

2026年

3月号

No. 187

少しづつ暖かくなつて  
きましたね。お変わり  
ありませんか？ 2026年3月号  
お届けします。



2026年  
3月号  
お届け  
します。

# 熱海旅行に行ってきました!

2月13日(金)に日帰りで熱海にお出かけしました。  
 早起きをしてバスで出発。神社や桜並木を散策し、ホテルでお昼を  
 食べ、温泉に入るという優雅なプランとなっています。  
 ぶかぶかさんたちの旅の様子をご紹介します!

## 来宮神社

手のみや  
 じんじや

来福・縁起の神として古くから信仰されている神社です。  
 ここでご祈禱をしていただきました。初めて経験する  
 メンバーさんも多かったようです。御神木の「大楠」  
 も見に行きました。本州1位の大きさを誇るこの大楠は、  
 幹を1周まわると願いごとが叶うとされています。



ご祈禱が  
 楽しかったです。

神社で  
 お参りました。

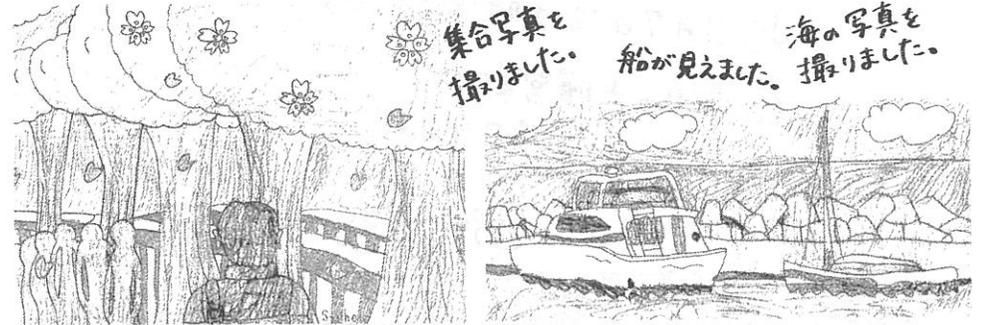
おみくじを引きました。  
 大吉でした!

カラオケで  
 「ラヴレター」を歌い  
 ました。

## 桜並木、親水公園を散策

来宮神社から熱海桜を目指して30分ほど歩きました。熱海桜は  
 早咲きの桜で、1~2月にかけて花が咲くそうです。この日は  
 よく晴れ暖かく、お散歩日和でした。桜並木を抜け、海辺の  
 親水公園に到着。広い空と海を見渡しゆっくりすごしました。

歩け  
 楽し  
 かった。



集合写真を撮  
 りました。

海の写真も  
 撮りました。  
 船が見えました。

## ホテルでお昼ご飯 & 温泉

たくさん歩いた後は、ホテル「ハートピア熱海」にてお昼を  
 食べました。豪華な和の御膳でした。  
 美味しい食事の後は、温泉にゆっくり浸かりました。



ゆっくり  
 入りました。

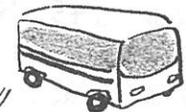
サウナも  
 入りました。

みんなで食事ができて  
 よかった!

お風呂が  
 とてもあったかくて  
 よかったです。

帰りのバスではゆっくり寝たり、カラオケを楽しむ人も。  
 海老名SAに寄ってお土産も買いました。短い旅でしたが一日を楽しみ  
 つくした日帰り旅行になりました。

熱海旅行が楽しすぎてキラキラ  
 嬉しすぎてキラキラだよ!



# 3月のおすすめ

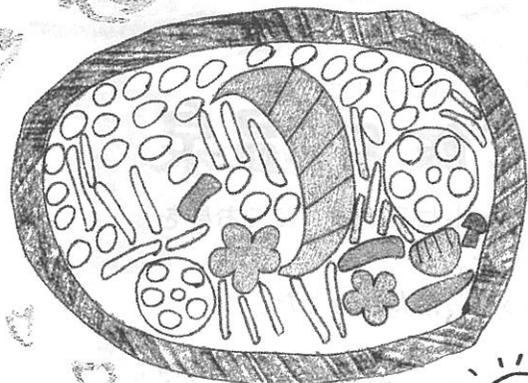
✿ 3月7日は土曜営業日です。

✿ 翌月の土曜営業日は  
4月4日です。

おひさまの台所

## 春のちらし寿司

毎週月曜日 ちらし寿司を販売し  
ます。  
ゆずちらし、ひじきちらし、鶏五目  
ツナそぼろちらし... などなど  
週替わりで登場するちらし寿司!! お楽



今週はどんな  
ちらし寿司かな?

アート屋わんど 3月のワークショップ

キャンバスに絵を描こう

3月7日(土) 10:30 ~ 12:00

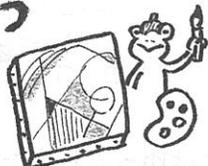
アート屋わんどにて

参加費: 500円 定員: 8名

お申し込み 045-923-0282

wando@pukapuka.or.jp

汚れてもよい服装でおこください。



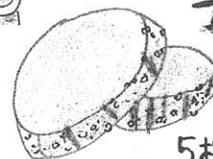
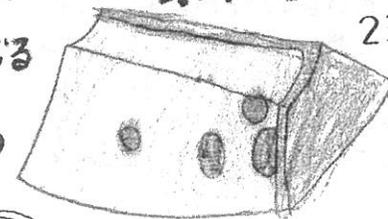
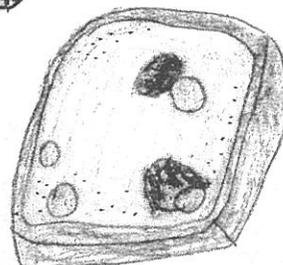
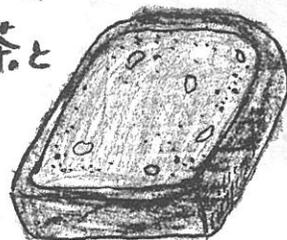
ほう  
じ茶と  
くるみ  
パウン  
ド  
230円



きなこ  
と  
甘納豆の  
パウンド  
250円

おかし豆腐  
ぽぽぽぽ

和を感じる  
おやつたち



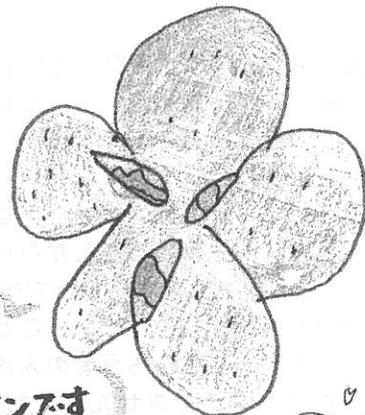
ダイヤモンド  
抹茶クッキー

5枚入 220円  
8枚入 380円

ぷかぷか  
ぷかぷか  
ぷかぷか

## 桜あんぱん

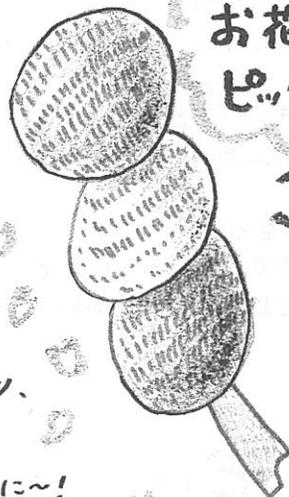
季節限定のさくらあんを  
入れたあんぱんです。



お花見や行楽に  
ピッタリの菓子パンです

## 3色だんごパン

まんまるい揚げパンに、いちごパウダー・  
きび砂糖・抹茶パウダーをまぶし  
3色だんごに見たてました。



ろう者の人達は「音の概念を持たない」といいます。音が全くない世界を生きています。私たちから見ると、なんとも不自由な世界に感じたりしますが、でも、ずっとその世界に生きてきているので、聞こえないのは当たり前で、不自由でも何でもありません。

音の概念を持たない人達の舞台を見ると、音のない世界からこんなにダイナミックなステージが生まれることがわかり、ただただ驚いてしまいます。こういう世界の人達とはおつきあいた方がいい。お互い世界が豊かになります。

私たちは何かができることはいいことで、できないことはだめ、みたいなイメージがあります。でも、ろう者の人達にとっては、聞こえないことは当たり前なので、だめではありません。それを考えると、おしゃべりができないとか、字が書けないとか、いろんな人がいますが、別にできないことがだめではなく、おしゃべりをしない世界、字を書かない世界をその人達は生きているのではないかと思ったりするのです。

そんな風に考えると、何かができるように支援する、などというのは、かえってその人の生きている世界を邪魔してる気がするのです。私たちの側の思い上がりとも言えます。もう少し謙虚に彼等の生きている世界とおつきあいた方が、得るものがたくさんあるような気がします。

これ、すごく楽しい絵です。でも、文字を追いかけると、何が書いているのかよくわかりません。文字を追いかけることが野暮なんだと思います。そのまま、この世界を楽しむ。そうやって彼等の生きている世界を楽しむ。それがいっしょに生きていくということだと思います。 高崎 明



### NPO法人ぷかぷか

NPO法人ぷかぷか



- |           |               |                    |
|-----------|---------------|--------------------|
| ベーカリーぷかぷか | 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      |