



2011年10月
第6号

発行日 平成23年10月1日
発行所 特定非営利活動法人
フードコミュニティ目黒
〒152-0001
東京都目黒区中央町2-32-5
スマイルプラザ中央町
TEL : 03-5768-0707
FAX : 03-5768-0717
E-mail : okowa@fc-meguro.com

はじめまして

フードコミュニティ目黒施設長 湯原千寿子

今年3月、フードコミュニティ目黒は、皆様のご尽力の御蔭をもちまして、東京都の承認を得て法内施設の障害者就労継続支援B型事業所になることができました。それに伴い、この度施設長になりました湯原千寿子です。フードコミュニティ目黒が、地域に根ざした障害者事業所として十分な役割を果たして行けるよう、精一杯努力していく所存です。ご支援の程、よろしくお願いいたします。

さて、フードコミュニティ目黒では、9月15・16日に利用者（15名中1名欠席）が待ちに待っていた一泊宿泊研修旅行を行いました。利用者は、ぶどう酒製造所やお菓子工場、博物館の見学、ぶどう狩り、温泉等、一年一度の貴重な楽しい一時を、仲間同士の交流を深めながら満喫していました。8月にもらったボーナスでお土産も買ったようです。自分で働いたお金で生活を楽しむことができることは、大切な経験です。次の日は、仕事をしている利用者の顔が一層生き生きとして見えました。利用者が各自の能力を最大限に活かして生き生きと仕事をし、生きがいのある毎日が送れるよう支援していきたいと、心新たにしたところです。

今年の12月には障害者就労移行支援事業所の認定を受けるよう、多機能で申請をしているところです。12月からは、2つの事業所として、職員の連携をしっかりと取り、さらにレベルアップした作業所を目指し頑張っていきます。ご指導、ご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。

毎日の運動

現在フードコミュニティ目黒で行っている運動は、スポーツスキルを通じて我慢力（忍耐力）・集中力・意欲・やる気をつける事を目指しています。作業やその他の社会生活面において必要な動作、姿勢保持能力を向上させることで身体を効率よく使えたり、それによる負担の軽減などが日常生活にプラスになると考えています。集団で運動を行うことで、隣人への励まし、助け合いなどで困難に立ち向かうこと、一緒に競うことの楽しみ、これらのコミュニケーション能力向上が忍耐力・集中力を養うことにつながります。また、できること（目標に向かっての達成感）を運動を通じてより多く実感することで、意欲・やる気にもつながっていくと思っています。

厨房作業でのしゃがみ動作が苦手なAさんは、運動時に類似、関連した動作を練習することで「低い姿勢での作業が楽になった」「長く作業しても疲れなくなった」などの効果が現れています。現在、Aさんは厨房での清掃で活躍してくれるようになりました。

運動で培った能力が作業に生かされ、作業での問題点をフィードバックする事で運動をさらに効果的に行っていくといった相乗効果を狙い、FCでは毎日運動を続けています。

FCのお弁当自慢

<おいしいお弁当を目指して>

FCのお弁当は出来るだけ国産の食材にこだわり、冷凍食品を一切使わない100%手作りのお弁当が自慢です。厨房職員が、味付けはもちろんですが食材を食べやすい大きさに切り、どのように盛り付ければおいしそうに見えるか等、時間をかけて考えています。

「野菜が多くておいしかった」「いつも見た目がいい」「安心して食べられる」等、配達の時頂いたお客様からの意見や感想をすぐに厨房に伝えています。「この日は煮物を入れよう」「季節の野菜は使えないか」等、改善できる点やアイディアを出し合い、「おいしかった!」と毎回お客様に満足して頂けるようなお弁当を目指して日々奮闘しています。

<3つの中から選べるご飯>

FCのお弁当は、自信をもって売り出すために『米創庵』というブランドを付けました。「白米」「山菜おこわ」「赤飯」からご飯を選べることも魅力です。

毎朝蒸籠で炊いていて、蒸籠の木の香り、小豆の香り、お米の香りが食欲をそそります。山菜おこわと赤飯の仕込みは、お米のとぎ方（力加減）や段取りに注意しながら、利用者が分担して行っています。赤飯やおこわの混ぜ込みは、もち米が割れやすくムラがでやすいため、手を常に動かし、よそ見せず優しく慎重に、20分以上混ぜ続けます。集中力と忍耐力の必要な作業ですが、利用者も「僕たちの仕込みをした赤飯が売れるように」と気持ちを込めて仕込みをしています。

配達中にお客様から「FCのお赤飯は凄くおいしいよね」と言われた時、私も利用者も嬉しくて「やったね!」と思わずハイタッチ。

<もっと売れるように!>

朝礼時に、「こんにちは。フードコミュニティ目黒です」「お弁当をお持ちしました」「ありがとうございました」と笑顔で言えるように練習しています。7月より目黒本町にある『さんまるしえ』でお弁当の販売をして頂いています。気持ちの良い接客をして、もっともっとお弁当を注文して頂けるよう、地域のたくさんの方々知ってもらえるための広告の掲示やポスティング活動をさらに進めていきたいと思っています。



『さんまるしえ』にて



*イベント・サークル・会議等のお集まりに、ご予算に応じてお作り致しますので、お気軽にご相談くださいませ。

■ご注文・お問い合わせ
電話03-5768-0707
(9:00~17:00/土日祝休み)

安心・安全の厳選素材が自慢です!



宮城県産の環境保全米(減農薬)「ひとめぼれ」100%を使用。主菜は、肉または魚をメインに、和洋折衷バラエティ豊かです。

白米弁当/500円
赤飯弁当&山菜おこわ弁当/各600円



赤飯
400円



山菜おこわ
400円



お萩
5個入り・400円