
橋本と申します。  
勉強は出来ませんが、い  
いばいざ、まだまだな状態  
ですが、楽しく作らせてもら  
っています。  
どうぞ宜しくお願  
いします。  
😊 橋本千都子

## <今後の予定>

8月の予定			9月の予定		
1	日		1	水	自由 午後 風姫(天神会館)
2	月	自由	2	木	自由
3	火	自由	3	金	自由 午後 全体ミーティング(天神会館)
4	水	自由	4	土	ゆいまーる営業
5	木	自由	5	日	
6	金	自由	6	月	自由
7	土	ゆいまーる営業	7	火	自由
8	日		8	水	自由
9	月	自由	9	木	自由
10	火	自由 * 給料日	10	金	自由 * 給料日 午後 選択カルチャー
11	水	自由 午後 風姫(天神会館)	11	土	自由 * パーベキュー ゆいまーる営業
12	木	自由	12	日	
13	金	夏季休業	13	月	自由
14	土		14	火	自由
15	日		15	水	自由
16	月		16	木	自由
17	火		17	金	自由 かたからこうこう文化祭
18	水		18	土	ゆいまーる営業
19	木		19	日	
20	金		20	月	敬老の日
21	土		21	火	自由
22	日		22	水	自由
23	月	自由	23	木	秋分の日
24	火	自由	24	金	自由 午後 自由レク
25	水	自由	25	土	自由 ゆいまーる営業
26	木	自由	26	日	
27	金	自由 午後 自由レク	27	月	自由
28	土	自由 ゆいまーる営業	28	火	自由
29	日		29	水	自由
30	月	自由	30	木	自由 バス旅行(三浦方面)
31	火	自由	1	金	自由 バス旅行(三浦方面)



# ナンバーワンの人生

## 木村悦子

1985年CESの前身というべき、生活文化学校が出来た時からご縁をいただいている木村です。当初は、美術を担当して居り、皆さんの純粋で力強い作品に元気をもらう日々を過ごしました。尚子さんの並ばずれた色彩感覚と集中力から生み出される色の世界!! 貴美子さんがマサハト展出品作品を通じてパリまで遠征した時のこと等々懐かし思い出されます。

見ず知らずの八王子に嫁して40余年、文化学校で社会生活も巧みにこなす天山の出会いにより自分が成長してきたことと実感しています。皆さんがやえしくした下町なことが現在の生きる力と結びました。その級、しぼりの間、皆さんと流る時向がとれ下くなりましたが、CESの誕生を少しでもお役に立てればと理事と引き受けました。自分が笑顔で接すれば相手も笑顔になることも覚え子した。偶然の出会い、与えられた縁と大切に!

ナンバーワンでなくナンバーワンの人生と! 感謝という言葉と忘れず、天山の見えない宝物を下さることに感謝しているこの頃です。



ふれあいコンサートで  
盲導犬のウェンディ君と。



きりん館と  
きらり館から  
こんにちは

## きりん館

### ☆ 避難訓練

6月23日に避難訓練をしました。「火事だー!!」の一声から避難開始! 落ち着いて、避難バックを持って外へ! 数分後に消防隊長の土居さん登場☆



きりん館と  
きらり館から  
こんにちは

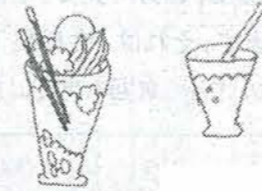
の3つを守りながら

みんなでゆいまーるの隣の公園へ移動しました。終了後はみんなで写真撮影をしました。



### ☆ くだもの季節ですね

おいしいくだものがたくさん売ってありますね。きりん館でもオレンジやバナナなど、たくさんのフルーツが勢ぞろい! オレンジジュースやバナナパフェなど作って、おいしくいただきました。



## きらり館

### ☆ ある夜のこと

ある日の夜、リビングでテレビを観ていた香菜子さんと貴美子さんは“美の追求”ということでバックを始めました。お互いに白い顔で「おぼけちゃんみたいだねー。」と盛り上がると、入浴中の裕司さんをびっくりさせようと、そのまま待つことになりました。「あー、すっきりした。」と言いながら出てきた裕司さんは、お二人に気づきちょっと黙ってから大笑いでした。



### ☆ 七夕の絵

メンバー4人そろって、夏・七夕の絵を描きました。“プール”“笹の葉と短冊”“夏の思い出”などなど、それぞれの色使いでとてもすてきでした。リビングの壁に貼ってみんなで見合うと「暑中見舞いですか?」「〇〇さんのいいですね。」など感想もそれぞれでした。

女性らしくピンクの浴桶の浴衣を着た貴美子さん





夏ばた



「夏ばた」展 \* 無事終了しました！ みなさまご来場ありがとうございました！

7月6日(火)~11(日) 銀座ギャラリー悠玄



毎回好評。手織の実演中です。  
みんなの真剣さといねいな手つきに感動を覚える方も多かったようです。



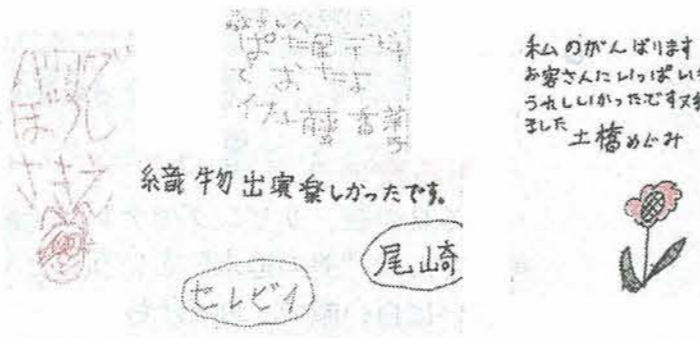
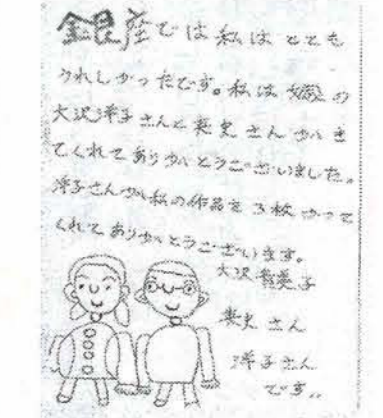
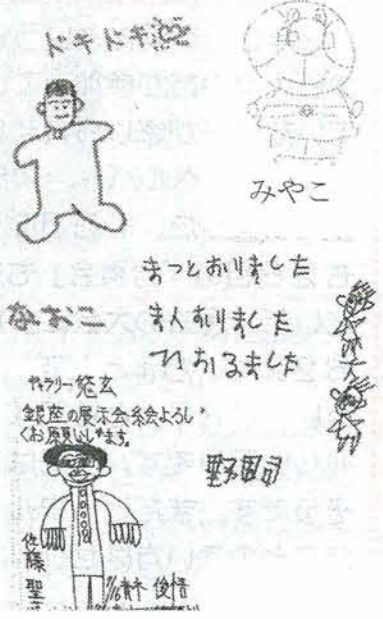
「ばた」のお披露目も八王子YASUTAKE、下北沢・無寸草、今回の銀座・悠玄と回を重ね、今回は「夏ばた展」と銘打って、梅雨明け直前の暑い暑い中での開催となりました。

銀座での開催が決まった時から、「花の銀座」ということで、メンバーもスタッフも、いつになくソワソワ・ドキドキ！でしたが、前回の無寸草から、準備期間は正味4ヶ月。スタッフの中では、せっかくの銀座なのに、作品は間に合うのだろうか…？直前まで正直、不安でいっぱいでした。そんな気持ちであたふたするスタッフとは対照的に、メンバーのみなさんは至ってマイペース。着実に、しかも銀座をしっかりと意識した夏物の作品をどんどん仕上げていき、最終的には、圧倒する数の作品で会場をうめつくすことができました。改めてメンバーの安定した底力、作品のパワーには感服です。

毎回、どの会場での作品展でも感じるのですが、ギャラリーのオーナーの方にとっても恵まれています。今回も、みんなの作品を気に入ってくださり、自ら身につけてみなさんにご紹介くださる、というあたたかい応援の気持ちに支えられた気がします。そしてもちろん、いつも見守ってくださっている方々の応援もプラスされ、銀座での作品展をいい形で終えることができました。みなさん、ほんとうにありがとうございました。

そして、これも毎回感じるのですが、「みんなの作品を、飾ってスポットをあて、たくさんの方に見てもらう」このことは、メンバーみんなにとって、やっぱり大切なことなんだなとつくづく思います。

会場で、自分で見て、ご家族やお客様に見てもらえた、その手ごたえは、言葉ではなくメンバーひとりひとりの中に自信となって刻まれている気がします。それは、会期終了後のそれぞれの仕事振りに、次の作品への取り組みに、わかり易いくらいに現れています。日々進化しているみんなの作品、次回も見ただけの私たちも楽しみに、そして、みなさまにも楽しみにお待ちしております。 (M.H.)



みんなで見学。八王子から銀座まで、まる一日がかりのツアーです。花の銀座のランチにも大満足！  
ギャラリーでは、自分の織ったマフラーや帽子やバッグ、洋服などに仕立てられた作品の晴舞台。それぞれに感じるものがあつたようです。

\*\*\*工房の窓から\*\*\*

大胆でアーティスティックな織りは「みゆき織り」というネーミングが付けられるほど独特で、他の誰にもまねのできないものです。今回のギャラリーでも大人気の「みゆき織り」でした。

カエルくん大好きな美由紀さん、ぬいぐるみのモモちゃんやパクンがいつも傍らで応援しています。




の製品\*\*その11  
『バッグ』

「ばた」の手織り布をアレンジしたバッグは、いつも人気です。今回の「夏ばた」展では、オーガニックコットンと抱き合わせたバッグが登場しました。肌触りのよさと独特な布のハーモニーがたのしいバッグです。(¥5200)





# ビールファースト大会in京都 6/5~6

2年振りの開催ということもあり、全国各地から大勢の方が参加されていて、大会を待ちわびていた感じが感じられました。ステップからはメンバー、ヘルパー、スタッフ計4名が研修で参加しました。1日目の「全体会」、「交流会」も2日目の「分科会」も充実した時間を過ごせました。過去の大会に参加経験のあるメンバーお2人は、ちょっと難しい内容には「今のはどういう意味？」と質問する余裕もみせていて頼もしい限りです。次回は来年福岡で開催されるそうです。まだビールファースト大会に行ったことのない方はぜひ一緒に行きましょう。



「元気がでる話」に参加



京都タワーです



全国各地から900名以上が集まりました



1日目の夜には交流会がありました

ビールファースト  
が大好きです  
ビールファースト  
はまたいいですね  
また来年も  
参加したいです  
ありがとうございました  
かみはししゆすね  
たか

メンバーSさん、Nさんから感想です。

ヘルパーとして参加したHさんより感想をいただきました。全部は載せられないので一部掲載します。Hさんのおかげもありとっても楽しい研修になりました。「ありがとうございました」。



観光先をリサーチ中



大会終了後は観光もしました



普段はゆっくり話すことのないSさん、Nさんとの1泊2日の研修は少し緊張しましたが、お二人ともヘルパーのことをよく気にかけてくれて楽しい時間を過ごすことができました。(中略)・物静かな方?と想像していたお二人が分科会で積極的に、そして堂々とお自身のことを発言する姿をみて驚きました。将来のことも考えていて、自分も刺激をうけました。(中略)そしてビールファースト大会での話は自分には難しい内容もあり、すぐには理解できないこともありましたが大会に参加しているみなさんを見ていて、前向きにがんばろうという気持ちにさせられました。なにより、Sさん、Nさんと2日間旅行?研修?ができてよかったです。ありがとうございました。

# 「ビール工場見学に行きましょう」5/22



みんな真剣です



試飲タイム



缶ビールができるまでの工程を見学しました。みんなで真剣にガイドさんの説明を聞き、お楽しみの試飲タイムでのビールは見学後ということもあり特別おいしかったです。ヘルパーさんからも「小学生以来の工場見学で楽しかった」と好評でした。・そしてこの日はビール工場からすぐ近くにある府中競馬場にも行きました。企画提案者のSさんとYはなんとなく話し合っただけでしたが、こんな時フットワークよく動けるのが小人数のよいところです。「競馬場ははじめて」という方が多くドキドキしましたが、イメージしていたのと違ってすごくきれいで、家族連れが多いのに驚きました。目の前を走る競走馬も格好よくて感動しました。馬券を買っていないのに、みんなで夢中になってしまいました。(馬券を購入するのは次回の楽しみにとっておきましょう)。

メンバー企画も今回で3回目。呼びかけの仕方も少し慣れてきたかな?今回は男性ばかりで調布へ出かけました。テレビドラマ「ゲゲゲの女房」で話題の観光地だけあってにぎわっていました。神代植物公園でちょっと花を見て、芝生の広場でフリスビーをして、深大寺へ。昼食はもちろんおそばです。予定していたお店とは違うところに入りましたがおいしかったです。大満足。途中、延命神社に寄り、長生きできるようにお参りをして、鬼太郎茶屋へ。タイミングよく鬼太郎が登場!!みんな喜んでいました。一緒に写真も撮りました。

今後ですが・・・「OOへ行こう」企画が続いているので、「OOをしよう!」企画もあがってほしいなと思います。みなさんどうぞよろしく。



昼食はおそば



鬼太郎と記念撮影

鬼太郎茶屋で記念撮影  
おそばは美味しかったです  
延命神社に参りました  
芝生の広場でフリスビー  
深大寺へ参りました

# 「神代植物公園」に行きましょう 7/11



## ゆいまーる 11周年フェアから



写真は「ダブルショコラ」を作っているところ。ココアのデニッシュ生地とオーガニックチョコとピールを包みます。

蒸し暑い日々が続いていますね。でも、この原稿があがるころには、もう夏真っ盛りでしょうね。パン屋としては夏は売上げが減少するので、ちょびり辛い季節ですかね。それと生憎フェア中の6月17日～19日は梅雨真っ盛りで雨ばかり、お客様の足も思ったように伸びずちよつとガツカリ。でも、今年もまた一年積み重ねられたことは、うれしい限りです。これからはどんなゆいまーるになっていくのでしょうか。楽しみですね。

フェア中は何か新しいものをといつも考えています。なかなか定番になるまでにはいたっておりませんが、今回のWショコラオレソージュは良い感触です。他の職員からのアドバイスでオレソージュピールを入れたらめっちゃくちゃおいしくなりました。サマーフェアも好評ならば、曜日限定販売いたします。

最後に「11周年フェアから」というタイトルは「11周年を終えて」だとしんみりするのですが、このようなタイトルにしてみました！ これからですよ！

## バス旅行にGO!

☆2010年バス旅行予定☆

9月30日(木)～10月1日(金)

三浦半島 と

八景島シーパラダイス(水族館)

●今回のバス旅行の当番はゆいまーる。勝手がわからず右往左往しています。先日は担当メンバーと旅行会社の担当の方とお話しする機会がもてました！ 交渉している感じがとっても出ていました。旅行会社の担当の方も親身になっていろいろとメンバーにプランを作ってくださいました。やりたい事もいっぱいですが、予算内に旅行の行程をおさめる事の難しさをちょびり感じた日でした。

## ～夏に活躍する商品のご紹介～

汗ばむ季節となり、汗のにおいやかゆみも気になってくると思います。紫外線も気になりますね。少しでもすこしやすく、夏を乗り切るためのアイテムをいくつかご紹介いたします

＜ハーブデオ 100cc 1680円＞

スプレーすると少しの間ハーブの香りがしますが、限りなく無臭に近く、他の香りの邪魔をしません。足や脇の下など気になる部分にこまめにスプレーしてください

＜ハーブガード 130cc 1470円＞

虫除けの効果があるといわれているハーブのシトロネラとリーチライムのスプレーです。さわやかな柑橘系の香りが虫をよせつけません。赤ちゃんや肌の敏感な方にも安心です。癒されたいときにもいいですよ！

＜菊花線香 30巻入 892円＞

農薬・合成着色料・染色剤を使用せず、除虫菊(シロバナムシヨケギク)と呼ばれるキク科の植物でつくった虫よけ芳香剤です。その名の通り、蚊や虫を捕るのではなく、できるだけ虫をよせつけないお線香です。夏以外の季節も、消臭剤やナチュラルな芳香剤としてもどうぞ。小さな子供や、ペットのいる庭でもお使い頂けます。山や海のキャンプなどでも、お役立て下さい

## ◆\*\*忌避剤「ディート」って?? 虫除け剤って便利だけど..?!◆\*\*

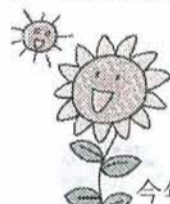
虫よけ剤は、スプレー式からジェル、クリーム、泡フォーム、ティッシュなどタイプも様々ですが、有効成分は化学物質の「ディート」です。アメリカで1950年代に軍用に開発された昆虫忌避剤です。(兵士がマラリアなどにかからないように)例えば蚊は、人の皮膚や息から出ている炭酸ガスに反応してよってきますが、虫よけ剤のディートで蚊の触覚を麻痺させて、炭酸ガスを感じできないようにします。

このディート、重度の神経障害や皮膚炎が起こることがわかりました。5年前に厚生労働省から、6ヶ月未満の乳児には使用してはいけない、2歳未満は1日に1回、目にいれてはいけない...など、措置がとられました。人体に有害なものを子どもの皮膚に直接塗る気にはなれません。それに顔と手を避けて塗ったとしても、虫よけを塗った足を触った手を舐めたり、目をこすったら...いやだなあ。大人だって嫌ですよ！

そんなわけで、ゆいまーるではできるだけ安心なものを販売しています。少しでも、できることから、安全なものを生活に取り入れてみる...これもプチ環境保護ですよ。と思う店長なのでした。

## いんぷおめーしょん@ゆいまーる

2010・7～8 合併号



梅雨も明けて夏本番! ここ数年、「家の中でも熱中症にご注意を!」などと言われていますが、ゆいまーるでもこまめにメンバーもスタッフも水分補給をしています。

今年は店頭のプチ家庭菜園のトマトがたくさん実っています。ハーブも摘んでランチに使用しています。モチロン無農薬ですよ～ お花やグリーンも充実してきていますよ♪スタッフ Kさんがこまめに手入れをしてくれて、みんなもせっせと水やりをしています。緑がいっぱいと涼しげでいいですね～。

## 夏季休業のお知らせ

8月13日(金)～23日(月)

## サマーフェアのごあんない

7月29日(木)～8月12日(木)

★期間限定販売パン 7/29(木)～8/6(金)

カレーデニッシュ なすみそおやきパン 桃デニッシュ  
コーンパン 夏やさいのピザ...などなど お楽しみに♪

★ゆいまーるオススメバック

暑い夏を乗り切るあんな商品こんな商品を詰め合わせて  
お買い得なオススメバックにしました

★フェアトート雑貨10%オフ!(一部除く)

夏休み前の  
7/1アランスもあるかも  
お楽しみに♪

～Petit library yuimaru～

本の貸出し始めました  
どうぞご利用ください  
ゆいまーるの本棚に並んでいる本、  
2週間を目安にお貸出ししています  
もちろん無料です♪

## ちょこっとCM

ゆいまーるのブログ更新中!  
どうぞご覧ください  
コメントも大歓迎♪  
ゆいまーるHPからブログは  
飛べます

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 電話 042-626-2296  
◆営業時間 11:00～17:00 Fax 042-626-2307





# あれもこれも 6月1日~7月31日

暑中お見舞い申し上げます。

冷夏になるのでは・・・と噂をされていた今夏ですが、7月に入り猛暑が続く毎日です。

このとんでもない猛暑にはクーラーをつけざるを得ず、そのおかげで体調を崩す方も多く、体温調節、体調管理の難しい夏ですが、生活館ではメンバー同士で「お茶飲んでね」「ちょっと休憩」などと声を掛け合い、他人を気遣う爽やかな姿が夏の清涼剤(?)となっております。

## 全体ミーティング 7/21

通常クリエイトホールで行われる全体ミーティングですが、今回クリエイトホールの会議室が予約できず、「風姫さんのダンスの日」でおなじみの天神会館が会場となりました。ゆいまーる近くの天神会館の二階は広い量張りです。日常に近い会場とあって、移動してきたメンバー達も、いつもよりリラックスしているようでした。

量にゴロゴロとしながら進む議題は「秋のバス旅行」のこと、京都で行われた「ピープル・ファースト」へ行ったメンバーからの研修報告など。メリハリは無いのかもしれませんが、全員の顔が見える井戸端会議のようなこんな雰囲気も、たまには好いもんだな、と思いました。

## 選択カルチャー 6/25・7/23

タイコ・ダンス・体操・美術の4クラスから選び、一年を通して楽しむ選択カルチャー。全てのクラスではないのですが、ホームページなどを観てボランティアに来てくださる方もいらっしゃいます。趣味を通しての出会いと、新しい風を感じることはとても嬉しいことです。お気軽に見学に来てください。お待ちしております。

## 福田さん&川鍋さんの結婚を祝う会 6/4

レストラン『野鴨の家』にて、メンバー、スタッフ、理事さんにも来ていただき、ティーパーティーを行いました。和の会の方から花束、メンバー・スタッフから花束と歌「きみといつまでも」をプレゼントしてあたたかい会となりました。福田直子さんは6月にゆいまーるを退職され、これからは内助の功を発揮してくださいます。末永くお幸せに!





# ゆいまーる生活館注文書 2010.7~8月

24時間ファックス受付中 042-626-2307

\*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

\*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、送料無料で 豆腐・乳製品は原則として配送はしておりません

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			女性の味方ライいちじく・カシューナッツ入り。
	大	¥260			
チーズパン	小	¥110			チェダーチーズを折り込んで焼きました 表面にちよっ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 軽くとろす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
マーメイドデニッシュ		¥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					

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			
ノンホモ低温殺菌	720mlビン	¥346			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
	180mlビン	¥130			
低温殺菌ヨーヨー牛乳	180mlビン	¥130			
生乳ヨーグルト	500ml	¥245			
マイルドブレンド	100g	¥420			無農薬の珈琲豆です。お好みにお挽きします
ストロングブレンド	100g	¥420			
ケニア紅茶	250g	¥1,050			煮出すチャイ等に。洗みやクセのない丸い粒の紅茶です
セイロン紅茶ティバッグ	25pc	¥500			ふた付きバスケット入りでギフトにも最適
ハイビスカスティバッグ	35pc	700			鮮やかな赤、ビタミンC豊富なハーブティです
カモミールティバッグ	35pc	¥700			いやしのお茶、香り高いカモミールティ
ミントティバッグ	35pc	¥700			消化促進・鎮痛効果が高いハーブティ
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			
カシスオレンジジャム	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。
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・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上がり下さい

お名前	〒住所・電話番号	
	TEL	FAX



選択カルチャーの講師&きり館のスタッフ ながいみちさんの活動よりお知らせ

## 第3回 ぷれみゅ音楽まつり♪『あいのてさんとあそぼう』

♪2006年にNHK教育音楽番組『あいのて』にレギュラー出演していたおとの達人『あいのてさん』の3人が八王子にやってきます！こどもから大人の方まで、障害の有無にかかわらずどなたでも思いっきり楽しめるコンサートです。

◇ご連絡先・参加者の人数・チケットの枚数を明記の上、お申し込みください。

メール pulemyu8020@ezweb.ne.jp または FAX 042-657-6834

日時：2010年8月29日(日) 開場 午後2時30分 / 開演 午後3時

会場：八王子市クリエイトホール 5Fホール

料金：大人ひとり・親子で2,000円 ※中学生から大人料金

主催：特定非営利活動法人 Pulemyu ぷれみゅ 後援：八王子市、八王子市教育委員会

♪青のあいのてさん 尾引浩志さんの 吹く ならす ワークショップ

8月28日(土) 午後1時~3時 @クリエイトホール\*定員20名\*参加費2000円

♪黄色のあいのてさん 片岡祐介さんの 叩く 打つ ワークショップ

8月28日(土) 午後5時~7時 @クリエイトホール\*定員20名\*参加費2000円

## 「生きることは、食べること」 講師：福岡伸一氏

食の安心と心の安全を脅かす事件が後をたたないこの頃です。今一度、ごく基本的なことに立ち返って、人間の生命の仕組みの神秘や「食べること」の意味を、新聞、テレビなどで活躍されている福岡伸一先生にお話して頂きます。お話し合せてお出かけ下さい。

日時：2010年9月10日(金) 午後2時~3時30分(開場1時30分)

会場：いちようホール(八王子市芸術文化会館大ホール) 会費：1,000円(自由席)

託児料：300円(1歳以上20名 おやつ付き 要予約) ※未就学児の入場はご遠慮下さい。

問い合わせ：多摩友の会 Tel&Fax 042-585-7003 tamatomo7003@gmail.com

## 水俣・明治大学展 環境・人間・社会を考える。

展示、講演、映画上映、シンポジウム、講座、学生による研究発表など

◆日時：2010年9月4日(土)~19日(日) ◆場所：明治大学駿河台校舎

午前10時~午後8時(日曜は午後6時まで/最終日は午後4時まで)

水俣・明治大学展実行委員会 詳細は <http://minamataforum.blog69.fc2.com>

TEL 03-5285-1106 E-mail [mf1997@mountain.ocn.ne.jp](mailto:mf1997@mountain.ocn.ne.jp)

## 障害者のための差別禁止条例について考えてみませんか

講師：堂本暁子氏(日本で最初に差別禁止に関する条例をつくった元千葉県知事)

日時：2010年9月23日(木・秋分の日)13:30~16:30(受付13:00~)

場所：八王子プラザホテル 地下1階(八王子市明神町4-6-12)

■参加費：無料(但し、下記へ事前申し込み要) ■手話通訳・要約筆記・点字・データ提供あり

■定員：100名(先着順) ■申し込み締め切り：2010年9月17日(金)

<申し込み先> 八王子障害者の権利を考える会(ヒューマンケア協会内) 担当：竹澤・光岡

TEL：042-646-4877 FAX：042-646-4876 Email：[humancare@nifty](mailto:humancare@nifty)