

ふれあい通信



21号



平成27年度 第7回通常総会 が行われました

- ・平成27年5月21日（木）古河福祉の森会館にて
- ・出席者30名（うち委任状10名）
- ・来賓 五霞町 （一社）茨城県精神保健福祉会連合会
古河保健所

会員の皆様ご協力ありがとうございました。

また、今年の総会では、ご出席の皆様にはっとc a f e特製のお弁当をご用意させていただきました。



県連総会に出席して

5月19日（火）に平成27年度「一般社団法人 茨城県精神保健福祉会連合会」の定時社員総会に出席致しました。議事内容は平成26年度の事業報告及び決算報告、また平成27年度の事業計画及び予算計画についてでした。正会員27会員の全員が出席し、すべて承認されましたので報告致します。特に、今年度は県連としても精神障がい者に対して「JRなどの交通運賃割引国会請願運動」に力点を置く旨の古池会長の話もありました。後日皆様方へも「国会請願の署名」用紙も配布致しますので、ご協力のほど宜しくお願い致します。



6月23日（火）に男性3人で掘ったジャガイモは、1袋100円でほっとC a f eで販売され、残ったものは給食会（月に2回）やメンバーのおやつに利用されます。

今年も虹色ファームにたくさんのイチゴができました。朝、男性メンバーが摘んだザルに山もりのイチゴは冷凍保存しておき、料理教室でイチゴスムージーとなってメンバーさんのお口へ入り、ジャムになったものはほっとC a f eでフローズンヨーグルトとして販売予定です。

ファームで作られている作物の多くはほっとc a f eで使われています。どのようなメニューになるのかこれからも楽しみです。みなさんもぜひご来店ください。

障害者の暮らしについて

家での食事についてのアンケート 通所生にアンケートをとり、食事について調べました。

・食事はどのように作ることが多いですか？（家族/自分が作る両方含む）

- 家族が作っているの自分でどうやって作られているか分からない。 — 7名
- 野菜や肉など食材から買ってきて調理する — 5名
- 冷凍食品や惣菜などを買ってきて調理する — 5名
- スーパーやコンビニ等でお弁当などを買ってくる — 4名
- 外食 — 1名

・作る/買う 食事はどのように選んでいますか？（複数回答）

- 栄養バランスを考えて選んでいる — 11名
- なるべく同じ食事が続かないように選ぶ — 10名
- 塩分や糖分、カロリーなどに気を遣って選んでいる — 8名
- 旬の食材などを取り入れるようにしている — 6名
- 食材の旬は特に考えずに選んでいる — 3名
- 塩分や糖分、カロリーなどは気にせず選んでいる — 3名
- 栄養バランスは特に考えずに選んでいる — 2名
- いつも同じものを選ぶ — 2名



・家族と同居している方に質問です。食事をするときはどういう状況が多いですか？

- 家族全員そろって食べる事が多い — 8名
- 1人で食べる事が多い — 6名
- その他 … 家族全員家で食べない — 1名

—交通運賃割引

国会請願署名のお願い—

交通運賃割引に関する請願署名運動が全国で始まりました。会員のみならずにもご協力をお願い致します。

署名していただいた用紙は8月10日までに事務局にお届けください。よろしくお願いします。

平成27年度先進地視察研修

平成27年8月24日（月）

らぼーる朋

（ひたちなか市馬渡 1141-6）

詳細は後日

お知らせします。



理事会報告

日時	主な内容	
5月12日（火）	①ふれあいの運営に関して ③今期来期事業計画の確認	②総会の役割分担と準備 ④新理事の紹介
6月 8日（月）	①ふれあいの運営に関して ③ほっと Cafe の収支状況	②法人の経理状況 ④地域活動支援センターの状況

最近のイベント

■カラオケ■

5月16日

■ホールでスポーツ■

6月29日、7月13日

■図工の時間■

6月22日、7月27日

■手話歌教室■

6月15日、7月6日

■給食会■

6月25日、7月2日、30日

中庭のゴーヤはもうひといき…



NPO 総会で手話を披露！！

5月21日（木）のNPO 総会で手話歌を披露しました。今回は選抜メンバー8名と支援員2名で「涙そうそう」を見ていただきました。少し緊張気味でしたが上手にできました。



今回は端午の節句ということで鯉のぼりのちぎり絵を制作しました。

すぐ作り終えてしまう人やじっくり時間をかけ時間が足りない人など様々ですが、色とりどりのうるこの綺麗な鯉のぼりがたくさん出来上がりました。

カラオケ♪

5月28日(木)、カラオケに行ってきました。くもり空で気温も暑すぎず、徒歩でカラオケ店まで歩き、とてもよい運動になりました。



料理教室

× ニ ュ ー

・冷やしたぬきうどん

6月4日(木)

・中華サラダ・いちごのスムージー

今回の料理教室は冷やしたぬきうどん、中華風サラダ、いちごのスムージーを作りました。

暖かくなってきたので、冷たいうどんとファームで採れたイチゴを凍らせたスムージーの冷たさが丁度良く、美味しく頂きました。



地域活動支援センターふれあい これからの予定

ホール
7月13日(月)

運動不足解消のために、卓球やバドミントンなど積極的に参加しよう！

★★★★★.....★★★

カラオケ
7月16日(木)

恒例の人気イベントです！
みんなそれぞれ楽しく歌いましょう♪



図工の時間
7月27日(月)

今回は暑中見舞いを描きます。創作活動は集中する訓練にもなりますのでじっくり考えながら制作しましょう♪

夏休み
8月13日(木)~16日(日)

暑い日が続きますが体調管理に気を付けて過ごしてください。

ほっとCafeではイベントやおみやげなどにお菓子の注文をお受けしています。時にはボランティアさんの手をお借りしながらたくさんの注文にも対応しています。



大人気の夏メニュー
サラダうどんとホイコーロー風野菜炒め

大好評♪

注文販売・店頭販売しているお菓子やお弁当



発行日 2015年6月 特定非営利活動法人ふれあい
☎306-0044 茨城県古河市新久田271-1 福祉の森会館内
☎/fax0280-48-5878 e-mail info@fureai-net.org http://fureai-net.org