

KAWAWA presents! 「花粉ちゃんマグネット」1個500円



カプカプ川和土曜営業特別メニュー用のランチョンマット制作を担当しているつるちゃん。作り始めてから早一年…作品も10点を超え、「つるちゃんのランチョンマット展」を開催することになりました！ 新しいランチョンマットデザインのベースとなる物語として、今回つるちゃんは「春」をテーマに素敵な文章を書きました。そしてそこから生まれたのが「花粉ちゃん」。花粉症のつるちゃんには大敵ですが、とってもかわいい花粉ちゃんマグネットです。「つるちゃんのランチョンマット展」は3月中旬から5月中旬まで。マグネットも個数限定商品ですのでお早めに！



TAKEYAMA presents! 「パウンドケーキ」1カット150円～

念願の製菓工房が2017年春に完成し、材料や製法のリニューアルを重ねたパウンドケーキを、自信をもってご紹介します。パッケージには竹山メンバーの描いたイラストを使用し、まさに「カプカプ竹山」を堪能できるケーキです。バナナビーンズと少しコクのあるきび砂糖を使用することで、シンプルな中にも香り高い「大人の味」に仕上がっている「プレーン」。



「抹茶」は、宇治抹茶をふんだんに使用した本格派。洋菓子が苦手な方にもおすすめしたい一品です。有機チョコ・有機ココアをぜいたくに使用し、濃厚な香りが楽しめる「チョコマール」はマール模様が見た目にも美しいケーキ。その他、季節商品としてレモン・柚子等もご紹介します。ぜひ一度、ご賞味ください！

HIKARIGAOKA presents! 「コジマ人形」5,000円



ミロコマチコワークショップ前に、アイデアを探しに行ったJIKE STUDIO（横浜市青葉区）でやっていた『山崎小夜子展』。デニム生地にあクリル絵の具で描き、半立体に仕上げる、素敵な作品たち。早速、カプカプズたちにも好きなものを描いてもらいました！ 最近アンジャッシュのボケ担当、「大島さん？」「児島だよ！」でお馴染みの、児島さんにはまっている高橋智美さんが描いたコジマは、つなげてみたら意外とでかく、存在感がいとおしい、コジマ人形になりました！ いつでもどこでも、あなたのおそばに。必要以上に「児島」に詳しくなれる「コジマ物語」も付いてきます。

やまなし

カプカプ川和
横浜市都筑区川和町1331-1
045-938-5801

カプカプ竹山
横浜市緑区竹山3-1-8, 3102-203
045-934-6668

カプカプひかりが丘
横浜市旭区上白根町891-18-4-103
045-953-6666

応援団
大募集中です！



題字：キヤマジュンスケ、「マミリン」イラスト：アゼカワマユ

FHSネットカプカプ 新会員募集と継続加入のお願い！！

「やまなし」は、カプカプの後援会「FHSネットカプカプ」の通信です。FHSネットカプカプでは、カプカプを応援するために、広く会員を募集しています。カプカプの様々な活動を支え、見守ってくださるよう、新規加入をお願いいたします！ また、今まで支えてくださっている会員の皆様には、引き続き、応援をお願いいたします。

●年会費1口1,000円（1口以上何口でもOK!）
郵便振替 00290-2-36249 FHSネットカプカプ
HP kapukapu.org
メール kouenkai@kapukapu.org

かねてから、運営委員会や理事会で検討を重ねてきた「生活介護事業」へ、2017年12月1日をもって無事に移行いたしました。これを持ちまして、カプカブは、横浜市の地域活動支援センターから、国の事業となり、名称も長年親しんできた「地域作業所」をはずし、それぞれ「カプカブ」「カプカブ竹山」「カプカブ川和」となりました。とはいうものの、メンバーさんは変わることなく、仕事の内容も今まで通りです。「介護」なんて名前がついていますが、これまでのように、いや、これまで以上に売上げて、メンバーさんたちにもっともって工賃を支払っても構わないのです。

移行することで、事業所として収入が増える見込みなのですが、これまでギリギリの人数でしのいできたスタッフ体制をさっそく強化することができました。このことで、メンバーさんにこれまで以上に丁寧に寄り添い、一人ひとりにあった「はたらく」を模索できるはず。さらに、狭い意味での「利用者」のためだけの場所ではないのが、カプカブです。ご近所で何か困ったり悩んだりしている人がふらりと立ち寄って頼れるような存在として、地域に開かれた場としてありたいと思っています。そうすることで、カプカブのメンバーさんたちに何かあったときに地域のみなさんに護ってもらえる、そんな関係ができるのだと考えているからです。

そんなごちゃ混ぜでザッゼンとしたネットワークをひかりが丘団地・竹山団地・川和町エリアで育てていくこと、各区さらには横浜市全域へと広めていくこと、その結果カプカブのメンバーさんたちがどこにいても安心な世の中にしていくことを着実に推し進めるスタッフのチームワークに、どうぞご期待ください。（鈴木励滋）



カプカブ 妄想 商品カタログ



石川郁弥ファン待望の写真集が、遂にできました！カプカブの「伝説のマヌカン」として、日々せっせとバザー商品を出すより着ては、道行くおばさま方を虜にする石川郁弥。その、素顔とファッションをたっぷり楽しめる写真集です！ 全30ページ、オールカラー。ファンクラブ情報も満載です。税込み2,500円！（注：こちらは「妄想」商品につき、まだ、実在しません。）

カプカブ
人気マヌカンの
素顔



石川郁弥
アイドル写真集

『カプカブ川和土曜営業』（毎月第4土曜に開催）のおススメ



ソーキそばとじゃーレー (2017.3) ハロウィンのパンプキンシチュー (2017.10) ミートソース&パンナコッタ (2017.5)

ソーキそば、手打ちうどん、スパゲティミートソース、オムライス、サバの味噌煮定食、、、これらのメニューは、これまでの土曜営業でお出しした、1日限りの特別メニューです。バラエティーに富むメニューはメンバーから提案してもらって決めます。自分が食べるつもりなんじゃないかと思うくらい、いろんなアイディアが出されるので1つに決めるのも一苦労な特別メニューなのです。

月1回とはいえ、土曜日は近所の方々や、平日は来られないんだけど、というお客さんが来てくれます。前を通って気になっていたんだけどようやく来られた、と言ってくるお客さんも時々います。メンバーが「働き」に来るところとしては土日祝日が休みの施設ですが、ご近所の皆さんにも気軽に立ち寄ってもらえて、メンバーの工賃をもっともって上げるためにも、「お店」としての工夫を重ねていきたいと思います。

もうひとつ、土曜営業で見逃せないのが、特別メニューに合わせて作られる特製のランチョンマット！ソーキそばなら沖縄生まれのヨナミネさん、オムライスにはもこみちさん、サバの味噌煮には元寿司屋さんで魚の扱いには定評のあるスタッフのコーダ君など、身近な人が特別メニューとコラボする物語を、カプカブメンバー・つるちゃんが描いてくれるランチョンマットです（「つるちゃんのランチョンマット展」は5月中頃まで絶賛開催中！）。カプカブ川和自慢の、一点モノの手作り布製品たちも、店内で展示販売されています！ぜひ、カプカブ川和に足を運んでみてください。

ファイト・ダイエット!!

年に一度、都筑区の訪問看護師さんが来てくれる「健康相談」があります。カプカブ川和で多い相談は“体重が増えちゃった”こと。普段の食事を振り返り、ここをがまんしよう、とか味のついた飲み物でなくお茶にしよう、等々アドバイスを頂きますが、習慣になってしまっているものを変えるのはなかなか難しいですね。身体を動かす機会も意識して作らないと、動かずに日々過ごしてしまいがちなのは、スタッフメンバー共通の悩み。Nさんのこんな（右図）工夫を見習って、楽しくわかりやすく、健康な日々を送っていきましょう。

