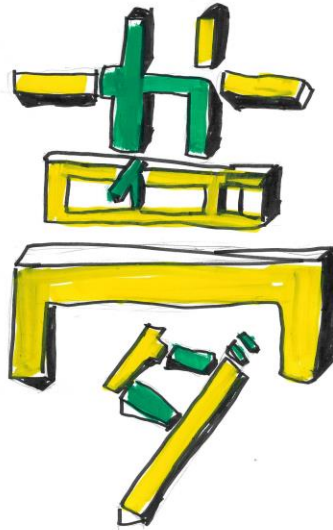
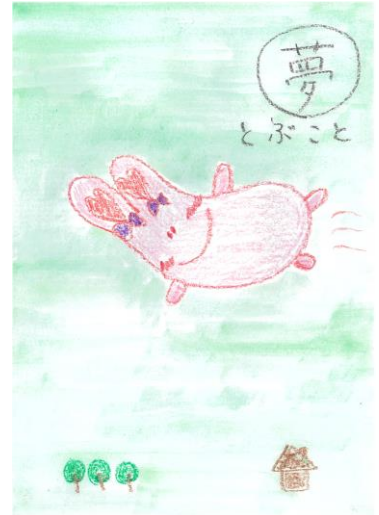
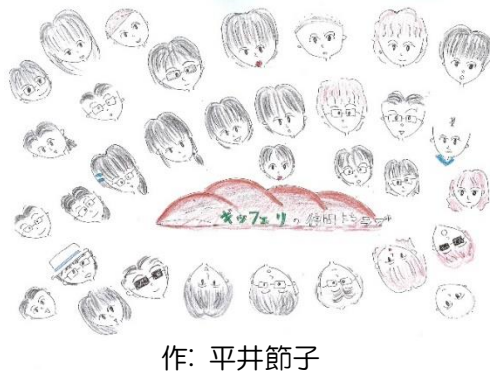
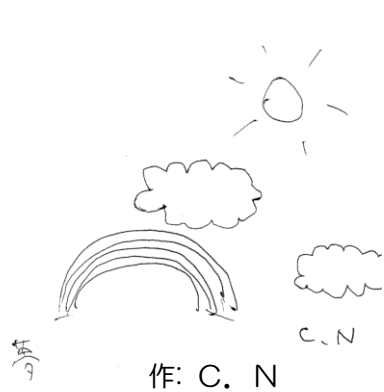


# 恵友会ニュース



- \* 2・3P…恵友会事業所人気食事メニュー
- \* 4P…ギツフェリちゃん紹介 (マスコットキャラクター)
- \* 5P…ねこの布絵本 銀賞受賞
- \* 6・7P…未来へのバトン【特定非営利活動法人よこはま地域福祉研究センター  
センター長・副理事長 佐塚 玲子】
- \* 8P…巻末コラム



# 恵友会

# 事業所人気食事メニュー



## ほっとスペース関内



ピビンバは彩りも綺麗で、見た目から食欲がそそられる。普段あまり食べる機会のない牛肉が使われていて嬉しい。

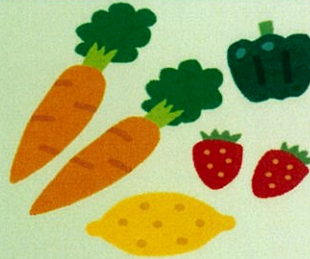


花シューマイはボリュームたっぷり、ご飯がいらないくらい食べごたえが抜群。お肉は柔らかくて、ジューシーで最高！！



ローストチキンはクリスマス限定メニュー！見た目が豪華でテンション上がる。外はパリッとして、中が柔らかくて美味しい。

## グループホーム



天津飯の卵は一人ずつ丁寧に作りあげていきます。そのうえから餡かけも加わり、海老も添えられて（サラダにも）…彩鮮やかで映えて美味しい、中華系を作るとなるとメンバーさんから真っ先にリクエストの挙がるメニューです!!



限られた料理時間と予算の中で栄養のバランスもキッチリ考えられたメニューです。その名はゴーヤチャンプルー



ハンバーグにはチェダーチーズとナチュラルチーズの二種を乗せ、一ロー口味が違う。まさに無限に食べられるといっても過言ではありません(笑)。付け合わせのジャガイモ、人参、ブロッコリーは栄養が逃げないように蒸し、それに合わせてシャキシャキした食べやすいサラダにしているという、細かい仕事をされています。



## 栄区生活支援センター



人気ナンバーワン！チーズ焼きカ  
レー！口に入れた瞬間、具材の旨  
味がガツンと押し寄せご飯との一  
体感が素晴らしく、ルーとチーズ  
がご飯粒ひとつひとつ奥深い味わ  
いのメニュー



衣・肉・味付けの全てが完璧に調  
和し鶏肉の豊かな旨味が、口いっ  
ぱいに広がりやみつきになる味！  
鶏のから揚げ！



利用者から職員まで、誰もが夢  
中になるハンバーグ！調理職員  
の手間暇が詰まっているのが伝  
わる感動の一皿！

## 南区生活支援センター



厚揚げとひき肉餡掛け！  
餡がよく絡んで、とてのご飯が進  
む1品です。厚揚げの外は香ばし  
く中はふんわりしていて、あんの  
旨味と相性抜群でした。シンプル  
ですが満足感のあるおかずです。



白身魚の甘酢餡かけ！！  
白身魚の淡白な味に、甘酢あんの  
甘酸っぱさよく合い、さっぱりと  
した味わい！人参やピーマンなど  
の野菜も入り、彩りが良く、見た  
目にも楽しめる献立。全体のバラ  
ンスもよく、栄養面でも満足出来  
る1品です。



ガパオライス、バジルの香り  
とひき肉の旨味がよく合い、食  
欲をそそります。ご飯との相性  
も良く、満足感のあるレシピで  
す。



# ~ギッフェリちゃん紹介コーナー~

皆さんはじめまして！ギッフェリの公式マスコットキャラクターになりましたギッフェリちゃんです。今回は私の紹介コーナーをいただいたので自己紹介をさせていただきます

誕生日はいつですか？  
・8月1日(ギッフェリの誕生日)

宝物は？  
・おばあさんが作ってくれた抱き枕

どこ出身？  
・スイスの郊外

好きな食べ物は？  
・クロワッサン  
・マドレーヌ

趣味は？  
・パンをつくること  
・お菓子作り

チャームポイントは？  
・緑色の帽子  
・緑色のエフロン  
・クロワッサンの抱き枕

好きなスポーツは？  
・ポッチャ  
(大会優勝を目指して練習中)

ギッフェリの一番好きなパンは？  
・あんこギッフェリ  
・たまごサンド(冬限定)

身長と体重は？  
・身長はクロワッサン5個分  
・あんこギッフェリ3個分

# 🌸ねこの布絵本 銀賞受賞🌸

ほっとスペース関内 田中 千保さんの作品が表彰されました🌟



横浜中ロータリークラブが主催する「第9回 障がい者の作品展」の表彰式が6月6日（金）、ホテルニューグランド本館のフェニックスルームで行われました。

4月11日から13日まで横浜市民ギャラリーで展示が行われ、約300人が来場されました。市内の障がい者の作業所など23施設から応募があり、作品は227点展示されていました。数多くある作品の中から15の作品が表彰され、田中 千保さんはその中に選ばれました！！

田中さんが作る布絵本は、オリジナリティ溢れ、まるで魔法のようにすらすらと作り上げてしまいます。手慣れた手つきで細やかな部分まで丁寧に仕上げられています。現在は、中区役所の別館にある「ナカナカフェ」にて様々な種類の布絵本が販売しております。世界に一つだけの布絵本をぜひ、手に取ってみてください♪



## 🌸田中 千保さんよりメッセージ🌸

このネコの布絵本は、親不孝者で、こちらの期待を裏切っただけです。全く自信のなかった私ですが、今回、このような賞をいただき、銀賞だとは思ってもいなかったの、分からないものだ心から驚いています。まだまだ未熟ですが、人の心に残るような作品を作っていきたいと思ひます。



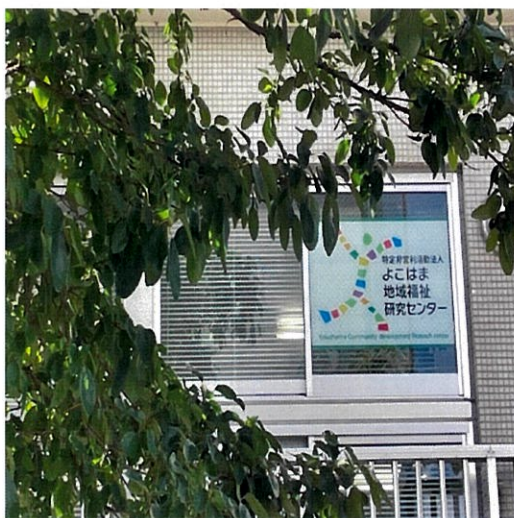
未来へのバトン

特定非営利活動法人 よこはま地域福祉研究センター  
センター長・副理事長 佐塚玲子



恵友会の皆さんこんにちは。

よこはま地域福祉研究センターのセンター長・副理事長をしております、佐塚です。  
当センターは、VISION「地域みんなのシアワセの実現」、MISSION「あいだの人」とし、  
STANCE（行動指針）「対話×創意工夫×行動」を掲げて取り組む、設立14年目のNPO法人  
です。当センターは、地域と人のシアワセのためなら、なんでも屋であることを自負していま  
す（笑）。なんでも屋だからこそ、高齢・障害・児童など、仕事の対象を限定しないし、福祉・  
医療・教育・就労など、分野も横断的に捉えます。更に、シアワセの実現のために対話し探求  
する協働の皆さんは、一般市民・地域活動者・各分野専門職・研究者等、多様な方々・機関で  
す。これまで、組織運営を継続するには、乗り越えなければならないことはたくさんありまし  
たが、振り返ると、いつもワクワク・オモシロがって仕事をしており、たくさんの志を同じく  
するネットワークも広がってきたと思っています。そして、きっと、そのワクワクとオモシロ  
さが人から人へ、組織から組織へと繋がる先に、みんなのシアワセがあると信じています。



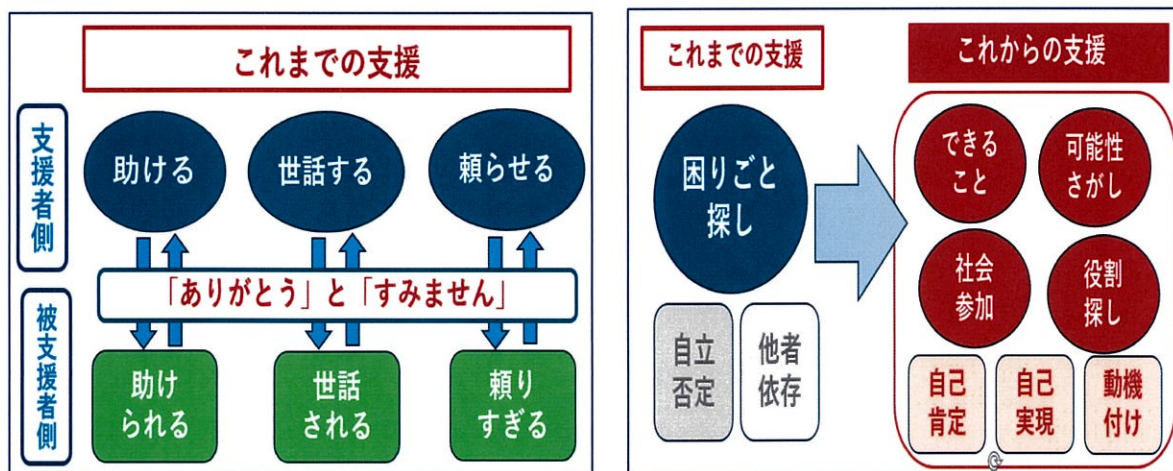
関内駅から徒歩5分の事務所です

対話×対話×対話 法人のイメージイラスト

さて、皆さんは「地域共生社会」というキーワード、また、その実現が、福祉を推進するうえで重要になっていること、ご存じだと思います。

「地域共生社会」とは、障害者・高齢者・子どもなどすべての人が「地域・暮らし・生きがい」を共に作り・高めあうことができる社会のことを指します。

当センターは、横浜市内の包括支援センター職員養成研修の企画・実施について委託を受けていますが、包括職員の皆さんは、共生社会を構築する最前線の専門職といってよいでしょう。昨年度、地域福祉を推進する人材養成等でお世話になっている高室先生を講師としてお招きした際、下図のようなスライドを作成し講義してくださいました。当に、人と地域のシアワセの実現・地域共生社会の実現のために、～これまでの支援とこれからの支援～についてです。実は、高室先生は研修当時、闘病中で、病院の無菌室からのオンラインでした。先生は、重篤な病に罹られており、医療や福祉の支援が必須だったわけですが、自身が闘病中の身だからこそ、実感を踏まえ、これからの支援について期待を込めて講義されました。支援されるだけの毎日に陥ると、発する言葉がいつのまにか「ありがとうとすみません」ばかりになってしまう。支援者が、(良かれと思っていたとしても)当事者の困りごとばかり探して支援されると、当事者は、自立できない、他人に依存するしかない人間にいつのまにかなってしまう・・・と。人は、多様な、「生きづらさ」を抱えるものだけれど、だからこそ、支援は、どのような過酷で多様な生きづらさに直面していても、当事者の可能性を信じる立場である必要がある。「できることや役割をあきらめず、社会とつながり続ける」ことができるよう支援することが重要。そして、その支援の積み重ねが「地域共生社会」を築くことにつながると。日頃、個別支援・地域支援を行っている包括職員に大切な気づきを与えてくださり、心に響く講義だったと思います。



令和6年度横浜市包括支援センター職員研修 ケアタウン研究所高室成幸先生資料より

恵友会の利用者やご家族も生きづらさを抱える方がいらっしゃると思いますが、みんなが、役割を持ち、支えあい、自分らしく活躍できますようにと思います。また、皆さんが提供されている価値ある公的サービスも、より一層人と地域に生きるサービスになることと思います。

令和6年度より、恵友会の理事を拝命しました。恵友会のメンバーや職員の皆さんとも対話の機会が増えることをとても楽しみにしております。どうぞよろしくお願いいたします。

◆令和7年度 理事会／評議員会開催状況

- ・第1回理事会 令和7年5月29日
- ・第2回理事会 令和7年6月19日
- ・定時評議員会 令和7年6月19日

◆ご寄付

- ・平井岳哉 様

◎心より感謝申し上げます。患友会が行う精神障害者支援活動のために有効に活用させていただきます。

Column⑰

居宅介護事業所やすらぎ 池田 佐和子

やすらぎの池田です。実はやすらぎの職員にコラムが回ってくるのは初めてです。

この機会にやすらぎって何？と思っている方も多くいると思うので少しだけ紹介させて下さい。

主に在宅で生活している方にヘルパーを派遣し調理や掃除、外出介助のお手伝いを

しています。家事スキルも大切ですが、一番必要とされているスキルはずばりコミュカです！！

利用者のプライベートゾーンに入る仕事だからこそコミュニケーション、そしてアセスメントにも力を入れています。関係性が出来ていれば多少のミスが起こっても大きくはなりません。回数を重ね、お互いを知ることによって信頼関係を作り良い支援に繋がれば良いと思っています。それには職員間のコミュニケーション、情報共有も必要ですね☆☆

ここで突然ですが、やすらぎ職員の取り扱い説明書を作成しました(^^)／

今後やすらぎの職員と接触する際の参考にして下さい。

○美奈子(所長)⇒前髪を上げるとスイッチが入ります。

髪の毛にたくさんピンを忍ばせています。

大抵の物は叩いて直します。

お酒を飲ませれば上機嫌になります。

○伸⇒

カラオケでは誰よりも声が大きくなります。

過去に一度だけ光一に似ていると言われたことがあります。

話に困ったら野球の話をするれば仲良くなれます。

お酒を飲ませれば上機嫌になります。

○香菜絵⇒

気になったらスマホですぐ調べます。

飛んでいる虫を捕まえるのが得意です。

ニコニコしていますが恨みは絶対忘れません。

お酒を飲まなくても上機嫌です。

ちなみに私は・・・他の職員から言われるのは・・・

・記憶力おばけ ・モノマネ上手(誇張 Ver) ・お酒を飲ませれば上機嫌を通り越しばっ飛びます(笑) やすらぎはこのようなユーモアのある仲間たちで賑わっています。

そして最後に一番大切なヘルパーさん達。ヘルパーさんがいなければやすらぎは成り立ちません。離職が多い業界で勤続15年以上のヘルパーさんが半数在籍していること、とても感謝の気持ちでいっぱいです。やすらぎは昔から陸の孤島と呼ばれ女性が強く見られがちですが全くそんなことはありません！！もっと横の繋がりを大切にしたいと思っている職員が大勢います。気軽に声をかけて下さいね(^^)／



【編集後記】

いよいよ師走を迎え、街中も華やかなイルミネーションに彩られる季節となりました。

本年も、皆様には格別のご愛顧を賜り、心より感謝申し上げます。寒さ厳しき折、どうぞご自愛いただき、良いお年をお迎えください。来年も広報委員一同、さらに充実した情報をお届けできるよう努めてまいります。(長尾)



●発行元／社会福祉法人患友会 ●理事長／坂口 育子 ●編集校正／広報委員会 委員長 長尾 裕明

●法人事務局／〒231-0035 横浜市中区千歳町 1-10 Jビルディング 4F

TEL 045-253-3432 FAX 045-242-2503 ホームページ <https://keiyuukai.yokohama/>