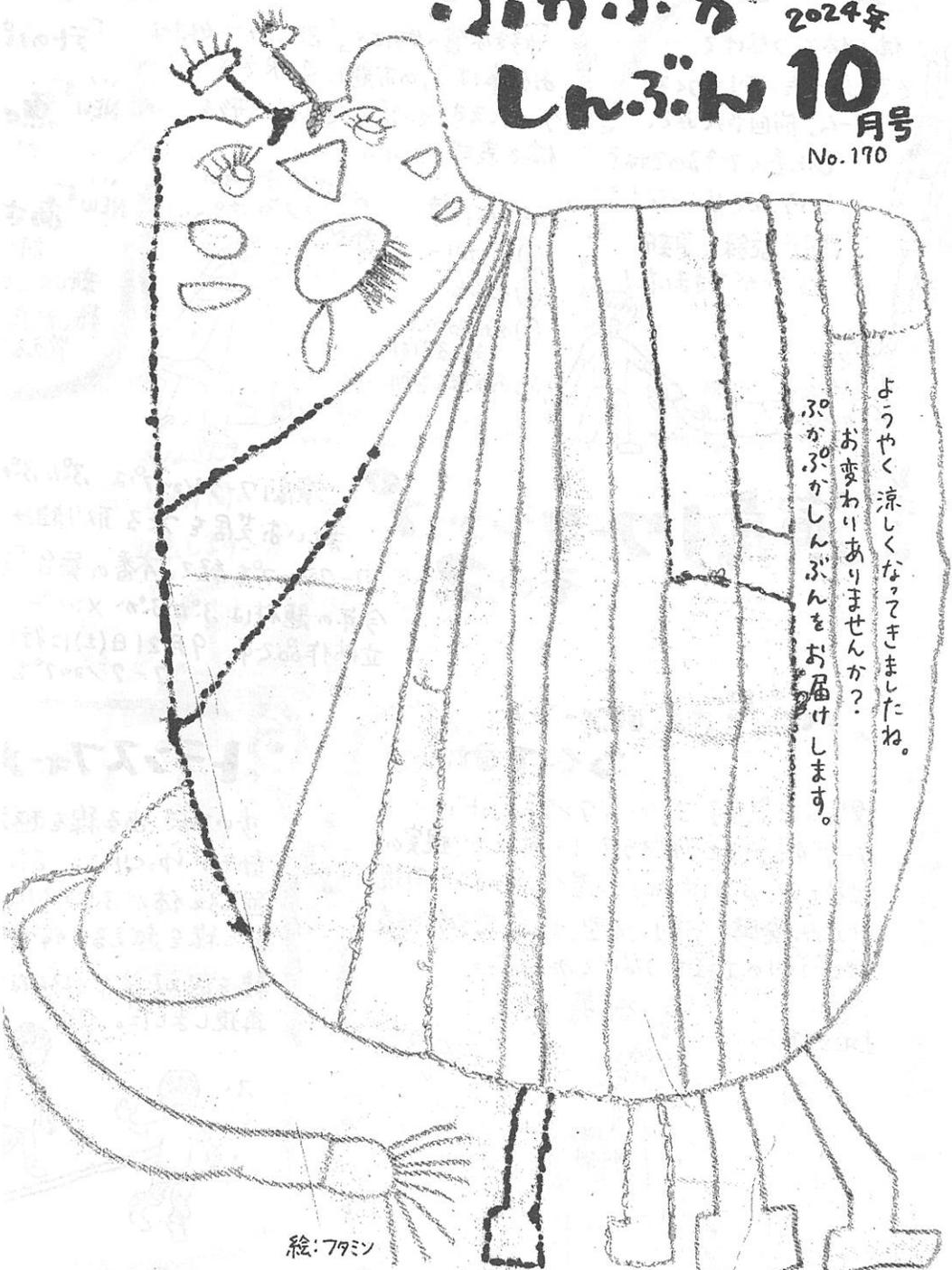


ふかふか

2024年

しんぶん 10月号

No.170



ようやく涼しくなってきましたね。
お変わりありませんか？
ふかふかしんぶんをお届けします。

絵:79ミン

1. 長並び



体と体をつなげて
できるだけ長い列をつくる
ゲーム。前回やってみて、
もっと長くできるのでは？
ということにリベンジ！
さらに記録を更新
することができました！

2. 4コーナーズ

「好きな食べ物は？」、「ぶかぶかで好きな
お仕事は？」のお題に4択でチームに
分かれます。その後好きなものの形を
体で表現しました。

- 好きな仕事
- ① ベーカリー
 - ② わんど
 - ③ ぶかぶかさんのおひるごはん
 - ④ おひさまの台所



3. うた

「テのパンはあ」「おむり」

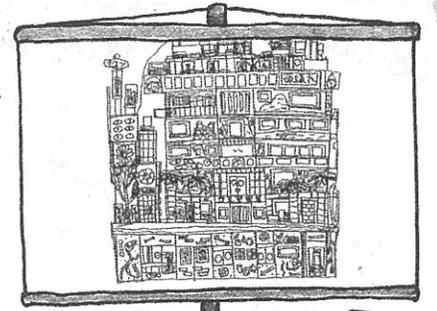
NEW「魚のいない水族館」
詩：佐藤信 曲：林光

NEW「あさのまがりかどの歌」
詩：長谷川四郎 曲：萩京子

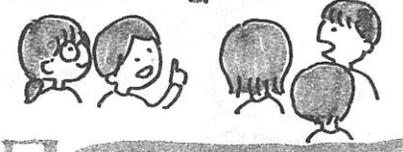
新しく2つの曲をうたいました。
難しかったけど、みんなすぐに
覚えることができました！

4. ヨッシーの作品鑑賞

今回の演劇の題材と
なるヨッシーの立体作品の
動画・写真をプロジェクターに
映して鑑賞しました。



気になったことを作者の
ヨッシーに質問し、
緑色のフランケン、
もくもくれんの目、耳の木、
パンを作るロボットなど
おもしろいモチフの真相が
聞けました。



演劇ワークショップ その2

演劇ワークショップは、ぶかぶかさんと地域のみなさんで
楽しいお芝居をつくる取り組みです。月に1回、6か月間の
ワークショップを経て、本番の舞台「表町の市場」で発表します。
今年の題材は、ぶかぶかメンバーのヨッシーが作った
立体作品です。9月21日(土)に行われた2回目のご紹介です。

5. 写真からお芝居を作ってみよう

ヨッシーの作品から6つのシーンを写真で切り取り、
お芝居で再現してみました。

ラーメン屋で出会ったカップレい
お家をきれいにしてもらった
緑のフランケンのお話

ジョギングしていたら神社の
ゆるいの仲間にされて
しまう話

おばけが怖くて
逃げるブタの話

魚やワラゲたちが
ガイコツとダンスをして
仲間になる話

いろんな駅に
行ける観覧車のお話

歌手、ジャグラー、
シャボン玉ブラスから
芸人によるショーのお話



7. パン屋さんのシーンを つくってみよう

現実の世界からヨッシーのワンダーランドに
ワープするのはどうだろう？ ということで、現実の
世界として、ぶかぶかのパン屋さんのシーンを再現。
仕込み、発酵、分割、成型、焼き、袋づめ、販売と
パンづくりの工程をつなげてみました。



6. トランスフォーメーション

歩いていき、ある線を越えると
動きがゆっくりに。また線を
越えると体がぶにやぶにやぶに。
また線を越えると体がロボットに。
線を越えた先でいろんな歩方を
再現しました。



かぼちゃチーズ

180円

これからおいくなるかぼちゃを使い、ほんの少しの塩とチーズで、あまり手をかけず、ふっくらと焼きました。

かぼちゃは美容に良い栄養素がいっぱい含まれているそうですよ!



ベーカリーふかふか

秋限定

たっぷりきのこ

230円

たっぷりのしめじ、エリンギ、たまねぎを塩こしょうで炒め、生地の上にトッピングをして焼きまげ。きのこの食感も楽しめるパンです。



ふかふか出店イベント

2024年

~~10/26(土)~~

11:00~14:00

十日市場

地区センター
体育館にて

主催: みどり障害児者
ネットワーク

緑
えん
ふか
ふか

緑区のいろいろな

選挙のため、
延期となります。
1月に予定しております。詳細は追ってお知らせいたします。



10月の

おすすめ



おひさまの台所



かぼちゃ コック

2023 10月の土曜営業はありません。

2024 次の土曜営業日は11月9日です。

おかし工房にじいろ

にじいろの Halloween

アート屋カンド ラポール美術展に 出展します!!

2024年

10/21(月)~27(日)

障害者スポーツ文化センター
横浜ラポールにて

(新横浜駅より
無料送迎バス5分)

10/21 13:00~19:00

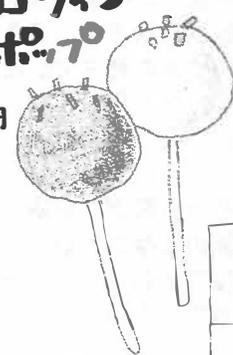
10/22~26 10:00~17:00

10/27 10:00~15:00

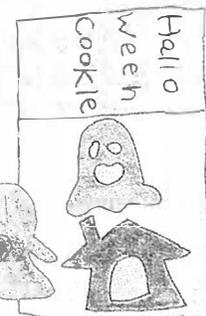
絵画・写真・書・立体造形など
たくさん作品が集まります。
おふかさんの作品もお楽しみに!

かぼちゃ×黒ごま×紫いもの
カラフルおやつが大集合!!

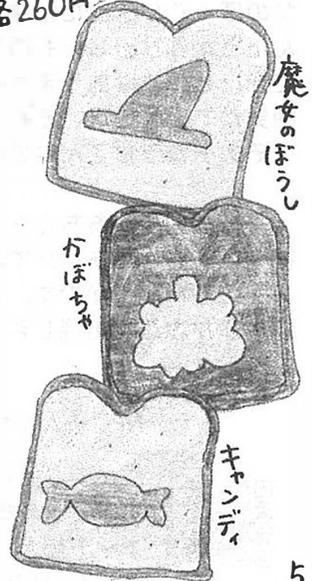
ハロウィン
ケーキポップ
各150円



ハロウィン
クッキー
150円



ハロウィンの
かくれんぼおやつ
各260円



少し前ですが、『ぶかぶかな物語』を読んだ方からこんな感想が届きました。
《 横浜市緑区霧ヶ丘にあるしょう害のある人たちが働いている「ぶかぶか」という面白いお店の誕生からの様々なドラマがとても読みやすく書かれているノンフィクション。よくある「福祉事業所」とは程遠い世界の成り立ちや世界観に引き込まれてしまいます。「しょう害があっても、社会に合わせるのではなくありのままの自分で働く」「しょう害の無い人も、しょう害のある人と一緒に生きていったほうが幸せ」それを伝えたい筆者でありぶかぶかの理事長の高崎さんの厚く深い人間愛に感動します。
この本に出逢い、いてもたっても居られなくなり、実際に「ぶかぶかさんのお店」にも行ってきました。本の通りの明るく楽しく元気なエリアで、とても幸せな時間を過ごせました。》

本を読んでいても立ってもいられなくなり、ぶかぶかのお店にやってきたという方。「とても幸せな時間を過ごせました」といいます。

障がいのある人たちの働く場で、どうしてそんな気持ちになるのだらうと思えます。障害者はなんとなくいや、怖い、近寄りたくない、と思う方がまだまだ多い社会にあって、「とても幸せな時間を過ごせました」という言葉が出てくるのはどうしてでしょうか。

別の方はこんなことを書いています。

《 私も障害のある子どもを育てていますが、家族になってよかった。家族があたたかくなりました。ぶかぶかさんは社会をあたたかくします。耕します。そのことがこの本を読んでしっかりわかりました。》

ぶかぶかさんたちは社会をあたたかくする存在なんだろうと思えます。ぶかぶかのほっこりあたたかな雰囲気、ホッと一息つけるような雰囲気は、ぶかぶかさんたちが作り出したものです。私たちがああしなさい、こうしなさい、と行ってできたものではありません。彼らがあつたままの彼らでいた時、自然にこんな雰囲気ができました。それが彼らのチカラなんだと思えます。

そのチカラがこんな素敵なぶかぶかを作り上げたのです。

こんな場所をあちこちにつくるコツ、それは障がいのある人たちに向かって、社会にあわせたあなたではなく、そのままのあなたがいちばん魅力的、と私たちが思えるかどうかです。そんな風に素直に思えるようになった時、あちこちに素敵なぶかぶかが出現します。ぜひやってみて下さい。

高崎 明

NPO法人ぶかぶか

NPO法人ぶかぶか

検索



ベーカリーぶかぶか	045-921-0506	横浜市緑区霧が丘3-25-2-203
おひさまの台所	045-923-0277	霧が丘3-25-2-204
アート屋わんど	045-923-0282	霧が丘3-25-2-205
おかし工房にじいろ	080-4634-2719	霧が丘5-26-2-201