

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

### 第13回 通常総会 開催

5月21日(金) 福祉の森会館にて

令和3年度ふれあいの1年の重要な運営方針を決定する総会が開催されました。当日は実際の出席者18名と委任状をいただいた21名計39名で、開催が成立いたしました。総会の内容は、令和2年度の事業報告と活動計算報告(会計の決算)が各担当より報告され承認されました。続いて令和3年度事業計画および活動予算が提案され、可決され、無事終了いたしました。

昨年からのコロナ禍で、引き続き活動が制限されていますが、工夫してふれあいの運営を行います。

理事長 武田建治



**財 務** ここ数年ふれあいの財務的運営状況は、厳しいものがあります。そのため、緊縮でのやりくりが続いておりスタッフや役員に不自由をおかけいたしております。委員会では毎月の収支決算のチェックや予算との相違を把握し、理事会にて報告し財政状況を共有することを、主体といたします。また、今後のふれあい運営に関わる備品や設備、保全等の整備についても、前向きに検討いたします。そのために、皆様のふれあいの整備につきまして、要望やご意見をお願いいたします。(T)

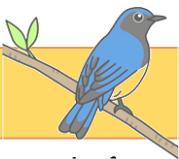
**広 報** 前年度に引き続きコロナウイルスの蔓延が収まる気配を見せておらず、市内の各施設も閉館を余儀なくされており、パンフレットを設置していただくような状況ではなくなりましたが、現状を見極めながら、下記の項目に沿って粛々と活動していきたいと思っております。

1. パンフレットの配布先の検討及び管理の工夫
2. HPの有効活用、行事・施設の内容を早く更新し魅力的な記事内容を工夫する。
3. ふれあい通信の活用、年4回発行し施設の活動内容を盛り込み発信する。(O)

**衛生管理** 常に安全で衛生的な食べ物を提供できるよう、スタッフの健康管理はもちろん、衛生管理委員と現場とが連携して食品衛生の基本でもある「5S」を守り継続し習慣づける事に努めたいと思っております。また衛生管理委員を4人態勢にし、四半期に一度4名全員で意見交換の実施で、より「職員衛生管理」の充実を図ってまいります。(T)

**ファーム** 私がふれあいと関わり3年・・・ファームに行く時間はとても楽しい時です。心身ともにリフレッシュでき、できる限り続けて行きたい。成長していく野菜たちを見守り、一緒にボランティアに参加してくれる仲間たちが私自身を癒してくれます。ふれあいを運営していくにあたり、ファームとcafeの連携が大事だと思う。出来上がった作物をできるだけcafeで使ってもらいたい。メニューもファームでできた野菜を提供してほしい。そんな事ができたら作る方としても嬉しいです。(I)

**手芸部** 今年度は、8月に通所生のマスク作りをお手伝いする予定です。幸い(?)手芸部員のほぼ全員が65歳以上なので、それまでにはワクチン接種も終わっている事になります。素敵なマスクに仕上がるよう、部員全員で着々と下準備を進めています。できれば、年度内にもう一度通所生に針を持ってもらう機会を作りたいと思っております。(H)



## 虹色ファームで春のつどい

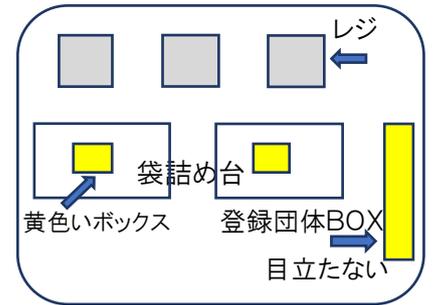


今回初めて行われたイベントです。ふれあいと家族会（すずらん会）合同で、畑作業や木々の手入れなどをしながら親睦をはかりたいと計画されました。会員のみならず、次回開催の際はぜひご参加ください。和気あいあいと楽しく過ごしましょう。ほっと cafe のお弁当もお楽しみに！

連休明けの5月7日（金）NPOふれあいとすずらん会による「虹色ファームで春のつどい」が行われた。ふれあいの通所生に椅子やテーブルなどの搬入をしてもらったりと賑やかに会場づくりをし、新型コロナの感染に気を付けながらのイベントとなった。男性はビニールハウスの修繕をし、他の人は野菜や花の収穫、くじ引きの準備をしたりと、楽しい集いとなりました。収穫した野菜は寄付された物と一緒にくじの景品となってすべて分配され、にぎやかに過ごすことができました。参加者みんなで食べたほっと cafe のお弁当はちらし寿司でした。春のつどいの美しいシールが貼られ彩りもよくサラダとみそ汁も付いて好評でした。（M）

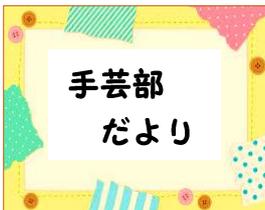


皆さんはこの運動をご存じですか。イオンでは毎月 11 日レシートを黄色で発行します。このレシートを指定されたボックスに入れると、その額の数パーセントが登録団体に寄付されます。私たち「ふれあい」も登録団体の一つで、頂いたお金は通所生のためのカレーの日に使われています。ふれあいは偶数月の2時から3時までレジを出た少し先でボックスを持って立っています。去年はコロナの為に実際に立つことはできませんでしたので、袋詰め用の台に置かれている黄色いボックスにレシートを入れることが定着して、4月に1年ぶりにボックスを持って呼びかけても、私たちのボックスに入れて下さる方はわずかでした。レシートを入れるボックスは、レジを出た袋詰め台の左側奥に全登録団体それぞれのボックスがあります。ふれあいのボックスにレシートを入れて頂けたら、それが確実にふれあいへの寄付になります。どうぞご協力下さい。（M）



ビニールハウスの張替えを「虹色ファームで春のつどい」(5/7)の日にして頂きました。ありがとうございました。あと1回ぐらいで完成です。5/11に夏野菜の定植をしました。スタッフの方に耕運機をかけて頂き、作業が随分楽に進みました。この時期は、一週間もすると草がびっくりするほど伸び一番忙しいですね。今ファームボランティアさんを募集しております。あなたの力をお貸しください。

問合せ先 0280-48-5878 ふれあい事務局



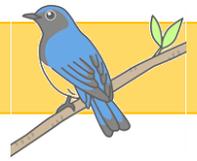
手芸部の新作をご紹介します。カードケースに綺麗な布でカバーを作りました。カードは10枚入ります。ほっと cafe で販売中です。



ホームページに「虹色ファーム」と「手芸部」のコーナーを設けました。何でもけっこうです原稿をお寄せください。また、閲覧の方は楽しみにして、是非覗いてみてください。 広報部より

**お知らせ**





春の  
集い

の ど 自 慢 大 会



3月22日



3月22日(月)、虹色ファームにて【春の集い】を行いました。当日は強風だったため、昼食は室内でとった後12時半頃からの開催となりました。

理事長挨拶から始まった後は、下半期ふれあい賞の授与式を行いました。ふれあい賞とは、最も長い時間をふれあいで過ごした上位5名に贈られる賞です。今回は2名が同率1位で、休むことなく毎日必ず朝から通所してきたSさんとOさんでした。それぞれ賞金と、3～1位にはメダルも贈られました。

ふれあい賞授与式の後はのど自慢大会で、カラオケの採点機能を使い参加者8名がランチの割引券を巡って歌唱力を競い合いました。演歌やポップスなどジャンルや年代も様々の中、通所生のNさんが圧巻の「なみだの操」で100点満点を出し、堂々の優勝となりました。

最後は通所生のSさん主動のもと、みんなで中島みゆきの「糸」を合唱して閉幕となりました。(羽兼記)

ちょっとだけ  
プログラムを ご紹介♪

4月から  
女性限定のフィットネスクラブを  
開催します ぜひご参加ください。

講師：井上美知江先生  
時間：毎月第2木曜日 10時30分～  
場所：福祉の森会館2F研修室7号  
持ってくるもの：  
ヨガマットまたはバスタオル、  
タオル。  
料金：無料



毎月第2月曜日 講師：猪瀬先生



海老沼先生 スポーツ教室

毎月最終木曜日 講師：海老沼先生

今年度スポーツ担当として、月に1回スポーツ教室を担当することになりました海老沼です。小学校の児童は、80%が運動好きと答えますが、年をとるごとに運動嫌いが多くなっていくのは大変残念なことです。ところが、六十歳を超える頃から少しずつですが、また運動をする人が多くなってきます。その理由は、「自分の健康が大切。」「汗をかくと気持ちがいい」などというものです。

ふれあいのスポーツ教室は「できる楽しさ」「わかる喜び」「みんなといる楽しさ」を目指して、私も含めて運動の楽しさを味わうことができればと思っています。

ビーチボールバレー・転がしドッジボール・ペットボトル輪投げ・魚釣り競争など 誰でもできる簡単な運動を通して、体の健康と心の健康のレベルアップを図りたいと思います。よろしくお祈りします。(海老沼記)



毎月第1・3月曜日 講師：雨甲斐先生・最上先生





## ●新メニューのご案内

3月から販売しております『カルボナーラうどん』を紹介させていただきます。たまご、チーズ、牛乳、ベーコンをベースにしたスープにピリッとブラックペッパーをきかせた洋風うどんです。使用している『粉チーズ』は、なんと、牛乳の約10倍ものカルシウムを保有しているそうです！！

次に、5月から販売しております『バターチキンカレー』を紹介させていただきます。トマトとヨーグルトをベースにしたソースで鶏肉、玉ねぎ、カレー粉をじっくり煮込んだ、サラッとしたカレーです。普通のカレーよりもトマトの酸味がありますが、爽やかで、これからの季節にピッタリです。使用しているトマトには、老化防止の『抗酸化物質』が含まれているそうです。ヨーグルトにも、整腸作用があると言われています。

これからの季節にピッタリの『バターチキンカレー』を1度お召し上がりになってみてください  
(横山記)



### 店内ご利用いただけます

お待たせ致しました！5月25日よりほっと cafe の店内をご利用いただけます。ご来店をお待ちしています。

### お弁当販売実施中♪

福祉の森会館の正面玄関右側、健康作り課様前にて、火曜日、水曜日、金曜日午前11時50分から午後1時まで、お弁当、コーヒー、ケーキ等々販売をさせていただきます。ご予約も承っておりますので是非ご利用ください

ご予約電話番号 0280-48-6719

(当日のご予約は午前11時30分までにお願いいたします)



NPO 法人ふれあい・地域活動支援センターふれあいは、茨城県ひきこもり者支援団体として県より認定されています



発行日 2021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](mailto:info@fureai-net.org)

<http://fureai-net.org>