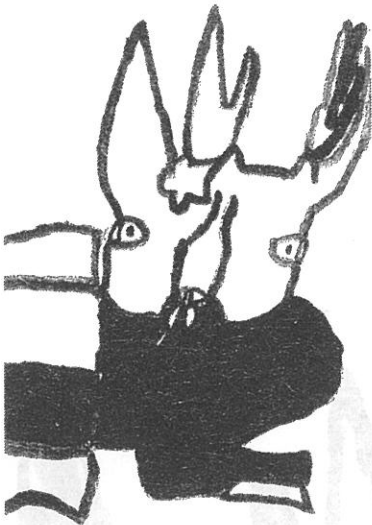


ぶかぶか しんぶん

2025年
5月号
No.177

お出かけ日和の季節ですね。
お元氣ですか？
ぶかぶかしんぶんをお届けします。





奈良旅行に行ってきました!



4/17(木)~19(土)に2泊3日で奈良県へ旅行に行きました!今月は1日目の様子を、メンバーさんたちの感想とともに振り返りたいと思います。

4/17 Thu.
ぶかぶか旅行1日目

キレイな富士山が見えました!



新横浜駅から新幹線のぞみで京都駅へ!

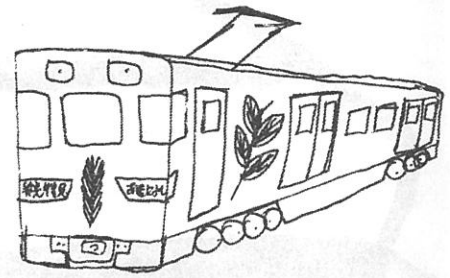
観光特急 あをによし

近鉄京都駅から奈良駅への移動は、観光特急の「あをによし」に乗りました。天平文様をイメージした柄や紫色のボディーが美しい列車でした。車内であをによしをイメージしたバターサンドクッキーを食べながらの優雅な時間となりました。

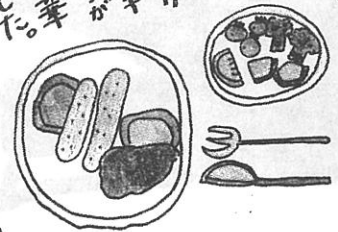
電車がレトロでかこよく、車内は外が見やすいようになってました!

なつかしい! 椅子が座りやすかったです。

レーズンサンドといちごサンドがすごく美味しかった。



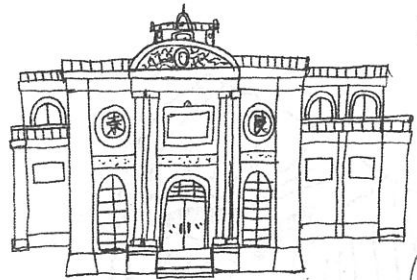
お肉が美味しかった!! スキ-のチキ-ン!!
豪華なバイキングでした。



お昼ごはん シュラスコ料理

「シュラスコ」とは、フラジルなどの南米・中南米の国々で食べられている料理です。牛肉や豚肉、鶏肉などを串に刺して炭火で焼いて食べるバーベキューのようなもの。次々に運ばれてくるお肉料理でお腹いっぱいになりました!

奈良国立博物館



仏教美術を中心とした彫刻、絵画、工芸品などが展示されていました。その中には国宝や重要文化財も含まれています。

大きな仏像は迫力がありました。

ポストカードを買いました!



東大寺への道のりは...シカがたくさん!!

シカにさわる事ができるとてもかわいかったです♡

東大寺



奈良時代に聖武天皇が建てたお寺。有名な奈良の大仏が置かれている大仏殿は、世界最大の木造建築と言われています。

写真を撮ったり、ソフトクリームを食べたり御朱印を書いてもらいました!

奈良の大仏がこんなに大きくて、写真を撮りました。



大仏様が見れてよかった。

1日目の宿 奈良ユースホステル



夕食も朝食もおいしかったです。

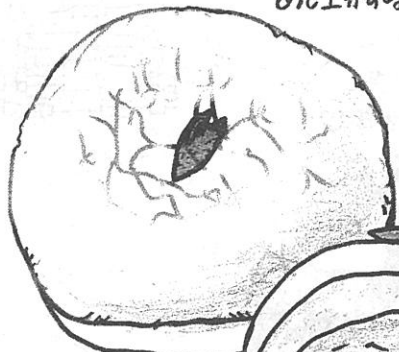
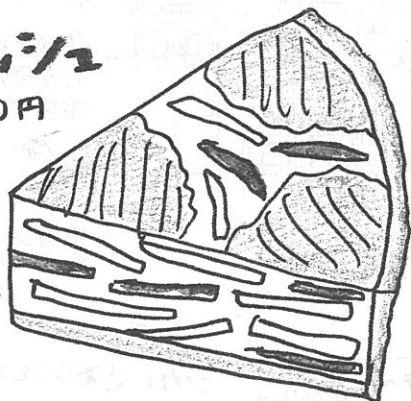
ユースホステルは元来、青少年が旅行をする際に安全で安価に宿泊できるようにとつくられたドイツ発祥の宿泊施設です。奈良ユースホステルでは、5~6名の相部屋に2段ベッドが。合宿のような雰囲気で楽しく眠りにつきました。

旅の続きは来月号でもご紹介します。お楽しみに!

たっぷり野菜のキッシュ

280円

地場の野菜を中心に
10種類以上の新鮮野菜を
使っています。豆乳仕上げなのであっさり
めし上がれます。

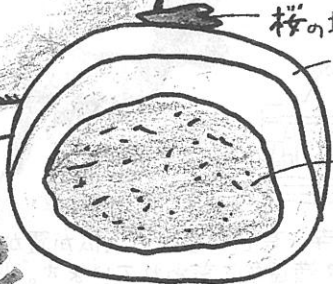


抹茶メロンパン

250円

桜の塩漬け
メロン皮

抹茶あんを
包みました



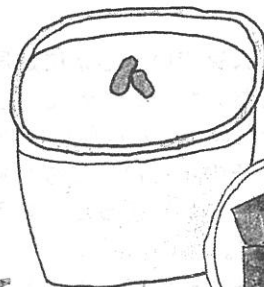
5月10日は土曜営業日です。
6月7日です。
次の土曜営業日は

5月の おすすめ

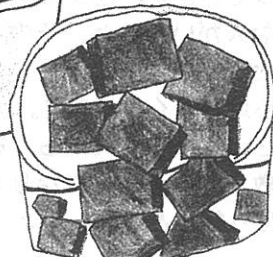
おひさまの台所

杏仁豆腐

// 冷たいデザート
いかがですか?



コーヒゼリ



おかし工房にじいろ

// 新作 //

うずまき クッキー

抹茶

いちご



ココア



スノーボールクッキーが夏味に変わります。



ショコラ



コーヒ
くろみ

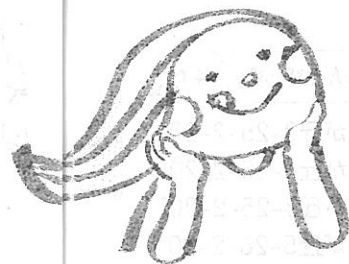
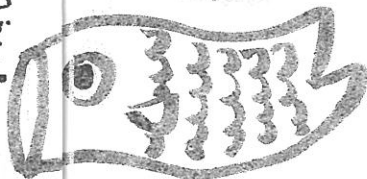


しお



レモン

冬味のショコラ、コーヒくろみ
にかわり、しお味と
レモン味が登場します。
冬味は来シーズンまで
お休みです。



BakeryPukapuka

ベーカリー
ぷかぷか

5月のワークショップ

トランスパレントで
母の日のお花をつくらう

5月10日(土) 10:30~12:00

アート屋わんどにて

参加費 200円

お申し込み 045-923-0282
wando@pukapuka.or.jp



トランスパレントは
透きとおった折り紙の
ような素材です。

4月29日(火)午後1時から緑公会堂ホール（JR中山駅から徒歩5分）で映画『そういうわけで』の上映会をします。第8期演劇ワークショップの記録映画です。

ぶかぶかさんたちと地域の人達でいっしょに芝居作りをした記録です。障がいのある人、ない人、いろんな人がいることで、とても居心地のいい場が自然にできあがっています。社会全体がそんな風になればいいなと思っています。

いろんな人がいること、そのことがとても大事。トランプのように、世の中には男と女しかいない、などといいきってしまうと、社会はとても窮屈になります。居心地が悪くなります。

ですからぶかぶかさんたちが社会にいることは、ある意味、みんなを窮屈な社会から救っていることになります。ぶかぶかさんたちにあらためて感謝！です。やっぱり彼らとはいっしょに生きていった方がトク！

更に彼らがいることで、とんでもなく面白いお話ができあがります。第8期演劇ワークショップは「フレデリック」という作品を手がかりに芝居を作ったのですが、彼らがいてこそできた芝居です。

たとえばこんな具合

「そうめんネズミがしっぽでのどごし最高なそうめんを干す→ネズミそうめんができあがる。」

「そうめんネズミ」なんて、私たちはまず思いつきません。そういう言葉がぼろっと出てくるところが、彼等のすばらしいところ。そういう思ってもみないアイデアが積み重なって、今回の芝居ができあがりました、私たちだけで作ったのでは、多分あんな楽しい芝居はできませんでした。そこにこそ、彼らといっしょに生きる意味があります。



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