

東日本大震災から...

グループホーム学会 岡山大会に参加して

毎年参加しているグループホーム学会ですが、今年は岡山で開催されました。今年のテーマは、まだ記憶に新しい「東日本大震災」についてでした。あの震災からそろそろ半年になりますが、今も各地で余震がつづいています。

CES のグループホームの場合、夕方から夜の 9 時ぐらいまでは 2 人体制ですが、9 時以降は 1 人体制になります。そんな時に火災や地震が起きたとしたら、どうすればよいのでしょうか？防災グッズはもちろんです、頼るべきはご近所の力ではないでしょうか。

講義の中で、現場の被災された方の生の声を聞くことができました。震災後、一週間ほど外部との連絡が取れなかった。非常食を分けて過ごした。もちろん電気・水道・ガスが使えなかった・・・ケアホーム自体が津波で全壊してしまったなど、聞いていて心に何かが突き刺さるような気持ちになりました。

入居者のみなさんも「怖かったです」「どうすればいいかわからなくなりました」と恐怖体験を重い表情でしたが、それぞれの言葉でしっかりと伝えてくださいました。

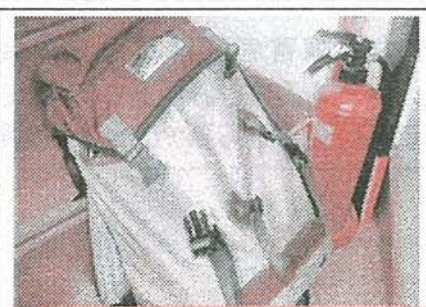
今回の震災を通して、多くの事業所で防災への意識が一気に高まったことを感じました。

今回の研修は震災についてたくさんの参加者と話し合うことができ、震災体験を話すことで、自分自身の持っていた不安感が少し取り除かれたように思います。防災対策につ

いてもいろいろな知識を得ることができたので、他の事業所の防災対策にも活かすことができるよう協力していきたいと思います。



個人防災グッズの
点検・追加



非常用持ち出しバッグ
他にも非常食を準備しています

きりん館スタッフ木原



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。

9/4・10/16(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。

9/25・10/30(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。

パンのフィリングづくりをお手伝いください in ゆいまーる

ぶるべりー 9/14(水) りんご 10/19(水)~21(金)

午前の部 10:00~12:00 午後の部 13:00~15:00 (半日でも結構です)

ゆいまーると言えばもちろんハード系のパンが一番ですが、パリパリサクサクのクロワッサンやデニッシュも実は人気商品です。そのデニッシュに欠かせないのが、フルーツのフィリングづくり(ジャムづくりとほぼ同じ)です。甘い香りに包まれながら、トントンとりんごをスライスして、グツグツと煮る。こんな作業を何人かでいっしょにやっていると、話しも弾み、やさしい気持ちに包まれていきます。ぜひごいっしょください。

10/16(日)ふれあい運動会 集合 9:00 解散 15:30 富士森陸上競技場

市内の障害者団体が一堂に会する運動会です。いっしょに走ってくださる方、テントで応援してくださる方、お話をしてくださる方、いろんな形でご協力いただければと思います。天高く馬肥ゆる秋。いっしょに楽しくカラダを動かしましょう！お待ちしております。

* 寄付・寄贈 * どうもありがとうございました (敬称)

井上祥代 中納慶子 橘恵子 楠橋照明 野阪忠晴 篠田教子 齋藤光代
松浦智紀 大田臣子 木場玲子 田代典子 藤木百合子 村井邦子
秋山勝義 わだときわ 原 功 中島丈順 松木みのり
圓山里子 和田ヨシコ 橋本純 武田康男 バッソー・政代
株式会社櫛澤電機製作所 株式会社サン・インテリア うつわや蔵
株式会社ウイッシュ西東京支店 株式会社小川内外装工事
有限会社高橋設備工業所

自立生活体験室ステップ・活動報告

メンバー企画「高尾ビアマウント(7/28)」



かんぱー
い！！



去年は大人気のため予約も出来ず断念した「高尾ビアマウント」。今年は「本格的に暑くなる前に」ということで、7月に行きました。バイキングメニューは新しいものがいくつかあったようです。この日は、突然の雷雨があり少しびっくりしましたが、「また来たいね」という声があがりました。第2回を企画してくれるかな？期待しています。「涼しくなった9月がいいかな？」と考え中ようです。楽しみです。

帰りの電車。酔っ払っていい気分

地デジ対応テレビになりました



東京都共同募金会からの配分金を利用して、宿泊体験室のテレビを買い替えることができました。ありがとうございました。みなさん大切に使いましょう。



鉄道博物館(大宮)、東京タワー、スカイツリー、サンシャイン水族館を下見。今後の企画につながるかな？



生活館、ゆいまーるの夏季休暇初日は、ここ何年か恒例になっているステップミーティングの日。新たな試みとして進行をボランティアさんをお願いし、まずは、バーベキュー大会のメニューの話し合い。おいしい意見が飛び交い、今年のメニューは期待できそう。それからメンバー企画と「グループ旅行(←少し進展あり?)」の話し合い。午後はガイドヘルパーとビッグエコーのパーティールームでカラオケをしました。ヘルパーさんが一緒に踊って盛り上げてくれ楽しい時間になりました。次回のステップミーティングは11月に開催予定です。

ステップミーティング&カラオケ(8/12)

きりん館

日帰り旅行報告

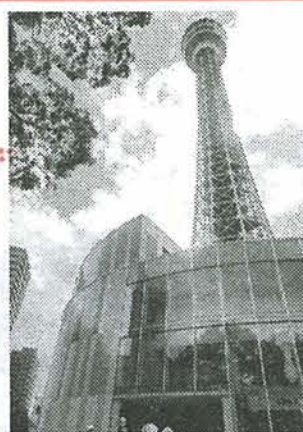
7月7日 七夕の日☆

横浜に行ってきました♪



「海に行きたいね☆」の日常会話から始まった日帰り旅行計画♪ メンバーと練りにねって、中華街・横浜マリンタワー・人形の家に行ってきました！！

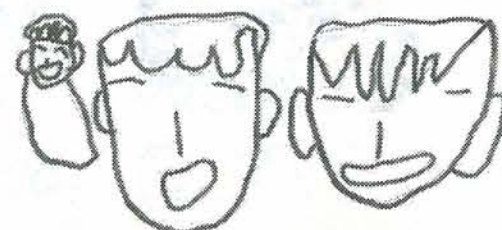
1961年開業の
横浜マリンタワー
今年のジブリの映画
にも登場しました



☆マリンタワーからの海☆船☆
観覧車☆横浜の街並み☆中華街
と盛りだくさんで、いろんな景色
を楽しむことができました。



中華街の馬さんの
お店で昼食。ウーッ！



ふにほまたのいれす
すみれ



9人きまぐちの
まじかいらす



お土産も買えたし！もちろん自分にも（笑）
お土産も思い出もたくさん持ち帰りました☆

きりん館 スタッフ 木原

理事リレーエッセイ⑦

「すること」と「したいこと」

小林 隆

まず「すること」と決めたのは

八王子養護学校に19年間もお世話になってしまった。教員生活36年の内最初の13年と最後の6年をこの学校で勤めました。このこととこれからの人生は切り離せないと考えたのは定年を間近にしてのことでした。「青年学級活動を学校としては止める」と校長が言い出したのです。それなら私が八王子市の行政に働きかけて「青年学級を始めよう」と決めたのです。

残念ながら八王子市には障害者の為の青年学級などの取り組みがありませんでした。都内ほとんどの行政組織ごとに「青春学級」「成人学級」などの活動がありますが、八王子だけはありませんでした。八王子市教育委員会に要望書を作成し「公民館の活動の一環として」障害者の余暇活動支援を求めました。

退職後は具体的活動の基盤を形作っておいた方がいいと思い、知的障害者の余暇活動支援組織として第3日曜日の会「ちゅら」を組織し、参加した人たちでまず出来ることとしてクリエイトホールを中心会場として調理、ランニング、散歩、ダベリングの4つの活動を取り入れました。

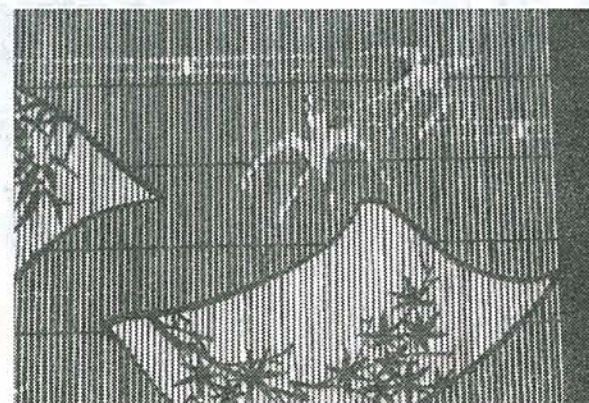
1年後の市からの返答ははかばかしいものではありませんでした。50万都市の難しいところです。「ちゅら」も発展解消して市の中にと考えていましたが出来ないとなったので、会則を作り知的障害者の余暇活動支援組織として正式に発足させ、月1回の活動をして3年目になりました。このことが私の「すること」として決めたことです。

「したいこと」はたくさんあります

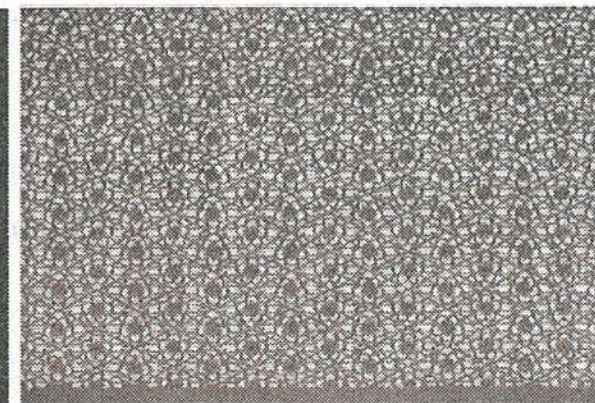
毎朝のランニングは29年続いています。溪流釣りやキノコ狩り、山菜採りは季節ごとの趣味として継続しています。退職したら畑作りをちゃんとしてみたいと思っていたところ快く引き受けてくれた方がいました。狭い場所ですがいい野菜が沢山収穫できます。今年はジャガイモと玉葱が成績良かったです。自分で作ったものを食べるのは本当に美味しいものです。

今したいことは、染め型紙の型彫りです。退職前から習い始め江戸時代から明治初期の頃の古い染め型紙は見るだけでも感激します。自分でもそれに近づきたいと思って4年目になります。下の2つの写真は、最新作です。

平日は「したいこと」、土日は「すること」と勝手に決めて心のバランスと身体の調整を図っています。



(ガマ彫り)



(小紋)

ゆいまーる パン工房からこんにちわ

ゆいまーる生活館スタッフ・光永幹雄

はじめに

ゆいまーる生活館で、メンバーのみんなと仕事を始めてはや4ヶ月になりました。

ゆいまーるは天然酵母パンを焼いているパン屋さんです。

今回はおなじみの「ゆいまーる」の天然酵母パンについて、改めてお話してみたいと思います。

小麦について

ゆいまーるのパンは基本的に国産小麦を使用しています。国産小麦は外国産小麦に比べるとグルテン(タンパク質)が少なく、製パン性は高くありませんが、外国産小麦は、収穫後の農薬使用など安全面において不安があることや「地産地消」の考えから国産小麦を使用しています。

天然酵母について

よくご家庭でも使われているイーストも天然酵母の一種ですが、イーストはもっとも製パン性にすぐれた菌をより集めて工場で純粋培養して作られたものです。

一般に天然酵母と呼ばれているものは、いろんな菌が混ざっていて、発酵力としては普通のイーストより劣りますが、複雑な味わいと日持ちの良いパンが出来上がります。

酸味について

天然酵母のパンの特徴のひとつである酸味ですが、これも天然酵母の複雑な発酵によるものでパンが酸性になることにより、カビがはえにくくなると言われています。

配合について

ゆいまーるで主に作られているパンは「ハード系」と呼ばれる硬いパンで、簡単に説明すると「カンパーニュ」と言うパンになります。

カンパーニュというのは、フランス語で田舎風のパンと言う意味で、ライ麦や全粒粉の入った素朴なパンのことを指します。

今、ゆいまーるで作られているハード系のパンたちは、それぞれ小麦や酵母の配合が違うパンなのですが、似たパンである印象は否めません。

今後は、パンによって違う小麦粉を使い分けることでパンの特色を出してゆくのもよいのではないかと考えています。



年明けには、ゆいまーるの改修も予定されています(詳しくは今後の通信でご紹介します)。

新しいことに挑戦しながら、みんなで気持ちよく仕事が出来のお店に行ければと思っています。

今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。

ありがとうございました！！

～共同募金会の助成金をいただきました

東京都共同募金会の助成金をいただき、生活館に念願の新しい椅子&テーブルがはいりました！昨年11月にここ南町に移転し、内装はすべて新築さながらのピカピカでしたが、もろもろの経費がかさみ、老朽化した食堂椅子を買い換えるだけの予算がありませんでした。せっかくの新しい桧の床に傷がつかないように、金属がむき出しになった椅子の足に布を巻きつけ、マットの糸で結びとめ、養生して過ごしていました。

メンバーの皆さんが、休息したり、食事をとったりする大切な椅子ですから、なんとか整備したい！と、いろいろあたってみたところ、東京都共同募金会が助成金申請を受けてくださることになり、7月20日にピカピカの椅子とテーブルが運び込まれました。みんなで早速座ってみて、その座り心地に大満足！肘掛椅子の数も増えて安心ですし有効スペースも広がって言うことなしです。前の椅子も20年以上使いましたから、今度も大切に使いしていきたいと思います。どうもありがとうございました。



今回初めて肘掛椅子も購入しました。



真新しい椅子でくつろぐメンバーとスタッフ♥

NPO ワークセンターかてかて主催の「**そごう八王子フェスティバル**」に生活館も出店します。

来る10月4日(火)～10日(月) 8F 催事場

<予告>



そごうでは、最後の展示になるかもしれません。。
皆様のご来場をお待ちしております！

結の会+生活館 **「仲間たち」展** part3 下北沢 無寸草 7・26～31

結の会さんとのコラボ展は3回目。

前回は昨年真冬、今回は夏真っ盛りの下北沢。

真夏の無寸草はどんな感じ？と楽しみでもあり、怖くもあり。。。

窓いっぱい飾りつけられた布たちを見て、「きれいだったから・・」という通りがかりの方もいらっしゃる、みんなの布のインパクトの強さを感じます。

また、無寸草さん関係のアーティストの方たちからは、不思議な魅力に(何か深いところを)くすぐられて、ときどきします。。という声もいただきました。

太陽がギラギラと照りつける猛暑の中、わざわざお越しくださったみなさま、本当にありがとうございました。



保高泰一写真展

『幻風景』

♪みんながってみんないいの実行委員長で生活館が長年お世話になっている名物喫茶『馬天使』マスター保高さんの写真展です

期間：9月21日(水)～30日(金)9～18時

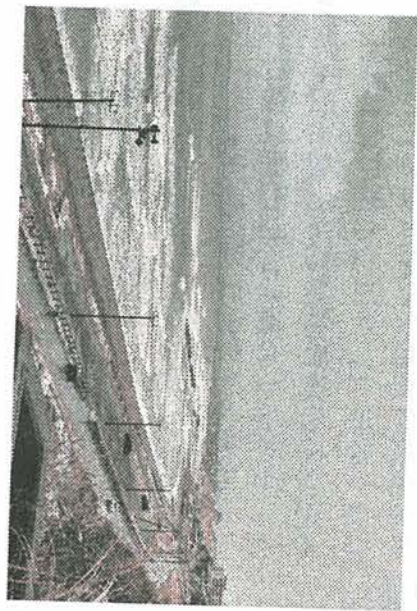
※23日(祝日)、25日(日)はお休み

会場：カフェ・ギャラリー ねずみのこと

八王子市明神町4-2-8

Tel 0426-45-1179

京王八王子駅[西口]から徒歩5分



Cafe rin

7月に生活館近くの「みずき通り」にオープンしたカフェ・リン・オーナーの小松さんは以前から生活館の展示会にも来てくださっていて、お店では、ぱたのコースターやエプロンを使っています

珈琲は、知る人ぞ知る自家焙煎「琥珀」の豆を使っています

八王子市本町 11-13 トーシン八王子本町1F

Tel 042-686-0683

Open 11:00～20:00

定休日：月曜日

八王子駅徒歩10分

駐車場：無



本と珈琲 SOIL

星野道夫の本/自家焙煎珈琲/自家製焼菓子/ギャラリー

以前織物教室に通われていた高橋さんがご家族で素敵なお店を始められました SOIL とは土という意味だそうです。ご主人の集められた個性的な本がたくさん置いてあります。2階は、写真家星野道夫さんの私設文庫になっています

八王子市台町 1-20-10 バス停「富士森公園」より徒歩3分

【営業】第3週を除いた第1・2・4・5週(水)～(日)

13～18時 (ギャラリー展示期間中は11時～18時)

(水)～(金)は、時間予約制になります

詳細はHPで <http://soilbooks.web.fc2.com>



いんぷおめーしょん@ゆいまーる

2011.9

毎日暑い・あつい・アツイ～！といいながらも、もう8月も終わりですね。

9月も残暑が続きます。長期予報では平年並み～高めとでていました。

どうか予報がはずれますように！！

それから、地震も気になるころです。震度4～5の地震が続いたりしています。

9月1日は防災の日。地震もちろん、これからの台風シーズンに、今一度防災用品を確認したり、家族の連絡方法やいざというときの集合場所を確認したりと、「備えあれば憂いなし」にしておきたいものです。あっ、毎月1日に体験できる「災害伝言ダイヤル・171」ですが、防災週間の8/30～9/5も体験できるようですよ。

道の駅・八王子滝山でも販売しています！

もうだいぶ名も知れた、東京初の道の駅、八王子滝山。

ワークセンターを窓口にして、市内の福祉施設の製品がたくさん並んでいます。ゆいまーるでは今までクッキーのみの販売でしたが、この夏より、天然酵母パンの販売を再開しました！

今のところ、ハード系のパンのみですが売れ行きは好調です♪

週に2回ほどメンバーと一緒に納品に行くのですが、並べていると早速手にとってくださるお客さんもいたり、声をかけてくれるお客さんもいたり「ありがとうございます！」の挨拶にも力が入るメンバーなのです(*^_^*)

ゆいまーるに来るお客さんにも「道の駅でパンみたよ～」なんて声をかけていただいたりもしています。

道の駅ではパンの他、ラスクやクッキー各種、そしておなじ法人内の八王子生活館のブランド「ぱた」の織物製品の数々、手すきカードも販売しています。地場産の新鮮野菜、八王子銘菓や、おいしいソフトクリームなども販売しています。ぜひお立ち寄りください。

道の駅八王子滝山：八王子市滝山町 1-592-2 中央高速八王子ICより5分

★またまた引き続きのお願いです★

ゆいまーるのパンは添加物や保存料などを一切使用していません。ハード系パンは5日、ソフト系は1～3日の賞味期限を設けておりますが、梅雨どきから、残暑厳しい季節の間は賞味期限内であっても、高温多湿はさけ、できるだけ早めにお召し上がりください(食べきれない場合は冷凍保存をおすすめします)。

<臨時休業のお知らせ>

9月29日(木)～10/1日(土)

研修旅行のため臨時休業させていただきます

今年は河口湖方面に行きます♪



みんながってみんないい 2011 9月11日(日)開催！

台風直撃のため5月29日の「みんながってみんないい」は残念ながら中止しました。しかしたくさんの方たちの応援する声もあり、スタッフ一同の話し合いの結果、同じ場所で秋に開催することになりました。

被災地の復興はこれからです。東京電力福島原発はまだまだ先が見えませんが、時間が経つと忘れがちになりますが、同じ時間を生きているということを忘れずに河原で楽しみましょう。～HPより抜粋～

そんなわけでリベンジ？！人間力が試される、ちょっとエコなイベント。

My 食器を持ってご来場ください。民謡・ワールドミュージック・芸達者な大道芸など、各地のエスニック料理をほおばりながら楽しみましょう♪お子様連れにはミニ牧場もありまーす。ゆいまーるもホットドッグを販売予定です♪

*雨天決行・入場無料・食器持参 10:30～16:00 八王子市役所脇河川敷にてエコなイベントなので駐車場はありません。西八王子から路線バスを利用するか、自転車や徒歩でお願いします。「みんながってみんないい 2011」で検索

この夏人気のフルーツデニッシュ

各@230

いちじく

すもも



バナナ



桃



自家製コンポートです

ヨーグルトのチーズケーキ@180
ヘルシー♪



オレンジラッシー @310

暑い夏のカフェで人気のメニュー

オーガニック
カフェ&ベーカリー

〒192-0075 八王子市南新町17-5 田村ビル1F

www.yuimaru.net shop@yuimaru.net

◆定休日 日・月・祭日
◆営業時間 11:00～17:00
TEL 042-626-2296
FAX 042-626-2307



＜今後の予定＞

*9月11日「みんなながってみんないい」は、希望参加となりますので、一斉の代休はありません

9月の予定				10月の予定			
1	木	日	土	1	土	日	土
2	金	月	日	2	日	月	日
3	土	火	月	3	月	火	日
4	日	水	火	4	火	水	日
5	月	木	水	5	水	木	日
6	火	金	木	6	木	金	日
7	水	土	金	7	金	土	日
8	木	日	土	8	土	日	日
9	金	月	日	9	日	月	日
10	土	火	月	10	月	火	日
11	日	水	火	11	火	水	日
12	月	木	水	12	水	木	日
13	火	金	木	13	木	金	日
14	水	土	金	14	金	土	日
15	木	日	土	15	土	日	日
16	金	月	日	16	日	月	日
17	土	火	月	17	月	火	日
18	日	水	火	18	火	水	日
19	月	木	水	19	水	木	日
20	火	金	木	20	木	金	日
21	水	土	金	21	金	土	日
22	木	日	土	22	土	日	日
23	金	月	日	23	日	月	日
24	土	火	月	24	月	火	日
25	日	水	火	25	火	水	日
26	月	木	水	26	水	木	日
27	火	金	木	27	木	金	日
28	水	土	金	28	金	土	日
29	木	日	土	29	土	日	日
30	金	月	日	30	日	月	日
31				31	月		

ゆいまーる生活館注文書 2011.9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	大	¥160			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
	小	¥60			
ハード食パン	ホール	¥380			火曜日のみの販売。それ以外ご希望の場合は事前にご注文ください
	1/2	¥190			
カンパニュー	ジャンボ	¥1,200			田舎風、素朴なパンです。工房長オススメのせたり、塗ったり、食べ方いろいろ
	丸型	¥350			
ラムレーズンパン	大	¥460			豆乳食パンの生地に自家製ラムレーズンをまぜて焼いた香り豊かなレーズンパン
	小	¥230			
レーズン	大	¥210			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
	小	¥80			
カシス	大	¥290			カシスとくるみ入り 甘酸っぱいパンです。
	小	¥110			
くるみ	大	¥290			くるみがたっぷりのハードタイプ クリームチーズが合います。
	小	¥110			
ライフルーツ	大	¥290			一番人気。レーズン・くるみ・自家製甘夏ピール入り。
	ロング	¥110			
ライいちじく	大	¥260			女性の味方ドライいちじく・カシューナッツ入り。いちじくのプチプチ感がgood
	ロング	¥130			
チーズパン	大	¥290			CHEDDAR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♪
	小	¥110			
ごまチーズ	大	¥290			チーズとごまの香ばしい香り!
	小	¥110			
ごま	大	¥210			国産黒ごま使用 軽くトーストするとごまの香りが広がります
	小	¥80			
ライプレーン	大	¥190			ライ麦のはいったプレーンなパンです
	小	¥80			
セーグル・ノア	小	¥350			ライ麦酵母を使用した、ライ麦30%配合のくるみの入った田舎パンです。新商品!
	大	¥700			
くるみとレーズンのスコー		¥120			くるみとラム酒漬けレーズンをいれたスコーンです
りんごデニッシュ					自家製ジャムの在庫が終わりました。秋までお休みさせていただきます
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 今が旬!!
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
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
ショコラデニッシュ					秋ごろまでお休みさせていただきます
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
豆カレーパン		¥180			リニューアル! ひよこ豆とムング豆のカレーパン
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
クロワッサン		¥120			食べ応えのある、人気商品です!!
ラムレーズンピタパン		¥150			ラム酒漬けレーズンがたっぷりのピタパンです
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560円。1万円以上お買上げの場合は無料。

品名	サイズ	価格	数量	金額	備考
豆乳食パン	大	¥800			バター・黒糖・豆乳の入ったリッチなやわらかめ食パンです。
	小	¥400			
ノアブレッド (やわらかめ・くるみ)	大	¥900			豆乳食パンの生地に、クルミを練りこんで焼いた食パン。そのままでもトーストしても。水曜限定。それ以外はご予約を。
	小	¥450			
セサミブレッド (やわらかめ・ごま)	大	¥900			豆乳食パンの生地に、国産ごまをたっぷり配合。ごまの香り豊かなパンです。水曜限定。それ以外はご予約を。
	小	¥450			
ラスク・はちみつバター	250g	¥250			ゆいまーるのパンで作るラスク ガリガリザクザク!
ラスク・メイプルバター	250g	¥250			ゆいまーるのパンで作るラスク ガリガリザクザク!
ラスク・サレ	250g	¥250			チーズとカイエンペッパーを塗ったオトナのラスク やや辛
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			ノンエッグノンシュガー塩味のスティッククッキー
アーモンドクッキー	100g	¥400			
桑の葉クッキー	100g	¥400			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
ソリッドクッキー	10本	¥310			
パウンドケーキ	大	¥1,680			いやしのお茶、香り高いカモミールティ
〃	小	¥1,260			
〃カット(1/8)	約60g	¥210			消化促進・鎮痛効果が高いハーブティ
カモミールティバッグ	35pc	¥700			
ミントティバッグ	35pc	¥700			ビタミンCたっぷり赤いティ。夏はアイスで!!
ハイビスカスティ	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!ピ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			トーストにもあいますが、ドレッシングやソースにも
ピーナツバターランチ	454g	¥1,136			
木苺いちごのジャム	210g	¥1,050			ぶちぶち食感の甘酸っぱい贅沢なジャムです
有機タヒニ	454g	¥1,470			
金額小計					黒ごまペースト そのままパンに塗ったり、和えたり

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
★ゆいまーるのハード系パンの消費期限は5日間・デニッシュ系・あんぱん・チーズパン・ソフトなパンは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

あれもこれも 7月1日~8月31日

10日間という長く思われた夏休みも「あっ！」と言う間に終わり、生活館、ゆいまーるに元気なメンバーの顔がそろい、お土産と一緒にこの夏の思い出話を聞けるのは楽しいことです。

夏休み中の8月19日には、生活館の中庭をきれいにしてくださった水口さんが来て下さり、夏の勢いに乗った雑草や植木の枝たちのお手入れをしてくださいました。おかげで、すっきりと整備されたお庭に涼しい風が通ります。暑かった夏も少し落ち着き、秋の気配を感じる今日この頃です。

八王子ローヤルマンション防災訓練

7月10日に、生活館がある八王子ローヤルマンションの管理組合主催の防災訓練に、生活館スタッフ2名が参加させていただきました。普段はあまりお会いする機会が無いマンションの住民の方々と一緒に、消防士の方からの「消火器を使っの消火の仕方」と「電話で119番への通報の仕方」の現地訓練を受けました。

設置はされていますが、普段使うことの無い消火器は「なるほど・・・こう使うものなのか・・・」と、実際に手に取り操作することで使い方を確認できました。

また、生活館の西側に管理組合の集会室ができ、訓練後にはそこで懇親会が開かれました。理事の方の計らいで生活館を紹介する時間を設けて下さり、住民の方々と交流することができました。なかには生活館を見学に来て下さる方もいて、生活館への理解を深めていただけたことは嬉しいことです。

集会室が出来、移動の心配がないお隣に、私たちも使える場が増えたことはたいへん有難いことですし、避難経路にもつながるという意味では安心が広がりました。

3月の震災から、防災には深い関心を持ってまいりましたが、具体的にはどのように行動をとればよいのか・・・と心配があります。少しでも自分たちで出来ることを知って行けたらと思っています。

JR 八王子駅からかてショップ

毎月、第二もしくは第三の水曜日か木曜日に、JR 八王子駅の改札前で開催されている「かてかてショップ」をご存知でしょうか？

八王子ワークセンターが運営する「ワークポート」の支援を受けながら、八王子の障害のある方の通う11の施設が参加して自主製品を販売する市を開いています。生活館も毎月参加しています。

焼き菓子、パン、木工製品、とんぼ玉、手芸品、染織製品・・・etc というラインナップの製品たちが、木目のあたたみのある「かてかてショップ」オリジナルのワゴンにところ狭しと並んでいます。

駅の構内にはたくさんの方が行き交っています。メンバーさん達は毎日お仕事をしてさまざまな作品を作っていますが、そのお仕事ぶりが目に触れる機会は少ないので、「かてかてショップ」は、たくさんの方に興味を持っていただく良い機会になっています。

焼き菓子を手に「この間、食べてみたら美味しかったから！」、雑貨を選びながら「使ってみたら良かったからプレゼントにしたいくて」などリピーターの方もあり、新しい出会いが生まれていることは本当に嬉しいことです。

「次はいつなの？」と聞いてくださるお客様もいて、楽しみにしてくださっていることをメンバーに伝えると、ニッコリ！と、またお仕事に励んでくれている・・・かな？

次回の「かてかてショップ」は9月14日(水)の11時から16時半まで開催されます。よろしかったらのぞきにきてください。お待ちしております！

八王子生活館スタッフ・川中道子

届けよう! みんなの愛 義援金を

第4回

みんなちがってみんないい

音楽と踊り Music & Dance

- ケグリ(朝鮮音楽との出会いから生まれた音楽) ●E-chan Studio「maru」(ベリーダンス)
- Tiare Apetahi ti piti(タヒチアンダンス) ●新風(アラカシ)(沖縄エイサー)
- チェリーボーイズ(南方ルーツ音楽) ●三線テーゲーの会(沖縄、八重山、宮古民謡)
- 一の会(岩手中野七頭舞を踊る会)
- ブルースパイダーズ(三行フォーク) ●松本晋(唄とギター) ●くるうはあ(ロック)
- エスニックキッチン(器楽アンサンブル)
- ロッサ(ジャズと民族音楽を融合した音風景)
- アルプスの夜(唄とギター)
- memento(マメント)
- 即興楽団 UDje()
- ケーナ同好会八王子(フォルクローレ)
- luasafari(ナチュラルポップス)

体験&イベント

Experience & Events

- ミニ牧場(磯沼牧場)
子牛の散歩
- フラードーム(ユーロ)
21世紀エコロジー・デザインへの先駆
バックミンスターフラーのドームを作って遊ぼう
- ドラムサークル
たたく、あそぶ、つながるみんなでパーカッションをたたこう
- 自転車発電(実行委員会) 自転車をこいで電気をつくろう
- 野点(みなづきのなかま)
- 人間ジュークボックス(タカパーチ)チビッコに大人気
- 東日本大震災写真展(佐々木たかすみ・小松由佳)

※現在決定している出演者です。
追加の出演者、出演順、
ステージ情報などはHPに順次載せます。

お店 エスニック料理と雑貨多数出店

Ethnic Foods and Goods Stalls

河原で不便を楽しもう!

2011
9.11(日)

Sep 11th (Sun) 10:30~16:00

浅川河川敷広場
八王子市庁舎前

再開催!

東日本大震災支援イベント

入場無料
Admission Free

雨天決行
Rain or Shine

食器は持参orレンタル
B. Y. O Food containers

多文化・環境共生型野外フリーイベント
The 4th Annual "We're different & that's great" Festival



主催: みんなちがってみんないい実行委員会

Sponsor: "We're different & that's great" Organizing Committee

TEL & FAX 042-646-3277 E-mail: jinjanhot@nifty.com

後援: 東京都 八王子市 八王子市教育委員会 (福) 八王子市社会福祉協議会

(財) 八王子市学園都市文化ふれあい財団 (社) 八王子青年会議所

●駐車場がありません。バスか徒歩でお越しください。但し、車椅子でご来場の方の駐車スペースあり。●収益は、東日本大震災の義援金に充てます。

台風によって中止しましたが多くの方の応援の声もあり、秋に開催することになりました。

この東日本大震災、津波により多くの方が亡くなり、多くのものが流されなくなりました。そして東京電力福島原子力発電所の事故により、我々が想像もしなかった事が現在進行形で起きています。

9月11日は大震災からちょうど半年になります。復興支援、原発、放射能はまだまだこれからの問題です。日々の生活に追われ忘れがちですが、今いっしょに生きているということを忘れずに。

9月11日は河原で楽しく過ごしましょう。

We apologize that we had to call off our annual event; "the 4th We're different & that's great 2011" due to the fierce typhoon on May 29th. We also deeply appreciate all the participants, the people who has been helpful for preparing for the event and many visitors who came to the site under the pouring rain on that day.

After the cancellation, many voices have arisen to rearrange a schedule of the event. So we made a decision to reopen it on Sep.11th, which will be exactly 6 months after the Great eastern Japan earthquake of March 11th.

Because of the disaster of the earthquake and tsunami, they suffered a great loss. And moreover a catastrophic accident has happened at the Fukushima nuclear power plant. We don't know when and how this accident will end. But we need to support the evacuees in many ways while they suffer from the high dose of radiation.

We should not forget their pain and suffering. And we will all live together and think one another always. On coming Sep.11th, we will have an enjoyable day together. Thank you very much.

お願い Please Note the Followings

- 来場者用の駐車場はありませんので、公共交通機関(電車、バス、タクシー)や徒歩でご来場ください。
- 自転車、スクーター、バイクでお越しの方は、駐車場からの坂の周辺には置かないでください。
- 会場内に仮設車椅子トイレはありません。車椅子トイレをご使用になる方は、市役所駐車場を右に出て、右側にある「八王子地域生活支援室」をご利用ください。(下記地図参照)
- 会場内は使い捨て容器を使用禁止にします。食器、箸などを持参するか実行委員会が用意するリユース食器をレンタル(有料)してお使いください。
- ごみはお持ち帰りください。会場で捨てる場合は有料となります。
- 会場には日陰スペース及びイス等がありません。各自日除け対策をして、敷物などもご持参ください。
- タバコを吸われる方は携帯灰皿を持参してください。会場内を歩きながら、また人ごみの中での喫煙はご遠慮ください。
- There are no parking facilities, so please either walk or use public transport (trains, buses or taxis) to get to the event.
- Please do not employ coming on a bicycle, a motor scooter, a motorcycle around the slope from the parking lot.
- There is no wheelchair-accessible restroom at the venue. Persons who need a wheelchair-accessible restroom, please exit the city hall parking lot to the right and use a restroom at "Hachioji chiiki seikatsu shienshitsu" on the right side. Refer to the map below for directions.
- Disposable containers and chopsticks are banned at the event. Please either bring your own food containers and chopsticks or rent the reusable food containers from the organizing committee for food.
- Take home your own garbage. To throwaway garbage at the hall will be charged.
- There are no shade or sitting spaces prepared at the venue. So please take into consideration of this and take sunshade measures in case of fine weather and bring chairs or picnic sheets if you would like to sit down.
- Smokers please bring a portable ashtray to the event. Please refrain from smoking while walking around the festival, or when surrounded by other people.

アクセス Access

バス

- ◆JR八王子駅北口 8番乗り場(市11)「松枝住宅行き」乗車 「市役所入り口」下車 約20間隔。
- ◆京王八王子駅 2番乗り場(市11)「松枝住宅行き」乗車 「市役所入り口」下車 約20間隔。
- ◆JR西八王子駅 1番乗り場(市02)「楳原町行き」乗車 「八王子市役所」下車。

BUS

- ◆《JR Hachioji Sta.》Bus stop No.8 Take the bus number (市11) for Matsue-jutaku and get off at Hachioji Shiyakusho Iriguchi. Bus departs every 20min.
- ◆《Keio Hachioji Sta.》Bus stop No.2 Take the bus number (市11) for Matsue-jutaku and get off at Hachioji Shiyakusho Iriguchi. Bus departs every 20min.
- ◆《JR Nishi Hachioji Sta.》Bus stop No.1 Take the bus number (市02) for Narahara-cho and get off at Hachioji City Hall.

市営バス「はちバス」

- ◆JR西八王子駅より
○「東海大学八王子病院行き」乗車「八王子市役所」下車。9:30 11:40 13:50 16:00 18:00

City bus "HACHI-BUS"

- ◆《JR Nishi Hachioji Sta.》
○Take a bus bound for 'Tokai-daigaku-Hachioji-Byoin', get off at Hachioji Shiyakusho. 9:30 11:40 13:50 16:00 18:00



ご協力ください= 協賛金、HPバナー広告募集中! 缶バッジ販売中! (詳しくはHPをご覧ください)