

ひだまり

2016年4月1日発行（第4号）
発行者：ふれんず交流編集部
〒737-0046
呉市中通1丁目2番31号 ふれあい会館内
Tel:(0823)23-8679
Fax:(0823)36-6510
E-mail:furenzhp@furenz.or.jp

ふれんず合同新年会

2016年1月28日（木）呉阪急ホテルにて 2016年ふれんず合同新年会が、盛大に開催され、メンバー48名、家族2名、ボランティア1名、職員12名の、計63名が参加しました。

各作業所から推薦されたメンバーの表彰や、毎年恒例の書初めやビンゴゲーム、チーム対抗の輪投げゲーム・その名も“さる年”にちなんで「笑うサルにも福きたる♪モンキーわなげゲーム」、他にも蒲刈会館の皆様による日本舞踊、そしてメンバーさんの出し物や全員でのダンスなど、とても楽しく今年も良い年になりそうだなあと感じた時間でした。実行委員の皆さん、本当にお疲れさまでした。参加したメンバーさんから感想をいただきましたので紹介します☆

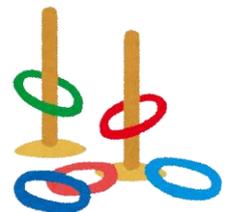
ビンゴゲームは楽しいけど準備が大変だと思う。
サングラスをかけてやっていたのは面白かった。
(K. 英毅)

ビンゴゲーム楽しかったです。
(くま)

わなげおもしろかったです。
(K.Y)



<ふれんず新年会 実行委員会のメンバー>



わたし じっこういん ひとり ふあん おも
私は実行委員だったけど、一人かけてとてもできるか不安だったけど思ったようにできてよかった。
もっと、景品を探せばよかったかと思っています。楽しめてよかったです。
いろいろな所、ちょっと不安だったけど、うまく行ってよかったです。

(あなたに会えてよかった)

わたし はじ じっこういんかい いんちよう はじ しんこうやく きんちよう かいかい あいさつ
私は、初めてふれんず実行委員会の委員長として、初めての進行役のときは緊張でしたが、開会の挨拶や
ビンゴゲームの時はすっきりしました。

また、ロコモーションの時はサングラスをかけたらまるで相棒みたいでした。
ビンゴゲームの進行は、NHK朝ドラの番組名の声をかけているとき、途中でビンゴが出たのは嬉しかったです。

うえき やすみつ
(植木 保光)

しゃかいふくしほうじん ない さぎょうしょ はい ねん すこ みな たいへん せわ
社会福祉法人ふれんず内ひかり作業所に入って 2年と少しになりますが、皆さんに（大変）いろいろとお世話になってお
ります。でも年ばかり重ねて此の年になっても思いますが、又年なりに少し成長していかねばと思っています。

こんごともよろ ねが いた たの
今後共宜しくお願い致します。楽しかったです。

れい くち たっしゃ かさ こ とし おも またとし すこ せいちょう おも
例) 口がタツシャでもなく、口をポツポツと言うわけでも、それぞれ個性、良さはありますが、楽しかったし、楽しむことができ
ました。

(S.K)



ことし ひょうしょうじゆしやうしや
<今年の表彰受賞者のみなさん>



ふれんず合同新年会、初めて出席したけど楽しかったです。おどりがはくりよくがあって感動しました。また来年もあるのか、よくわからないけどまた来年もあってほしいと思いました。あとひかり作業所の歌がとても良かったです。

(磯道 利寿)

・がんばっている人を表彰する事は、これからも続けた方が良いと思う。

・カラオケを歌いたい人がいたら各作業所で何人かでもいいから歌わしてあげたらいいと思った。

・ビンゴは、これからもやった方がいいと思う。

・各作業所でもよし物、たとえばカラオケ 1曲 (365日の紙ひこうきとか) みんなで歌うようにすればいいと思う。

(橋 恭吾)

新年芋煮会



2016年1月5日(火) ふれあい会館にてメンバー22名、職員5名の、計27名の参加で新年芋煮会が開催されました。

参加したメンバーさんから感想をいただきましたので紹介します☆

かまの火を起こすのに四苦八苦して、苦労しましたが火がおきて鍋がぐつぐつとして、芋煮がでか出すと、わくわくしておもしろかった。アスファルトが溶けたのはたまげた。

(ミスター、チャッカマン)

休みのはずが、皆で集って芋煮会をもよおしてくれまして、大変美味しく楽しみました。感謝してます。有りがたいと思いました。

(Y.N)



サポートセンター主催の芋煮会 ふれあい会館内の駐車場で利用者、ボランティア、職員、計27名で行われました。会場作り、カマドで煮炊きするので火おこし、芋煮の下準備とそれぞれが役割を持ち、バタバタとしましたが、みんなの協力で、愛いっばいの芋煮が出来上がりました。何度もお代わりの連発でうれしい悲鳴… お腹一杯の後、卓球、カラオケ、ゲーム等を楽しみ参加された全員にお宝袋のお年玉で大盛り上がり…みなさんお疲れさまでした。みんなの笑顔が嬉しかったです。

(愛)

呉新庁舎の紹介

くれ あた くれ しんちようしゃかんせい
呉の新しいランドマークタワー 呉市新庁舎完成

ねん がつぎようむか いし
2016年2月業務開始！！

しんちようしゃ なに か べんり しら しゅざい か
新庁舎になって、これまでと何が変わったの？ どう便利になったの？ を調べるために、取材を兼ね
けんがく い
見学に行ってきました。

とうじつ し しよくいん かた ちようしゃない ていねい あんない な ほど おも
当日は市の職員の方に庁舎内を丁寧にご案内いただき、成る程と思うことがたくさんありました。

なか わたし ちゆうしん しょうかい
その中から、私たちにかかわりのあるところを中心にご紹介します。

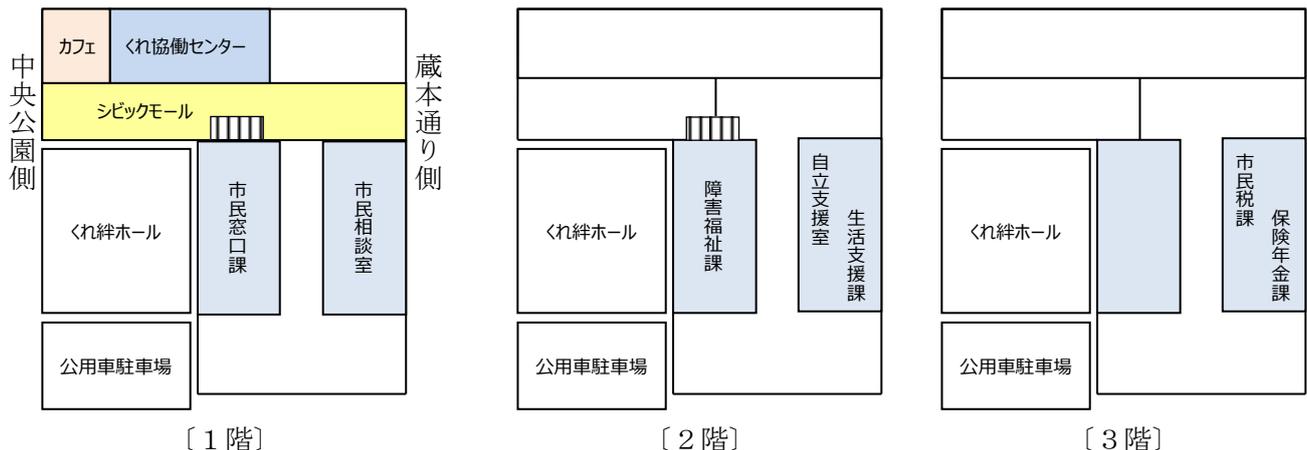


しんちようしゃやしん
〈新庁舎写真〉

おお じゅうこう りっば たてもの
とても大きく重厚で立派なきれいな建物です。

みぎがわ ちようしゃ ひかく おお
右側はこれまでの庁舎。比較しても大きさがよくわかります。

【フロアマップ】



新庁舎のポイントをチェック！！

1. シビックモール

ひろびろ しょうめんげんかん かいほうかん つうろ ちゅうおうこうえんがわ い ぐち つづ
広々とした正面玄関を入ると、開放感のある通路が中央公園側の入り口まで続いています。

ここはシビックモール（遊歩道）と呼ばれる屋内通路です。年末年始を除いて8時から20時まで開放されて、
しやくしょ ようじ な きがる た よ す しみん いこ ば こうきょうくわん
市役所に用事が無くても気軽に立ち寄ってゆっくり過ごせる市民の憩いの場＝パブリックスペース（公共空間）
かつよう こと もくてき
として活用される事が目的です。

そのシビックモールをはさんで「くれ協働センター」と「くれ絆ホール」があります。



<シビックモール>

あか かいほうかん
明るく解放感あるエリア
ひだりがわ ちようしゃあんない
左側には庁舎案内があります。

2. くれ協働センター

きようどう
ここは、市民や行政などが一緒にまちづくりをするための拠点です。まちづくり活動を行う団体や市民の方が、
かいぎしつ さぎょうしつ りよう
会議室や作業室を利用できます。

さぎょうしつ りんてん き たなばた つか た まく いんさつ おお いんさつき
こちらの作業室には、輪転機（七夕まつりで使うような垂れ幕などを印刷できる大きな印刷機！）があります。

3. くれ絆ホール

きずな
市民ホールに代わる呉市の新しいホールです。客席は1～3階まであり、最大収容人数は624人です。

ひろ つく くるま ほう だんじょう うご かい きやくせき かどうしき
ステージが広く作ってあるため車いすの方なども壇上で動きやすくなっています。また、1～2階の客席は可動式で、
しゅうのう やく へいめん かべ いどう ちよっけつ
収納すると約500㎡の平面になり、壁を移動させるとシビックモールと直結させることもできます。

さまざま さいがいじ かつよう
様々なイベントのほか、災害時にはボランティアセンターとして活用できるなど、
くれし ぼうさいきよてん き のう も
呉市の防災拠点としての機能を持っています。

4. カフェ・食堂

1階シビックモールの中央公園側入り口にはカフェがあります。

コーヒー、紅茶、ジュースのほか、サンドイッチやドーナツなどの軽食があり、シビックモール内でゆっくりいただけます。

9階の食堂では、呉市内を一望しながらランチを食べる事ができ、毎週金曜日にはランチバイキングも開催されています。

営業時間は11時～14時です。

また、14時～17時までは公共スペースとして自由に利用できます。

同じ9階には売店もあるので、立ち寄ってみて下さい。



<9階食堂からの景色>

5. 窓口の集約

1～3階まででほとんどの用事が済むようになり、利便性が高くなりました。

メンバーの皆さんが主に利用されるであろう窓口のチェック！！

1階	しみんまどぐちか 市民窓口課	証明受付／戸籍・住民票・税証明、個人番号カード、市税の納付など
	しみんそうだんしつ 市民相談室	総合案内、市民相談、消費生活センター
	かいごほけんか 介護保険課	介護認定申請、介護保険料など
2階	しょうがいふくしか 障害福祉課	障害者の福祉・医療（福祉サービス、自立支援医療、手帳の申請）
	せいかつしえんか 生活支援課	生活保護
3階	ほけんねんきんか 保険年金課	国民健康保険、後期高齢者医療、国民年金
	しみんぜいか 市民税課	市県民税、軽自動車税など

※ 福祉の相談で、どこに行ったらいいかわからない時は、2階の入口をいってすぐ左側の「福祉の窓口」に行くご案内してもらえます。



呉の ひだまり スポット



くれ すてき ばしょ しょうかい だい だん
呉の素敵な場所を紹介するコーナー 第2弾！！

こんかいしょうかい ちゅうおう ちょうめ ぶんか としょかんちか や
今回紹介するのは、中央3丁目 文化ホール・図書館近くのパン屋さん

“粉こから” (ココカラ) さんです！！



てんめい こ
店名の“粉こから”は

“こころとカラダにいいパンをここから”発信していきたい、
という事が由来だそうです。

おしゃれな店内に、中から見える文化ホールのレンガの建物がまた呉らしくて◎
新広島駅近くには2号店もあるよ (へ0へ) ぜひ行ってみてください♪

しゅるい おお まよ こんかい なか
パンの種類が多くて迷っちゃいます。今回はその中から

クルミスティック、クリーム、チーズ、シナモン、ゴボウ
羽根明太、三種のチーズ、ソーセージのパンを買って
カットしてみんなで分けて沢山の味をいただきました。
食感がもっちりして美味しかったです。



けい すうしゅるい ず うれ
チーズ系のパンが数種類あって、チーズ好きには嬉しかったです。

けい おお いんしやう う
チョコレート系のパンも多い印象を受けました。

ねだん てごころ か
パンの値段がお手頃なので、ついたくさん買ってしまいます。

かず なか れいぞうなかだねぼう せいぼう ちやうじかんじゆくせい はつこう きじ つか しょく
数あるパンの中でも、“冷蔵中種法”という製法で、長時間熟成により発酵させた生地を使った食パンがオススとのこと！

いちど しょく しょく つか た くだ
ぜひ一度、食パンや食パンを使ったサンドイッチを食べてみてください。



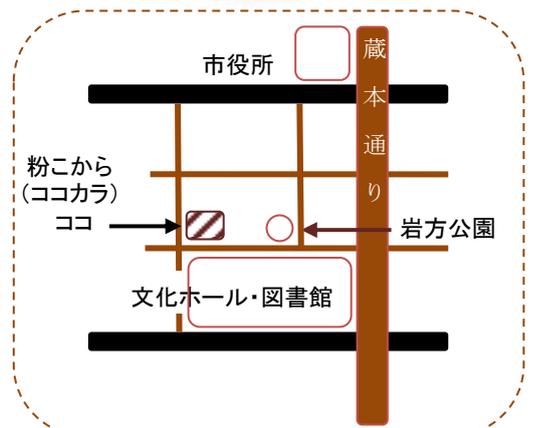
ひる きやく にぎ
お昼はたくさんのお客さんと賑わってます。

ゆうがた じまえ い とぎ のこ こ
夕方6時前に行った時は残っているパンは10個もないほどで、
お店の人気ぶりが伺えました。

てんない
店内にはイトインコーナーもあり、
コーヒーとオレンジジュースの無料サービスもあるよ！

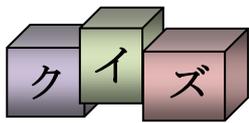
粉こから (ココカラ)

呉市中央 3-9-1



がつ よてい
《4～6月の予定》

月	日にち	行事（作業所）	場所
4月	4日（月）	お花見（若椿）	未定
	6日（水）	お花見（ふくろう）	大空山公園
	7日（木）	お花見（ひかり）	中央公園
	12日（火）	つばき会総会（ふれんず）	つばき会館
	中旬	お楽しみ会（若椿）	未定
	23日（土）	FST（ふれんずサポートセンター）	ふれあい会館
5月	中旬	お楽しみ会（若椿）	未定
	28日（土）	FST（ふれんずサポートセンター）	ふれあい会館
	下旬	バス旅行（若椿）	未定
6月	中旬	お楽しみ会（若椿）	未定
	25日（土）	FST（ふれんずサポートセンター）	ふれあい会館



こんかい はる
今回のテーマは“春”です

分かった！
ひらめいたぞ

した さんこう やじるし みぎまわ よ くわく う
下のヒントを参考にして、矢印から右回りに読んで空白を埋め、
さいご はい じゆん よ かんじ か
最後に①～⑤に入るカタカナを順に読んで漢字で書いてください。



(1)

	シ	③
ガ		↓
ウ	④	ニ

(2)

ン	ニ	
①		⑤ウ
↑	イ	

(3)

→	シ	ユ
	ヒ	②
		ブ

<ヒント>

- (1) 4月の最初に新しい仲間を迎えるため行われる学校行事！
 (2) (1) で迎えられる仲間のこと！
 (3) 今年は2月（第3日曜日）だったような？

<答え>

--	--

こた ころ かくさぎようしょ けいじ
クイズの答えは4月15日頃に各作業所に掲示します！

へんしゅうこうき
編集後記

＼(^o^)/

はる みな まわ さくら かふんしょう なや かた だいじ くだ
春ですね。皆さんの周りの桜はいかがですか？花粉症でお悩みの方もいらっしゃるでしょう。お大事になさって下さいね。

かいまく どうらい
サンフレッチェ、カーブも開幕し、スポーツシーズン到来ですね。

ことし たの
今年はどうなるか、楽しみです。

くれしやくしよしんちようしゃ い かた こんごう さんこう くだ
呉市役所新庁舎に行かれる方は、今号をぜひ参考になさって下さいね。 (たますけ)