

ぶか
しんぶ
ぶか
ん

2026年

10月号

No.194

秋らしくなってきましたね。
お変わりありませんか？
ぶかぶかしんぶんをお届けします。

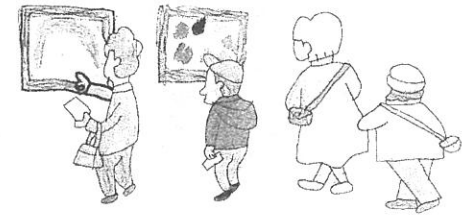
絵: AYA

イベント出店のお知らせ

- 10/3(土) かたらいフェスタ @ えだ福祉ホーム 青葉区荏田町の施設「えだ福祉ホーム」のお祭りに参加します。
- 10/11(日) ふくしまっり @ るる*みどり館 福祉クラブ生協のチャリティーイベント。
- 10/23(金) ふれあい福へ市 @ たまプラーザテラス 青葉区内の福祉事業所や活動団体が出店し、それぞれの活動の魅力を発信しています。
- 10/25(日) 横浜創英大学・秋桜祭 …… ぶかぶかのご近所の大学
東京賢治シュタイナー学校・学校祭 …… 霧が丘に姉妹校のシュタイナー学園があります。学校祭は東京都立川市の学校にて。★
- 10/25(日)~11/3(火) ラポール美術展 @ 横浜ラポール ぶかぶかの作家19名の作品が展示されます。他の事業所の作品もたくさん集まります。
- 10/31(土) 田奈中学校・ふれあいの集い …… 地域の方に田奈中を知ってもらうためのイベント。ステージ発表や模擬店、バザーなどがあります。
川和保育園 バザー …… 保育園の父母の会によるバザー。こだわりのお菓子やハンドメイド品などが並びます。★
- 10/31(土)・11/1(日) 東洋英和女学院大学 学園祭 こちらもぶかぶかのご近所で、実習やなどでつながりのある大学です。★
- 10/31(金)~11/8(日) かながわともいきアート展 @ 赤レンガ倉庫1号館 2F 神奈川県内に在住、また会期中に数回、ぶかぶかの物販やワークショップを予定しています。
- 11/7(土) グリーン収穫祭 @ 社会福祉法人グリーン 青葉区鴨志田町の施設「グリーン」のイベントです。グリーンさんのお野菜の販売も楽しめます。

★…委託販売のため、当日ぶかぶかのメンバーさんによる販売はありません。

さん！10月から11月はじめにかけてぶかぶかが出店するイベントや、をご紹介します。



ティーイベント。

活動団体が出店し、それぞれの活動の魅力を発信しています。

で、学生さんの実習や福祉学習で交流しています。★

イナー学園があります。学校祭は東京都立川市の学校にて。★

品が展示されます。他の事業所の作品もたくさん集まります。

てもらうためのイベント。ステージ発表や模擬店、バザーなどがあります。

バザー。こだわりのお菓子やハンドメイド品などが並びます。★

所で、実習やなどでつながりのある大学です。★

は通っている障がいのある方の公募展です。入選した作家さんの作品が展示されます。の物販やワークショップを予定しています。

「グリーン」のイベントです。グリーンさんのお野菜の販売も楽しめます。

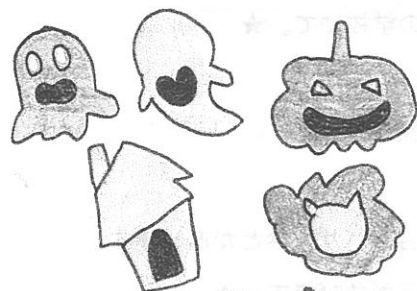
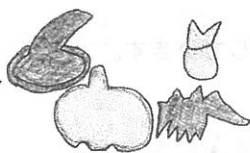


おかし工房 にじいろ

今年もハロウィンシーズンが
やってきました!!



ハロウィン
4色クッキー



ハロウィンクッキー

アート屋 わんど

10月のワークショップ

絵の具と筆で描いてみよう!

～いろいろな顔～

10月3日(土) 10:30~12:00

アート屋わんどにて

定員: 8名 参加費: 100円

お申し込み 045-923-0282

wando@pukapuka.or.jp

絵の具と筆の良さを
生かして、顔の絵を
描いてみよう!

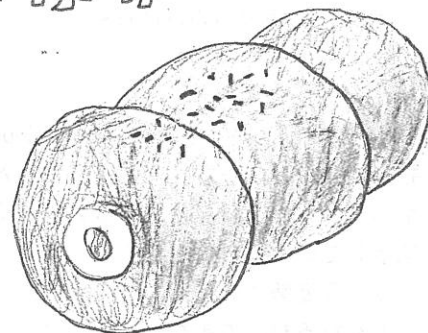
④ 10月3日は土曜営業日です。
④ 次の土曜営業日は11月14日です。

10月のおすすすめ

ベーカリー ぷかぷか

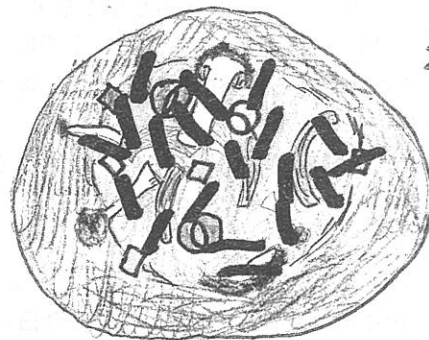
ちくわパン

ちくわの穴に ツナマヨネーズをつめ
パン生地で包んで焼いた
惣菜パンです。ちくわとパンの
相性抜群。



秋のたっぷりきのこ

きのこが主役の惣菜パン。
ねりごまと塩こうじのコクが
特徴の食感を楽しめる
和風のパン。



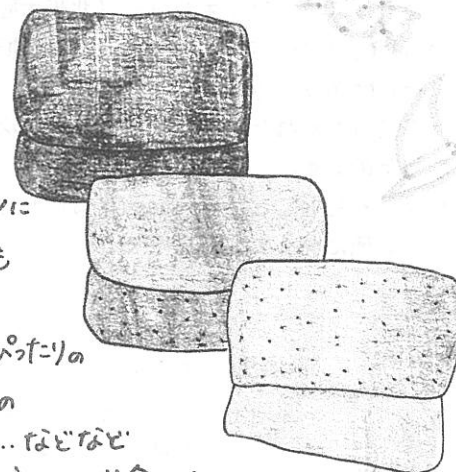
おひさまの台所

10月のおひさまケーキ

禾火の「おひさまケーキ」できました!

ふんわり蒸しパンのような
おひさまケーキ。10月はハロウィンに
ちなんで かぼちゃのケーキ も
仲間入ります!

かぼちゃの甘さを生かした秋にぴったりの
おひさまケーキです。もちろん、定番の
小松菜、にんじん、セロリ、ごぼう... などなど
いつものケーキもお作りします! お店での 出会いを
お楽しみに~。



障害者のことを英語では

- | | |
|-----------------------------|--------------------|
| 1. person with disabilities | 2. disabled person |
| 3. handicapped person | 4. impaired person |
| 5. challenged person | |

というそうです。私は5のchallenged personという言い方が好きです。障がい
に挑戦する人、という意味でしょうか。とても前向きな感じがします。障がいによ
り生じた様々な困難な状態をなんとか変えたいと前向きに努力している人。それ
に拍手している感じがします。いかにもアメリカ人ですね。

こういう姿勢こそが、本人の自立を促す気がします。自分の努力を評価し、応
援してくれるわけですから。本人にとってはとてもうれしいことですね。

翻って、日本ではどうなのか。少なくともchallenged personとして応援する
といったことはありません。何かやってあげるとか、支援する、という関係に
なってしまうことが多い気がします。いずれも上から目線の関係なので、本人に
っては、何かうざい感じがするのではないのでしょうか。

そういうことに想像力が働かないのは、本人の自立を妨げることになります。
相手とフラットな関係を築けないのは、相手と人として出会えないことであり、
すぐもったいない気がします。

私たち自身が人生の様々な局面でchallengeしてるのか、そこが問われてる気
がするのです。challengeしてないから、相手のchallengeも見えない。今日も明
日も明後日も、そのずっと先も、同じような日々が続くのであれば、なんだかす
ごく退屈な人生のような気がするのです。

なんだかんだ言っても、いろんなことにchallengeし、緊張感のある人生が楽
しい気がします。

昔アラスカのマッキンリー（北米大陸の最高峰、約6200メートル）に
challengeしたとき、お世話になった地元の方が

Try hard and you shall succeed!

って言ってくれたのですが、言葉通り必死になってTryし、ほんとうに登頂に成
功したのです。

日々いろんなことにTry hardすることは、人生をわくわくするものにしてくれま
す。必死になってトライすること、そうすればあなたはきっと成功します。

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