

ステップ

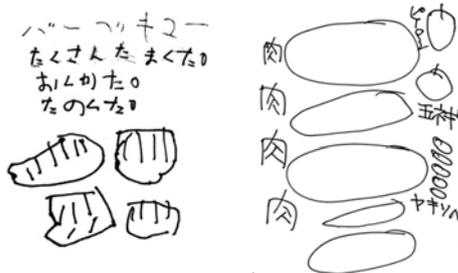


バーベキュー

毎年恒例の秋のステップバーベキューを10月26日(土)に『夕やけ小やけふれあいの里』で行いました。今年台風の影響で開催もぎりぎりまで危ぶまれましたが、現地にも確認をとり滞在時間を短縮して無事にやり遂げることができました。台風がそれたといってもその影響で昨夜から時折つよい雨も降り、肌寒く、当日の朝、買い物にいったお店の方にもご心配いただきましたが、食材購入後いざ集合場所にいくと、すでにほとんどのメンバーはやる気満々でゆいまーるで待機中でした！雨脚の弱くなる頃合いをみはからって遅めに出発したところ、現地についたころには実際に小降りになり、今年もいつも通りにBBQを楽しむことができました。ボランティアをはじめ、ご協力いただいた皆様ありがとうございます。



メンバーも網を使って一緒に調理中



メンバーから思い出を絵日記に書いてもらいました

恒例(?)のお菓子焼き!!
肉まんが好評でした!



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
グループホームきらきらぼし

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
ラブ&ピース

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。

11/8・12/6(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。

11/29・12/13(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。

12/5(木) 忘年会 in??? 17:00~19:30 会費 **3千円** くらい (飲み物込)

CES行事としては、珍しい**アルコール OK** の会です。メンバーのめったに見られない**夜の顔?**を知ることができるかもしれません。会場は、いつもの居酒屋甘太郎にするか最近できたカラオケ屋さんのチェーン店にするか、まだ喧々諤々話し合い中けんけんがくがくです。どこになったとしても、飲んで歌って騒いで楽しいひと時を過ごしましょう。お申し込みはお早目に！

12/20(金) クリスマス会 in シネマクラブ 12:00~16:00 会費 **千円** (昼食込)

今回は、生活館のお向かいにあって、お昼のお弁当でもお世話になっている**ライブハウス・シネマクラブさん**を初めてお借りしておこないます。ライブハウスということで音響設備がばっちりですので、昨年同様メンバーの出し物を中心に、**パーティっぽく演出した会**にしたいと思います。ゲストの皆さんの出し物も大歓迎です。ぜひご参加ください。

プチ予告 : 1/11(土) もちつき、1/19(日) ふれ愛コンサート、3/8(土) コココーⅣ

*** 寄付・寄贈 *** どうもありがとうございました (敬称略・順不同)

あしたや共働企画 水口克彦 斉藤光代 橘恵子 雨宮美津子 三上昭子

新スタッフの紹介 **たけだあきえさ**

初めまして。きりん館で働きはじめました武田章江です。

生まれは兵庫県の伊丹市です。3月に結婚して高尾に住んでいます。

まだまだ未熟ものですが、一生懸命がんばります。

どうぞよろしくお願ひします。

＜今後の予定＞

としあ 年明けのおもちつきは、1月11日(土)に、ゆいまーる隣の公園でおこないます。

立高 ゆいまーるが立川高島屋地下1階で12～14時パンの販売をおこないます。

11月の予定			12月の予定		
1	金	自由	1	日	
2	土	カフェ営業	2	月	自由
3	日	自由	3	火	自由
4	月	文化の日・振替休日	4	水	自由
5	火	自由	5	木	自由
6	水	自由	6	金	自由
7	木	自由	7	土	カフェ営業
8	金	自由	8	日	
9	土	カフェ営業	9	月	自由
10	日		10	火	自由
11	月	自由	11	水	自由
12	火	自由	12	木	自由
13	水	立高	13	金	自由
14	木	自由	14	土	カフェ営業
15	金	自由	15	日	
16	土	カフェ営業	16	月	自由
17	日		17	火	自由
18	月	自由	18	水	自由
19	火	自由	19	木	自由
20	水	自由	20	金	自由
21	木	自由	21	土	カフェ営業
22	金	自由	22	日	
23	土	自由	23	月	自由
24	日		24	火	自由
25	月	自由	25	水	自由
26	火	自由	26	木	自由
27	水	自由	27	金	自由
28	木	自由	28	土	自由
29	金	自由	29	日	
30	土	自由	30	月	
			31	火	

2014年1月6日まで

ステップメンバーミーティングを開催しました 《9/7(土)》

メンバー6名、スタッフ2名

ステップ単独でのメンバーミーティングは久しぶり（約2年ぶり）の開催でした。土曜日の午後ということで出席者はとても少なかったです。ただ、人数が多いと時間の都合上、進行に慣れた方が進めてくれるので、なんだかとてもたくさんのことが話し合えた気がして満足してしまいますが、今回は進行もゆっくりで、普段のミーティングではあまり発言されることのない方の意見も最後まで聞いて良かったです。それからこの日は気になったことはインターネットで調べながら進めることも出来ました。これも人数が少ないからできたのかもしれませんが。この日話し合ったテーマは10月に予定されているBBQのメニューやメンバー自身が外出先の発案から当日行程まで考えていく「メンバー企画」のことでした。企画と個別で出かけたい場所がまぜこぜにはなりましたが、いろいろ意見が聞いてよかったです。事前にアンケートを配布していたのでその結果も紹介しました。フリートークの中でおすすめ映画が紹介され、「まだの人はぜひ観てください」と呼びかけがありました。「ステップでお知らせをだしてほしい」ということでしたので「翌週出します」というお約束をしてこの日のミーティングは終了しました。映画については「映画を観に行きました」をご参照ください。ミーティングにお茶菓子を差し入れしてくれたみなさん、ありがとうございました。

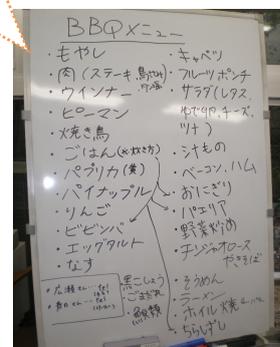
BBQメニューだけで
こんなにありがとうございました



アンケート結果：みんなが出かけたいところ

横浜（中華街、海釣り公園、世界のビール博物館）、
多摩動物公園、映画鑑賞、買い物。

横浜方面が人気でした



…ということで「映画を観に行きました」《9/11(水)、12(木)》

メンバーミーティングで紹介のあった映画2本「風立ちぬ」と「モンスターズユニバーシティ」を観に行くお誘いをしました。今まではだいが先の予定を出すことが多かったのですが、今回は”翌週”という当日まで非常に短い期間でのお誘いでした。出かけた映画館は生活館からすぐ近くにある「ニュー八王子シネマ」です。仕事帰りガイドヘルパーと待ち合わせをして行きましたが、直前で予定とは違う映画が観たくなった人もいたりしました。今回は急なお誘いということもあり、出かけたのは3名とさみしい結果でしたが、せっかく映画館が近くにあり、毎週ニュー八王子シネマに立ち寄り最新の映画情報を届けてくれるメンバーもいますので、これからは仕事帰りに気軽に出かけることができるように、ステップからも映画情報をお届けしたいと思います。みなさんもおすすめ映画がありましたらどうぞご紹介ください。



展覧会ラッシュの9月・10月

- 「ぱた展」ギャラリー木馬 ●片倉高校
- 青梅「かわいいモノと小さな芸術祭」
- 立川エキュート「クラフト Station」

当初、9月のギャラリー木馬しか決まっていなかった「ぱた」でしたが、次々と展覧会のオファーがきました。こうしてあちこちから声をかけていただけるようになったのは、やはりこれまでの積み重ねとみんなの作品の魅力？
確かに大変ではありますが、とてもうれしいことです。

↓ギャラリー木馬の個展では、4mの天井高と白い珪藻土、木工の技を駆使したディスプレイ台のぬくもりが「ぱた」の色鮮やかな布をひきたててくれました。



立川エキュートでは、陶芸や木工作家さんたちや、他団体と一緒に「つながる・うまれる」をテーマに参加。新しく草木染の布端を入れこんだ新作も出来ました

富ヶ谷の「ル・シアレ」にもおでかけ展示。山小屋風のカフェで焼きたてのパンを食べながら観る「ぱた」の作品は昔からそこにあるかのうようにその場に馴染んでいました。



私が織ったんですよ



見て見て！



自分の織った布うっとり・・・

↑さわやかな秋風が心地よい青梅で行われた友愛学園主催の芸術祭は「自然とエナジー」というテーマの通り、アーティストたちのエナジーを感じさせるすばらしい芸術祭でした。「ぱた」も大きな空間を生かした大胆な展示をさせていただき貴重な体験ができました。休日にはフェルトのワークショップもやり、たくさんの親子さんが参加してくださり、講師としてなおこさんも大活躍でした→



こうして、怒涛のような2ヶ月がようやく一段落。

他団体や、作家さんたちのパワーとセンスの良さに刺激を受けつつも、「ひとりひとり、ひとつひとつを大切に」をモットーに日々モノづくりに励んでいる「ぱた」のあり方を再認識するいい機会でもありました。会場を提供してくださった皆さま、ご来場くださった皆さまどうもありがとうございました。

そして、いよいよ

恒例「ぬくぬく展」です!!

11月20日(水)～23日(土)
11:00～19:00(最終日～18:00)

今年も「ぱた」の工房を、まるごとお見せします!
作品がうまれていく工房の様子と共にこの秋の新作をお楽しみください。

お待ちしております!



もう一つの予告>クリスマス展

11月28日(木)～12月24日(火)
10:00～19:00

立川 Cafe ペンタメローネにて

「おもちゃ箱」をテーマにしたクリスマス展です。

詳細は、<http://www.tama-towns.jp>

○立川エキュートでの出会いをきっかけに実現することになりました

パン工房からこんにちは

◎ ハンドメイドの魅力

前回 私は通信の原稿を手書きで書きました。なぜ手書きで書いたかと言えば、私はパソコンを使うのが不得手でいつも手書きで書いた原稿を人にパソコンで打ってもらっていたのですが、毎回どうやって人に頼むのは悪いなとバカしかったので手書きで書いてみようと思いました。

通信を読んだ何人もの人から、「手書きの原稿の方がいいね」と言われました。「原稿の内容と字がマッチしている」と言う人もいました。

私の字は達筆ではありません。どちらかと言えば汚い方です。読み易さから言えば、パソコンで打った字の方が読み易いし、パソコンが得意なら、パソコンで打った方が文章の差かえも簡単だし最後はボタン一つで清書したものが印刷されてきます。手書きで書くということはとても能率が悪いです。最近はずっと違うのかもしれませんが、履歴書は手書きじゃないとダメだと言われます。手書きでないとその人のやる気や熱意が伝わらないからです。私の原稿も少なからず私の思いが手書きの字から伝わっていたのかなと思います。

最近、生活館の展示のお手伝いをする機会がありました。私はメンバーと一緒に織り物をしている訳ではありませんが、作品を見れば「ほぼ」誰のものかわかります。それくらい作品に個性があって作品から作り手の人柄が伝わってきます。織り物も機械を使って織れば、能率よく画一的なものが出るかもしれませんが、人には何も伝わらないと思います。私は織り物のことはよくわかりませんが、素人の私から見てもこの作品は織り物としては間違っているように思えるものもあります。でも、そういう作品の方がとても魅力的だったりします。上手に織ることより、いかに心を込めて織れるかが大事なのだと思います。

ゆいまーるのパンも同じことが言えると思います。天然酵母を使ったパン作りは手間がかかって能率が悪いです。

手間や時間のかかることの中にいかに心を込めていけるかが重要です。心を込めて物を作るというのがハンドメイドの魅力だと思います。

ゆいまーる生活館

光永 幹雄



きりん館
 きらり館
 きらきらぼし

きりん館 9周年パーティー



まだ、まだ暑さが残る毎日ですが・・・。
 メンバーさん達は夏の疲れもなく元気に
 ホームで過ごされています。

10月でキリン館は9回目のお誕生日を迎えました。
 ささやかながら・・・焼肉パーティーをしました。
 こちらで過ごされた思い出の話など会話が弾んだ
 食事会となりました。
 来年は10周年になります。
 キリン館らしい時間をメンバーさん達と
 過ごせていければとスタッフ一同思っております。

吉田（泰）



☆きらり館 9月 ちえさんのバースデーパーティ

ジュースで乾杯！ちえさんは自分の部屋でお気に入りの
 CDを聴いて、歌うのが好きです。



ロールケーキ☆
 フルーツもいっぱい。



↑他のメンバーより
 お祝いメッセージを
 いただきました。



床をきれいにしています。



きらきらぼし

普段の夕食はメンバーのみなさんと買い出しに行ったりメニューを
 決めていますが、

8月にきらきらぼしでは初めて外食とカラオケに行きました。
 普段から自由レクなどでカラオケはよく行くみなさんですが、
 ケアホームのメンバーだけで行くのはまた新鮮。
 他のメンバーの歌にもリズムを取ったり、口ずさんだりと
 楽しみました。

食事はおなじみのお茶楽久さんでいただきました。
 初めてという方も多くおいしい食事に大満足でした。



1日目ディズニーランド

2013年バス旅行

2日目スカイツリー
& 浅草寺



2日目は昨日と違って曇りで午後からは小雨も降る肌寒い天気



ガラスの床です。高所恐怖症の方には厳禁です！



最新のタッチディスプレイ！触って楽しいね



隠れミッキー
-見つけられたかな？

一日目は朝から雲一つない晴天とみんな笑顔のディズニーランド、30周年とハロウィンイベントが重なって平日なのに驚くほどの人出にびっくり！少人数の男女のチームごとに分かれて、夢の国でのひと時を楽しみました。宿泊したホテルにもディズニーストアがあり、早朝ゆったりと買い物もできました。

スカイツリーの展望デッキより曇りでしたが視界は良好です

八王子商工会議所が発行しているフリーペーパー**らぶはち** Vo1. 11 の『地元の味を買いに〜パンと惣菜に出会う秋』という特集でゆいまーるが取材されました。



噛みしめたときの 豊かな味わい

できるだけ国産の安全な素材を使い、干しぶどうから起こした天然酵母でじっくりと発酵させたパンは味わい深く日持ちがいいのが特徴。ゆいまーるでは、知的に障がいがあるといわれているスタッフたちもいきいきと働いている。サンドイッチは水曜日のみの販売。天然酵母のパンは隣接するカフェ・カンパーニュでもいただける。

- ① ほどよい酸味であっさり オイルサーディンとトマトのサンドイッチ300円
- ② 隣接するカフェカンパーニュのスープセット500円(パン食べ放題)
- ③ おしゃれなカフェ店内
- ④ 皆でパン作りしている
- ⑤ パンやとカフェの入口は別

天然酵母パン ゆいまーる カフェ・カンパーニュ

Ⓧ 八王子市南新町17-5 田村ビル1F
☎ 042-626-2296 Ⓧ 11:00~17:00
Ⓞ 土・日・月曜・祝日
〔土曜はカフェ・カンパーニュで販売〕
Ⓞ なし Ⓧ <http://www.yuimaru.net/>
CARD ×



ぴりとしたアクセントはお肉系の惣菜とも合う



黒こしょうと
カシューナッツ330円

ちぎって丸パンにせりれ目を入れ具を挟めば“千惣菜パン”に



お花型
フランスパン250円



ライ麦の
カンパーニュ(1/2) 500円



彩り鮮やか
季節の野菜のピザ200円



レモンが爽やか
きのこのピタパン200円





フェルト 八王子生活館

フェルトでできた
だいじなおともだち



フェルト わかばの家



フェルト 八王子生活館



フェルト 山の子の家

ゆうぐれにみつけた
ひみつのたからもの



青梅の「かわいいモノと小さな芸術祭」の
小冊子の記事を、ご厚意で転載させていた
だきました。あと少しだけ残部があります
ので、1部300円でお分けいたします。
お問合せ：八王子生活館 042-624-8417

作品のうまれる背景

工房インタビュー2

ぱた＊八王子生活館

「ぱた」の織布は多彩です。色の取り
合わせも、密度も手触りも、一つと
して同じものはありません。そして何
より、ものをつくる楽しさが伝わって
くる布です。
一体、どうやって制作されているの
でしょう？

「ぱた」の布がうまれているのは八王
子にある八王子生活館。2011年に
施設を移転し、工房の片隅にはプチ
ギャラリーもあり作品の購入もでき
ます。現在19名のメンバーが在籍し、
織物をメインに、プラスαのものづく
りの場として活動が行われています。
織というはもともと地道な仕事で
す。織り機を動かしてパタパタと織
る前に、整経や糸通しといった準備
が必要です。多くの作業所ではこれ
ら前段階の準備はスタッフが担当し、
利用者さんは織るだけ、というところ
がほとんどです。

ここ、八王子生活館でも最初はそう
でした。しかし、工房を開いて10
年が経った頃、出来上がって来る作
品が似通っていて、スタッフの服部さ
んはここでの仕事を辞めようかと思
うほど悩んだそうです。そこで思い
切って、糸の色を選んだり、整経の

作業からメンバーが行うように
しました。そして、織り機も一
人に一台行き渡るようにしまし
た。作業所によっては、その日
の作業が終わったら、次の日には
その織り機で別の人が続きを
織ることもあるのですが、そう
ではなく、最初から最後まで一
人の人が織るようにしたのです。
そのようにしてみたら、出来上
がって来る布が変わってきました。
自分の色を選ぶ楽しみが加
わって、日々楽しんで織るよう
になり、その経験は全部その人
の自信につながっていったので
す。スタッフもまわりのもみな
も、もちろん服部さんも楽しく
なっていました。人に言われ
てやるのでは楽しくないのです。
こちらでは、織り方の強制はし
ません。できあがった布の面白
さを活かす、いかにして商品に
していくか、そこがスタッフの
腕の見せ所。織った作者も商品
となって形になることが励みに
なります。反物の状態で積み上
がっていくのを見たらモチベー
ションも下がってしまいます。
製品にはネームタグが付けられ

ていて、自分の名前をさがして
見つけるのが嬉しいのです。売
り出す時もその人の作品だと伝
えられます。
年に何回か行っている作品展も
各々の経験として積みかさねら
れ、例えば、夏の終わりならウ
ールの糸を選ぶ、というように自
分で季節を考えて制作につなげ
ています。
スタッフの皆さんもテキスタイル
を学んだり、ご自身の作品を
制作している方々なのですが、
メンバーの作品はいつも意外性
があつて「こうきたか！」と唸ら
される作品ばかり。最近では、
自分で制作することが減っても
メンバーの活気溢れる作品に触
れているのがいい、という声も
聞かれました。そのくらい、ス
タッフがメンバーの作品のファン
なので、出来上がった作品を
スタッフが買ってしまふ、とい
うことも実はあるそうです。作
業場で誰かが作品を完成させ
た時には歓声が上がります。同
じ人でも一つとして同じものは
出来てきません。布は一枚のも
のがたりの様で、端から端まで

違っている、そのときその時で
変わっていくのです。
製品にするうえでは、いい縫製
工場さんとの出会いもありまし
た。少ない数の製品を縫製して
くれるところがなかなか無いな
かで、こちらの工場では布の魅
力をわかってくれて、おもしろ
がっているいろいろと考えてバッグ
など製作していただきます。工
場のほうではストックしてある
捨てたくない良い生地のハグレ
をバッグの裏地に使ってくれた
りするので製品のグレードが上
がりました。これは少ない数の
製品だからこそ、の恩恵です。
また、商売の事、値段のつけ
方など先のことを考えたアドバ
イスもしてくれました。以前は
自分たちで縫製までしてしまし
たが夜なべしても数が出来上が
らず、間に合わないジレンマも
あったのですが、良い出会いが
あって本当によかった、とスタッ
フの方も声を揃えます。
こうして「ぱた」の製品は最後
の仕上げまでウキウキワクワク
感をこめて制作されているので
す。

告知

cafeカンパーニュよりお知らせ

11月のギャラリー おいしいフェアトレード展

11/5(火)～11/30(土)

11:00～17:00

*11/6(水)は16:00閉店

直訳すると「公正な取引」

ちょっとカタイ言葉ですが、

お買い物で出来る身近な国際協力でもあります

みなさんにもっと知っていただくために

写真の展示などいたします

チョコレート・カレー・紅茶

小物雑貨も販売いたします

フェアトレードにはおいしいものたくさん♪

どうぞお楽しみに



天然酵母パンがいまる生活館 カフェカンパーニュ

〒192-0075 八王子南新町17-5田村ビル1階

tel:042-626-2296 www.yuimaru.net

定休日:日・月・祝日

営業時間11:00～17:00 (カフェラストオーダー16:30)

12月のギャラリー

小松由佳写真展 12/3(火)～12/21(土)

日本人女性として初めて K2 登頂に成功。2006 年度の植村直己冒険賞を受賞。近年は主に中東に赴き写真活動に従事し、各地で写真展を開催。CESの運営するケアホームきりん館の非常勤スタッフ。

1月のギャラリー

木村悦子絵画展 1/14(火)～2/1(土)

八王子生活館の前身、八王子生活文化学校で美術を担当。NPO 法人CESの副理事長。



☆ 知ること世界は変わる ☆

柴田保久先生&たけちゃん 講演会

～おれな言葉ももっていた～

映画「僕のうしろに道はできる」上映会

～奇跡が奇跡でなくなる日に向けて～



絵:ほんましろのハルくん

2013年11月23日(土)

ソレイユさがみセミナー-67 (伊弉橋本6F)

神奈川県相模原市緑区橋本6-2-1 JR 京玉線橋本駅北口すぐ

<第1部> 開場 11:00
映画「僕のうしろに道はできる」上映会
11:20～13:15

<第2部>
柴田保久先生&たけちゃん 講演会
13:25～15:30

<参加費>
大人 2000円 (当日2500円)
障害者・付添い 1000円 (当日1500円)
中学生
小学生以下無料 <定員150名>

主催 きらきら☆たねまきの会 ☆☆☆

後援 神奈川県社会福祉協議会・相模原市社会福祉協議会

映画 僕のうしろに道はできる

脳幹出血で突然倒れた宮ぶーこと宮田俊也さん。意識も戻らず、一生四肢まひと思われましたが、現在は意思伝達装置のレッツチャットを使っておしゃべりしたり、車椅子に乗って外出したり。奇跡の復活と思われました。

でも奇跡ではなかった。そこには、あきらめないで「リハビリ」し続けた宮ぶーがいた。一緒に歩く仲間たちがいた。

生きるってどういうこと？幸せってなんだろう？いのちと向き合うって？

目に見えないけれど、大切なことがいっぱい詰まったドキュメンタリーです。

お問い合わせ Tel 090-5572-0399(三川)

Mail:love-always.0511@softbank.ne.jp(飯島)

http://ameblo.jp/kirakiratanemaki/entry-11612122996.html

*** ゆいまーる秋のフェア ***

11/20 (水) ~ 11/23 (祝)

* 23日も営業・パンも焼きます

★期間中お買い物いただくと、次回よりご利用いただける20%割引券をもれなくプレゼント

★カフェでお食事されたかたに
プチデザートサービス

★秋の新作パン販売

同時開催!
八王子生活館
ぬくぬく展

クリスマスシュトーレン

11/1(金)よりご予約開始いたします

限定150本! プレゼントに、おうちでのパーティにいかがですか?アーモンドクリームを使った生地に、ラム酒漬けのいちじく・レーズン・くるみ、そして自家製甘夏ピールをふんだんに混ぜて焼きました。

1本 1890円 (ギフト用は2100円)

早期割引 11/23(土)までにご注文いただくと 5%オフ

詳しくは、別紙チラシをごらんください。



フリーペーパー「らぶはち」に掲載されました

「八王子のまちの人たちが、ますます元気になる媒体」を目指している、八王子商工会議所が発行している季刊誌「らぶはち」。この八王子のオススメ情報満載の冊子にゆいまーるが掲載されました。「地元の味を買いに行こう! パンと惣菜に出会う秋」というテーマで、市内の店舗とともに載せていただきました。どれもこれもおいしそうです♪おでん種のカスタマがパンに合う惣菜として載っていたので今度自分でも試してみたいと思います。他にも、あのジブリ映画で一躍有名になった、今話題のシベリア(カステラの間にあんこをはさんであるもの)を販売しているお店もありました。ゆいまーるはパンやランチの他、メンバーも小さくですが、ニコリ笑顔で、載っていますよー。この楽しい冊子、ゆいまーるでもご用意してありますが街のあちこちで手に入るようです。無料です。



ニース風サンドイッチ @ 300円

さて、「らぶはち」にも載せていただいた、サンドイッチ。毎週水曜日限定販売です。たっぷりのきのこソテーにレモンがアクセントの **きのこのピタ**

パン@200円、ツナ、たまご、ポテト、オリーブ、アンチョビなどをマヨネーズであえた **ニース風サンドイッチ@300円**、**オイルサーディンとトマトのサンド@300円**、バゲットのサンドイッチ、**生ハムのカスクルート@300円**、有精卵のパワーたっぷり、**卵サンド@200円**など。食欲の秋、どうぞ、いろいろ食べ比べてみてくださいね♪

11月6日(水)・12月4日(水)
パン・カフェともに
16時にて
閉店させていただきます



◆立川高島屋販売予定日◆

11月13日(水) 12月18日(水)

地下1階食料品売り場、エスカレーター付近で販売いたします。12時~13時ごろまで。売切れ次第終了です。

カフェカンパーニュ

ギャラリー展のご案内 ...月替わりで開催しています...

「~おいしいフェアトレード展~」

11月5日(火) ~ 11月30日(土)

今回はゆいまーる主催の展示&販売です。フェアトレードってなんだろう?直訳すると「公正な取引」。お買い物のできる身近な国際協力のひとつでもあります。みなさんにもっと知っていただくための写真展示と毎年好評のチョコレート(新商品アリ!)やカレー、紅茶、コーヒー、小物雑貨などを販売いたします。期間限定、レモンガラスと緑茶のハーブティ@350円もごございます。フェアと合わせてぜひご来店くださいませ。



天然酵母パン ゆいまーる・ベーカリーカフェ カンパーニュ

営業時間: 11時~17時 定休日: 日・月・祝日

(土曜日はカフェで金曜焼成のパンを販売いたします)

八王子市南新町 17-5
田村ビル 1階
電話 042-626-2296
<http://www.yuimaru.net>

ゆいまるのシュトーレン

シュトーレンは、ドイツの伝統的なお菓子でクリスマスにはかかせません。

クリスマスを待つ間、毎日すこしずつスライスして食べるそうです

独特な形は、乳飲み子イエスを毛布でくるんだ姿を現しているとも言われています



アーモンドクリームを使った生地に、ラム酒漬けのいちじく・レーズン・くるみ、そして自家製甘夏ピールをふんだんに混ぜて焼きました

限定150本!



賞味期限は約1か月です
冷暗所で保管してください

***11月23日(土)までにご予約いただくと5%引!**

1本 1890円 (税込) ★簡易包装となります ギフト

お渡し日は、12月10日(火)~21日(土)の営業日となります

お問い合わせは ゆいまる生活館

〒192-0075 八王子市南新町 17-5

TEL 042-626-2296

Email shop@yuimaru.net

FAX 042-626-2307

予約申し込み書(お客様控え) ファックス・Eメールは24時間受付中

お渡し希望日	本数	お渡し希望日	本数
① 月 日 ()		② 月 日 ()	

お渡し希望日	本数	お名前	
① 月 日 ()		ご住所	
② 月 日 ()		電話	

代金未・済 受付: / 名前

	商品名	価格	数	金額	
ライ麦酵母	セーグルノア 1/2	300			ノアはくるみのこと ライ麦酵母で作るライ麦配合のパン ホール600円
	セーグルひまわり 1/2	300			ひまわりの種が香ばしい！中にも表面にも。お試しサイズ ホール600円
	ベルリン風田舎パン	400			ライ麦酵母で作る、ライ麦70%配合のパン 酸味がおいしい！
ハード系のパン	バタール	160			ゆいまーる基本の生地 粉 水 塩のシンプルなパン フランスパン型
	ハード食パン	380			ハーフは190円 基本の生地を型に入れて焼きました
	くるみ	290			ハーフは150円
	カシス 大	290			ハーフは150円 カシス くるみ入り
	レーズン	210			ハーフは110円
	ごま	210			ハーフは110円 国産ごま
	チーズ 小	160			生地の中にチーズをいれています 表面のチーズが香ばしいです
	ライフルーツ 小	110			自家製甘夏ピール+レーズン+くるみ スティックタイプ
	ライフルーツ 大	290			自家製甘夏ピール+レーズン+くるみ 入りのライ麦パン
ライナッツ	150			ヘーゼルナッツ、カシューナッツ、クルミ、アーモンドのはいったスティックタイプ	
全粒粉とライ麦	カンパーニュ ホール	1000			パーティや集まりにいかがですか？200円オトクです
	クリームチーズとドライフルー	200			手のひらサイズのかんぱーニュ。A.プルーン・B.あんずC.いちじくの3種類からお選びく
	いちじくのかんぱーニュ	250			いちじくとヘーゼルナッツのたっぷり入ったカンパーニュ。
フランスパン生地	フランスパン	250			バタールに比べると軽い仕上がります オリーブオイルと塩で食べてみてください
	お花型フランスパン	250			フランスパンをお花型にしました。花びらをちぎってパクッ。
	黒こしょうとカシューナッツ	330			その名の通り、ちょっぴりスパイスで香ばしいパンです
	黒こしょうとチョコアーモンド	250			こしょうとチョコの絶妙な味をお楽しみください やみつきになるかも？
	フルーツブール	230			いちじく・チェリー・クランベリー・プルーン・くるみ入りのブール型(丸型)パン
	パンオリーブ	200			2種類の塩漬けオリーブのはいった丸型フランスパン。
セリアル	280			ごま アマランサス ひまわり 押し麦 4種のシード入り	
ソフト系	黒米食パン 角型	400			黒米粉を混ぜた四角い食パン。もっちりやわらか。
	レーズン&甘夏ピール(パウンド型)	180			自家製甘夏ピール入り ハーフサイズ ホールは350円
	豆乳バンズ・チョコチップ	130			豆乳入りのやわらかめ生地にそれぞれ具材をまぜています。日によって焼成する種類が変わります
	豆乳バンズ・クランベリー	130			
	豆乳バンズ・アプリコット	130			
豆乳バンズ・レーズン	100				
全粒粉配	全粒50(ぜんりゅうごじゅう)	280			全粒粉50%配合 酸味も少ないやや茶褐色のお食事パン
	全粒50 くるみ	220			” くるみ入り
	全粒100(ぜんりゅうひゃく)	300			全粒粉100% お惣菜のをせたりはさんだり。トーストしてはちみつバターで。
菓子パン	クロワッサン	120			天然酵母で作る自慢のクロワッサンです
	黒米あんぱん	180			豆乳黒米食パンの生地に自家製小豆あん
	豆カレーパン	180			ムング豆・ひよこ豆・黄スプリットピーで作ったスパイスなカレー。火・木限定
焼き菓子	にんじんクッキー	370			低農薬人参のすりおろし使用
	紅茶クッキー	370			茶葉をすりつぶして混ぜています
	アーモンドクッキー	400			ローストアーモンドのカットがはいったクッキーです
	チョコチップクッキー	400			フランス産チョコチップ入り
	パウンドケーキ くるみ&レーズン	1260			ラム酒漬けレーズンとくるみの入った、ずっしり食べごたえあるケーキ。
		合計			

*このほかに季節のフルーツやオーガニックチョコレートを使用したデニッシュ各230円もあります お問い合わせください

*気候によっては、菓子パン、デニッシュ類は発送できかねるものもございます

お名前	ご連絡先(あればFAX番号も)
ご住所 〒	
備考:お届け希望日時時間帯など(ヤマト便)・お引き取り希望日・その他	

このままFAX送信できます 折り返しこちらからご連絡させていただきます FAX042-626-2307(24時間受付)
送料:関東近県560円~

あれもこれも 9月1日～10月30日

先日、メンバーのMさんと、帰りがけにお肉屋さんへ寄って晩御飯の相談にのってもらっていたら「水炊きがいいと思うわ お野菜もたくさん摂れて身体にいいのよ」とおすすめてくれました。「サンマも美味しい季節なのよ」とも。ちなみに、Mさんのおうちの前日の晩御飯はサンマだったそうです。サンマもいいな・・・と思いましたが、そこはお肉屋さん。鶏のモモ肉を買って帰りました。

お鍋の季節になりました、秋めいてまいりましたね。

怒涛の展示会シーズン

生活館のページでもふれていますが、7月の銀座のギャラリー悠玄「夏ばた展」が終わって、ホッとしたのもつかの間、9月に入り、片倉高校文化祭への参加、八王子・ギャラリー木馬の「ばた展」開催、青梅で行われた友愛学園の「小さな芸術祭」への参加、エキュート立川でのグループ展「クラフトステーション」への参加、代々木八幡・Café ルシアレの「ルシアレでおしゃれにオデカケばた展」開催まで展示会が続きました。その間、ザンシーちゃんと、さんどカードは、大阪梅田LOFTで行われた「フリポップエキスポ」まで旅に出ました。

こんな感じで9月、10月は怒涛の展示会シーズン到来でしたが、実のところ、こんなに重なって展示会を入れる予定ではなかったのです。

年度始めは、夏の銀座・悠玄展と秋の工房展が決まっているだけでしたので、その間に一つ展示会を入れようということで、ギャラリー木馬さんからの誘いに応じて開催を決めました。

ちょうどその頃、青梅の友愛学園さんから「小さな芸術祭」の企画書を送っていただきました。当初は販売ブースに商品を委託して数点の作品お預けするだけの予定だったのですが、芸術祭企画担当者の方にお会いしてお話をするうちに、スタッフ約2名が「面白そう！」と乗り気になり、なぜかギャラリーのワンフロアを「ばた」生活館一色で展示させていただくことになりました。Café ルシアレでの展示は、あるスタッフが「ばた」のポストマンバックをもってお店に行ったことがきっかけで、お声掛けをいただき、工房展の前に少し小さな展示会なら、ということで開催が決まりました。

「小さな芸術祭」会場のギャラリーKIOKUは窓と天井が高く、真っ白い部屋。その中に、みんなの色とりどりの布が天井から舞い降り、壁を走り、あふれ、樹木になる姿は、今まで見たことのない作品の姿でした。「ばた」で織られる布たちは、織手のその時の気持ちが織つづられる、一枚の絵巻物語なので、最初から最後まで、端から端までを広げて観られることは、大変な御馳走なのです。

ギャラリー木馬は天井高が4mあるので、入口から入っての正面の壁に天井から床に向かって、布を3反吊した展示も圧巻でした。一方で、立川エキュート(JR駅ビル)の売り場に商品として陳列された「ばた」の作品たちは、色鮮やかで、都会的な顔をもせてくれました。

最後はCafé ルシアレ。「ルシアレ」とはフランス語で山小屋という意味だそうで、代々木八幡という東京の中心部にあるこのお店は、その名の通り都会の雑踏にある山小屋の様で、ちょっとひと息つくのにぴったり。「ばた」の作品は、以前からそこにそのようにあるかのような雰囲気なたたえていました。

「そんなに展示会をやって、大丈夫？」と聞かれることもあり、御心配をいただきましたが、メンバーさんたちの笑顔や、張り切りを感じると嬉しくなり、出会いも沢山生まれました。怒涛を経験したことで見えてきたこともあります。これからも、やり方や場所やかたちを変えながらも、「ばた」生活館の仕事を手伝って紹介してゆきたいと望んでいます。

八王子生活館スタッフ・川中道子