

しあわせマルシェ “旬”紹介コーナー

紹介者：しあわせマルシェ野菜ソムリエ 川上直美

ぶどう(9~10月)

色が濃く、表面にブルームと呼ばれる白い粉をふいたようなものが美味しいです。「ブルーム」はぶどう自身が分泌している成分で、鮮度を保つ役割をしているので、食べる直前に洗いましょ。



マルシェには、紫玉(しぎよく)、ピオーネ、安芸(あき)クィーン、といった品種や、皮ごと食べる瀬戸ジャイアンツ、粒の大きい藤稔(ふじみのり)などが入荷します。

はっぴねすひろば OPEN!!



7月に本館・宿泊館1階(旧売店)に展示コーナー『はっぴねすひろば』がオープンしました



神戸市内やしあわせの村内の障がい者施設による手作り製品や絵画等の作品などを展示しています。皆様にお手にとってご覧いただき、温もりを感じていただけるよう開設したスペースです。しあわせの村に相応しく、すべての人に親しまれるように「はっぴねすひろば」と名付けました。心温まる展示品をぜひご覧ください。

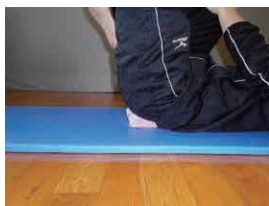
一部商品は、本館・宿泊館1階ニューヤマザキディリースタアでお買い求めできます。

超お手軽かんたん健康体操 PART63

「ひざ」楽・元気体操/背骨コンディショニング教室講師 酒井よしえ

股関節改善運動part2です。今回は股関節を緩める運動でしたが、今回はアクティブに動かす運動をご紹介します。この動きは股関節のみならず、腹筋運動にもなります。

ただ、お腹の力が抜けて腰が反ってしまうと、腰に負担がかかるので腰が反らない範囲で行ってください。



1 仰向けに寝て、くるくる巻いたタオルを尾骨に噛ますように敷く。



2 写真のように片膝を抱え込む。もう一方の脚は真上まで上げておく。その際、足首を軽く曲げる。



3 伸ばしている方の脚を腰が反らないところまでゆっくり確認しながらおろす。息を吐きながらお腹を凹まし脚をさげると、腰に負担がかからず腹筋運動にもなる。

あごが上がったり、腹筋がきつい場合は枕等で頭を高くすると良い。

2と3を繰り返し10回行ったら、反対の脚も行う。左右で1セットとし、3セット行う。

しあわせの こんにゃく 車輪

(公財) こうべ市民福祉振興協会が管理運営するしあわせの村、保養センター太山寺・ラジウム温泉太山寺などの施設を通じてつながるネットワークを紹介しています。今回は、平成30年5月からしあわせマルシェ(温泉健康センター)で販売しているこんにゃく商品の製造・販売をしている仙台市のかむり学園を紹介します。



社会福祉法人愛泉会 障害者日中活動支援施設 **かむり学園**

仙台市宮城野区岩切字三所南1-1
TEL 022-396-5801 FAX 022-396-5802

かむり学園は平成18年4月に仙台市宮城野区に開設し、現在は生活介護型事業所として、20歳から72歳までの利用者42名が各作業に分かれて活動しています。

理念

〈社会福祉法人愛泉会、法人理念〉
えがお
咲かせよう愛顔の花を
〈かむり学園理念〉 1.利用者の愛顔
2.職員の愛顔
3.地域社会の愛顔

こんにゃく作りでの利用者の作業

- ・こんにゃく粉の準備、計量等
- ・出来上がった商品のラベル貼り
- ・納品の数をチェックする等の準備
- ・納品運搬の手伝い



粉と水を攪拌している



成型する前の状態

その他の作業

シュレッダー作業やアルミ缶潰し作業、スイーツストラップ作り、銅線分別作業を行っています。地域とのつながりや協力を大事にしながら日々取り組んでいます。



こんにゃく商品4種類



作業中の利用者

しあわせの村の販売商品



平こんにゃく 110円
糸こんにゃく 110円

〈関西初出店への想い(施設長)〉

しあわせの村で販売することで、東北と関西ではこんにゃくの色に違いがあることを知り、こんにゃく芋が栽培できない地域では製粉したこんにゃく(白)、生の芋が栽培できる地域では黒がポピュラーだという事を知りました。遠く関西でかむり学園のこんにゃくが店頭に並んでいることを利用者さんに伝えると「やったー」「うれしい」「行きたい」という声がありました。

利用者の声

学校給食で使われてうれしい。販売で売れるとうれしい。こんにゃくは重いから持つのが大変。小学生が見学に来るからうれしい。

スタッフの声

安心安全な製品作りと、利用者さんの自信につながるような活動を目指し、日々取り組んでいます。