



福祉の森会館は休館中の間はほっと cafeは
テイクアウトのみの販売になります♪
虹色ファームのあずまやをお食事場所として提
供しています。



ほっと Cafeの 日替わり弁当 390円

5月11日より!

月、水、金の週3日、お弁当の販売を致します。
ご注文は当日10時までにお電話でお願いします。

お弁当&ドリンクお届けメニュー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10	11	12	13	14	15	16	17
高野豆腐の 肉豆腐弁当	タコライス弁当	きのこのあんかけ ハンバーグ弁当	20	21	22	23	24
18	19	20	21	22	23	24	25
チキンのトマト 煮込み弁当	ちらし煮物弁当	しょうゆ焼き弁当	27	28	29	30	31
25	26	27	28	29	30	31	
カレーライス 弁当	豆腐ハンバーグ 弁当	カレーライス 弁当					

日替わり弁当 390円

NEW! 新型コロナウイルス対策に!!
お作り直しから検閲済み

～ご理解とご協力をお願いします～
ほっと cafeは福祉の森会館の施設内での販売となります
感染症予防のため、お弁当の検閲は厳格に行います
また、お弁当の検閲は厳格に行います
ご要望があればお弁当の検閲も承ります
個人には検閲を依頼して頂く事は出来ません

☎ : 48-6719



キッチンペーパーで
マスクをつくってみた

メンバーさんが
つくってくれたレモンケーキ

オリジナルサンドイッチを作ってみた♪

いろいろな手芸に挑戦!

ハーバリウム、バックチャーム、ブレスレット

発行日 2020年5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 古河福祉の森会館内
☎/fax0280-48-5878 e-mail info@fureai-net.org <http://fureai-net.org>



ふれあい 通信 春号

vol.52

ホームページではふれあいでの様子をご覧になれます♪
<http://fureai-net.org> 又は特定非営利活動法人ふれあい検索

令和2年度 第12回通常総会

令和2年5月14日(木)古河福祉の森会館にて開催されました。今年は新型コロナウイルス感染防止の観点から、会員の皆様には書面表決により議決いたしました。議長に武田建治理事が選任され、案件はすべて承認されました。

新理事長のご挨拶

新理事長 武田 建治

5月14日第12回通常総会終了後に開催されました理事会におきまして、前三浦理事長に代わりまして、私武田建治が新理事長に選任されました。重大で責任のある大任を受けまして、身の引き締まる思いです。

今年度は当初より、新型コロナウイルス感染が懸念される中、支援員さん方が十分な対策をされて「ふれあい」が休業することなく開所を続けることが出来ております。また、先行きの不安な中、関係者方々の一致協力のもとに、何とか乗り越えねばなりません。

設立して12年続いている「ふれあい」を一層発展させるためには、内部だけではなく市や保健所等の行政機関、県連等の関係組織との連絡・連携を取り、スムーズな関係作りが私の重要な役目です。

色々と大変な時期であります。副理事長および理事さん方の協力を得て、通所生ファーストを念頭に、より良く充実した「ふれあい」になるよう全力で努力いたします。

前理事長のご挨拶

前理事長 三浦 美重子

平成20年にNPO法人ふれあいを設立以来、理事長として務めさせていただきましたが、この度武田建治新理事長に引き継ぎをお願い致しました。

山あり谷ありの12年間でしたが、沢山の方々の支援をいただき無事務め終えることができ心から嬉しく思っています。又、優秀なスタッフや役員に恵まれ私の人生の中では最も幸せな充実した毎日でした。障害のある人と共に生きるのには時に辛く悩みの多いものですが、一人一人は心優しく思いやりがあり個性を生かしながら毎日の生活を送っている素晴らしい人たちです。今年度は新型コロナウイルス感染により私たちの活動もいまいちですが、武田新理事長を中心に障害者の幸せについて元気に取り組み進んでいかれるよう期待しています。今後は副理事長としてやってゆくこととなります。

新任理事の紹介

理事 小川 久雄

去る5月14日に開催されました第12回総会に於きまして、理事に就任いたしました小川でございます。小生は、3年半ほど前から支援員として地活にお世話になっておりますが、この度、三浦前理事長のご推薦を受け理事の大役をお受けすることにしました。日頃通所生と過ごしておりますが、その経験を活かし、理事として新しい視点から当NPOを支援できたらと思っております。微力ではありますが精一杯努めてまいりますので、ご支援ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

各委員会の今年度の目標についてききました

財務： 今年度は、新型コロナウイルス感染防止対策で始まり、例年以上に「ふれあい」を運営することが困難となっています。重要な財政面を確実にするために、毎月の会計上の動きを見て、理事会等に報告し対応を測ります。しかし、しばらくは節約にご協力いただくこととなりますが、よろしくお願いいたします。

広報： 1.パンフレットの有効活用
 ・配布先の検討及び管理の工夫
 2.ホームページの有効活用（閲覧数を増やして問い合わせ、見学者を増やす）
 ・行事、施設の内容を早く更新する ・魅力的な記事内容を工夫する
 3.ふれあい通信の活用
 ・従来の配布先はもとよりもっと広範囲に配布先を増やす。



衛生管理： ふれあいのキッチンの衛生状況をチェックするのが衛生管理の仕事です。スタッフは限られた時間内で忙しく働いているので、賞味期限などを厳しくチェックさせてもらっています。1か月に1度くらいの頻度でお邪魔しますので、よろしくお願いいたします。

ファーム： 今年度は、様々なイベントも中止となり外出する機会も減り、ファームボランティアが体調管理に大いに役立っています。4月より毎週水曜日になり、給食会で野菜を使用いただいています。3月にはじゃがいも、5月には里芋、サツマイモを植えます。10月のファームのつどい、11月のフリーマーケット出店が出来る事を楽しみにしております。



手芸部： 今は、新型コロナウイルスのため活動は縮小しています。自宅で各自、できる範囲でマスク作りをしています。終息の後には、今まで通り販売会をする予定です。興味のある方は、是非のぞいてみて下さい。



アルミ缶回収

にご協力いただき

ありがとうございます。今後とも通所生の給食会に役立っていきます。

アルミ缶回収の時は缶を洗って、つぶしてから持ってきてください。

よろしくお願いいたします。



ほっとcafeでマスク販売中

手芸部で作ったマスクは大人用・子ども用と色々取り揃えています。

ぜひお買い求めください。

問い合わせは

48-6719 (ほっとcafe)



理事会報告

日時	主な内容	
3月18日(水)	ふれあいの運営状況	役割分担報告 今後の事業実施について
4月15日(水)	ふれあいの運営状況	役割分担報告 総会について
5月21日(木)	ふれあいの運営状況	役割分担報告 今年度の事業方針について



春の集い

3.23

虹色ファーム



快晴の春の日に虹色ファームで今年から始まった「春の集い」を行いました。

上半期のふれあい賞の発表を行い、受賞者には金一封を、1位～3位にはお菓子で出来たメダルも贈られました。

天候も良く、満開の桜を見ながら焼きそばや炊き込みご飯をいただいた後はカラオケセットで「青空のど自慢大会」を行いました。

カラオケ採点で見事100点を出し優勝したNさんには、ほっとCafeのランチ券が贈られました♪ (支援員H)

免疫力を高めて、新型コロナウイルスに負けないからだづくりを！

3月より新型コロナウイルス感染拡大防止策としてふれあいでは様々な取り組みを行ってきました。4月1日より古河福祉の森会館が休館となり、ほっとcafeの営業も一旦おやすみとなりました。

□いま私たちができることは？。。。

「自分や周りの人達に体の外からのウイルス侵入を防ぐこと(密閉・密集・密接を避ける、マスク着用、手洗い・消毒、うがい、咳エチケット)」そして……もし体の中にウイルスが侵入してしまったとしても、それに負けない身体づくりを日頃から心がけることです。身体の健康は心にも影響します。

□栄養バランスのいい食事と適度な運動、質の良い睡眠以上に気をつけることは、生活習慣病を予防するとともに体力を増進しウイルスへの抵抗力が高まります。そのためふれあいでは「食事と運動」のお手伝いを始めました。

□ウイルス対策を維持しながら、

なるべく普段の生活を続けていこう

メンバーの「怖い・心配・TVを観ていると気が滅入る。ジムに行けなくて運動不足」の声に、電話相談や家庭訪問はもとより、通所したメンバーに、ウイルスに負けない身体を作るため「食事と運動」を習慣化したいと思っています。また内職や運動・手芸や料理で生活にメリハリをつけましょう。(支援員Y)

- 週3回バランスのよい栄養価の高い食事(月・水・金)
- 散歩やラジオ体操の軽い運動
- 炭坑節やゲーム形式の卓球や卓球バレーなど 楽しめて運動になるダンスやスポーツ

新型コロナウイルス対策における福祉の森会館休館に伴う地域活動支援センターふれあいの重要なお知らせ

■4月1日より30日まで福祉の森会館は休館 ■ほっとcafeも営業休止 ■貸室も利用不可なためホールなどは中止

4月よりふれあいでは入室制限があります。ボランティアの方々も感染防止のためお断りしています。

ふれあいへ入室の際はドアに貼ってある注意書きをお読みになり、消毒・マスクをしてお入りください。

ふれあいへの出入りは裏口のみです。正副玄関は使用できません。福祉の森会館は土日は完全休館です。

ふれあいへの入室についての注意

- 裏口に置いてある消毒剤を手を消毒してから、ヒジでドアを開けて(ドアノブに触れないように)入室ください。
- ふれあい内では他人との距離を約1m取ってお座り下さい。
- 会期中・お茶の時間はお邪魔を差し、おしゃべりしないで下さい。
- 福祉の森会館内での休憩は禁止です。退席したら速やかにお家へ帰って下さい!
- 37.5℃以上の熱、咳がある場合はお休みしてください!
- 帰宅後や休日も外出はなるべく控えてください。
- ほっとcafeも4月中営業はありません

お風呂について
ほっとcafe 休止におけるメンバーにランドリサービスの提供ができないこと。また栄養バランスを考えたウイルスや病気に負けない身体をつくる目的とし4月6日から休館になります。

対象：ふれあいメンバー、スタッフ、講師
料金は300円

こまめな手洗い 空気の入れかえ 規則正しい生活を!

よくねる

バランスよく食べる

体を動かす

加湿する

イラスト・川島聖河

やっています