

ふか しんぶん ぶかん

あけましておめでとう

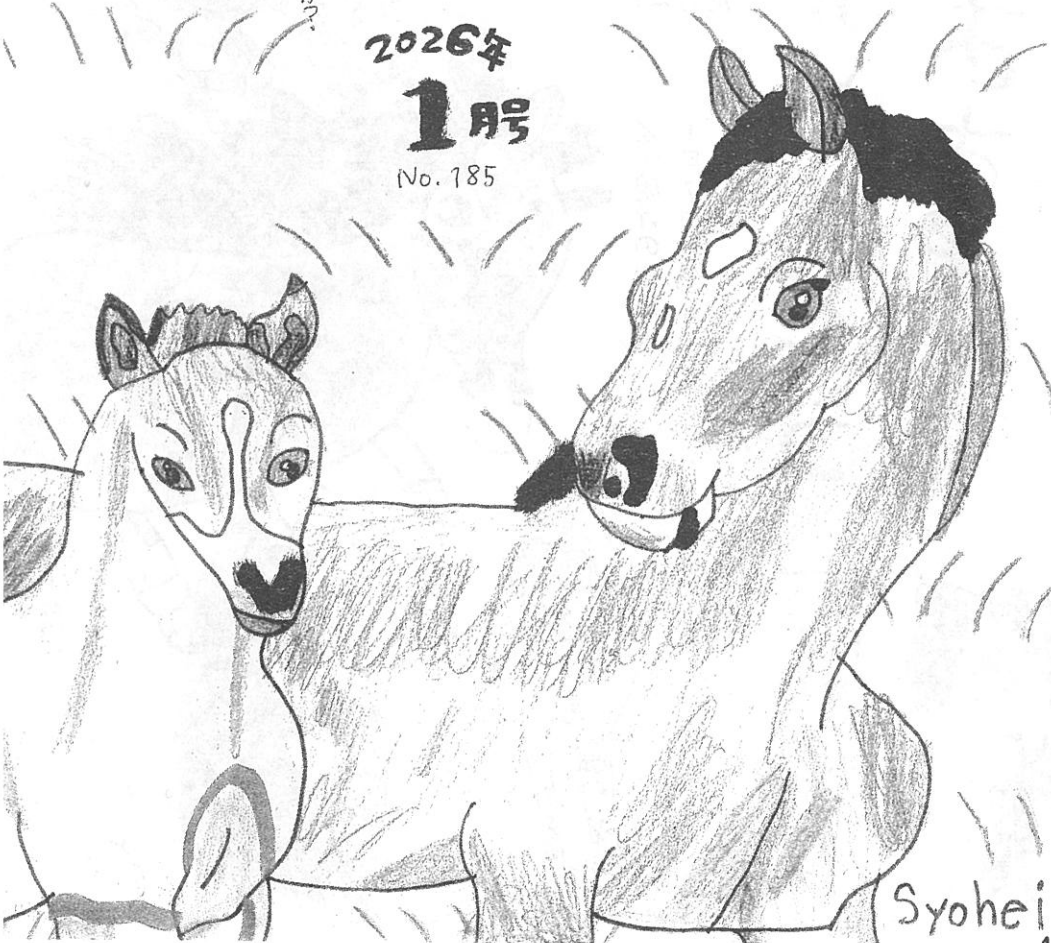
ございます。お元気ですか？

ふかぶかしんぶんを

お届けします。

2026年
1月号

No. 185



Syohai

あけましておめでとう
ございます!

今年もおいしいパンとお菓子とお弁当、
素敵なアート作品、そして楽しい
メンバーさんたちが皆様のお越しを
お待ちしております。

年明け最初のイベントは「えんフェス」
です。詳細はおとなりのページを
ご覧ください。

2026年もぶかぶかを
よろしく願い
いたします!

※年明けの営業は
1月7日(水)からと
なります。

2026, 1, 31 saturday
11:00 → 14:00

緑あって 集い
みんなで 大笑い
楽しい時間
さごきや
song song ♪

Lets try!
みんなでモルックを
楽しもう!
初めてでも大丈夫。
やさしいスタッフが
教えてくれるよ!

体育館はクツを脱
ぐので、うわばき
もってきてね。
水筒もあった
方がいいよ

わなげ・短靴etc
他にも楽しめる
コーナーが
たくさんあるよ



主催：みどり障害児者ネットワーク (緑区内の障がいに関わる20以上の団体の集まりです)

縁えんフェス祭

十日市場地区センター
体育室

申し込み制では
ありません。来てみたいな
と思ったらどなたでも参加
OK! みんなで楽しいひと
きを過ごしましょう。

イベントスペースにて

11:30 麦っば舞 ライブ
12:00 パン食い競争 (無料です♪)
13:00 ファミ★ダン
ダンスパフォーマンス
13:30 プレイキン B LIFE STUDIO
パフォーマンス&ワークショップ
13:50 パラシュートムーブメント

ワークショップ

- ・ボードゲームコーナー
- ・明花里さんのめりえWS
- ・しましげオの麦っばWS
- ・鉄道/自動車展示
- ★有料WSと無料WSがあります

販売コーナー

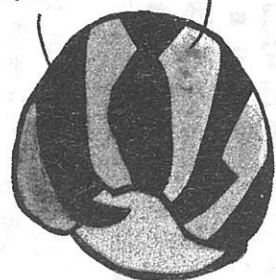
- ・餃子とカレー屋さん
- ・おせんべい屋さん
- ・にじいろの焼き菓子
- ・カード屋さん
- ・YO-YO 1釣り
- ・冬のお野菜販売
- ・手作り品販売

今年もお店が
たくさんあるよ

※内容は変更になる
場合があります。

ペーカリー ぶかぶか

ブラックココア かぼちゃパウダー



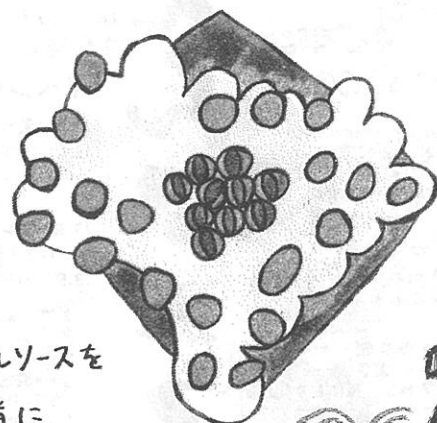
鬼のパンツ 200円

ブラックココアとかぼちゃパウダーで鬼のパンツ柄を作りました。季節限定のメロンパンです。

バシャメルトースト

320円

牛乳と玉ねぎ、バターでシンプルな手づくりバシャメルソースをぶかぶかの食パンと一緒に焼きました。表面はカリッ、中はしっとり。トロ〜リチーズがおいしいです。



アート屋わんど 1月のワークショップ

墨絵を描こう

2026年 1月10日(土) 10:30~12:00

出入り自由、参加費 無料、お申し込み不要です。



お気軽にご参加ください。

※汚れてもよい服装でおこしください。

1月のおすすりめ

1月10日は土曜営業日です。翌月の土曜営業日は2月7日です。

おひさまの台所 恵方巻 予約のお知らせ

2月3日(火)

恵方巻 1本(約18cm) 800円

ハーフサイズ 420円

を販売いたします。

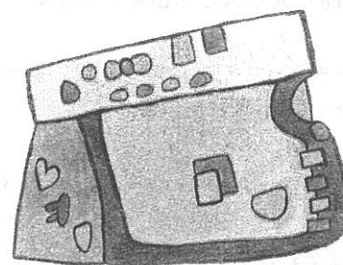


* 予約期間 1月7日(水) ~ 20日(火)

* 店頭予約票にご記入いただくか、045-923-0277(おひさまの台所)までお電話ください。

おかし工房 にじいろ

2026 うま年のおやつ //

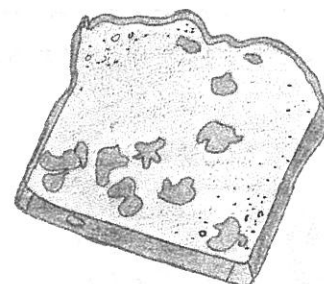


にんじんオレンジ シフォン 230円

新作!! スパイしが交かいた

にんじん パウンドケーキ

250円



先日近くの創英大学でぶかぶかさんたちと一緒に絵を描く授業で

「予想外のことが起きて戸惑った」

という感想がありました。とても素直で正直な感想だと思いました。

障がいのある人達とおつきあいすれば、予想外のことが起きることも、そのことで戸惑うことも当たり前です。そういった経験をする事で、社会にはいろんな人がいるんだ、ということがよくわかります。だからこそ、私たちは人として豊かになり、社会も豊かになるのだと思います。そしてそこにこそ、彼らといっしょに生きる意味があると思うのです。

そこを「指導する」とか「支援する」とかいて、予想外のことや戸惑うことができるだけ起こらないようにするのは、なんかね、社会をどんどんつまらなくしている気がするのです。小さく縮こまっていく、というか。そんな社会はおもしろくありません。

やっぱり社会はおもしろくないと、人生、つまらないですね。

予想外のことが起きて、ああ、どうしよう、どうしよう、と慌てふためいたり、困ったりする時こそ、相手とほんとうに出会えると思うのです。昔養護学校（今で言う特別進学校）の教員になったとき、障害児教育というものを全く勉強せずになったので、目の前の障がいのある子どもたちとどうつきあっていいのかわからなくて、毎日「ヒャー どうしよう、どうしよう」とオロオロしていました。でもだからこそ、彼らと出会うことができましたと思っています。もし私が障害児教育をちゃんと勉強していたら、「ヒャー どうしよう、どうしよう」なんてことはなくて、彼らとも「人として出会う」こともなかったと思います。

障害児教育を勉強していなかったから障がいのある子どもたちと出会えた、というの もなんか変な感じもしますが、勉強というものは時に人と人との出会いを阻むのだと思います。

人間は困ったりしたとき、どうすればいいんだらうって悩み、考えます。そうやって 私たちは人としての経験の幅を広げ、豊かになっていくのだと思います。

障がいのある人達とこんなにもおつきあしたのは初めて、という学生さんがたくさんいました。ただなんとなくふれあったというのではなく、簡単なお芝居と一緒に作ったり、絵を描いたり、といったクリエイティブな活動もたくさんやりました。

学生さん達はこれからの未来を作っていきます。予想外だらけのぶかぶかさんたちとの 出会いや、そこでの戸惑いや、びっくり感、たくさんの新しい気づきが、みんなが生きやすい豊かな未来を作ってくれるように思うのです。

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
おかし工房にじろ	080-4634-2719	霧が丘5-26-2-201