

なかま亭 通信

No. 110 “新春号” 2026.1

お弁当・食堂と売店の

『なかま亭』

青梅市今寺4-6-25

☎ 0428-32-8825

FAX 0428-32-3354

HP <http://www.nakamatei.jp/>

「なかま亭」で検索



新年あけましておめでとうございます。

日頃より、なかま亭の活動に深いご理解と温かいご支援を賜り、心より御礼申し上げます。

昨年も、地域の皆さまや関係機関の皆さまのご支援のもと、お弁当づくりをはじめとする事業を継続することができました。市役所2階喫茶スペース「だんだん」への参加や、こども無料弁当の実施など、数多くの出会いと励ましをいただいた一年となり、改めて感謝申し上げます。

本年も、メンバーが誇りをもって働き、安心して通い続けられる居場所であるとともに、なかま亭に関わるすべての方が、安心して集い、ほっとできる場所であり続けられるよう、メンバー・職員一同、心を込めて取り組んでまいります。

皆さまにとって、新しい年が健やかで実り多い一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

社会福祉法人 青梅なかまの会 理事長 佐藤友之

好きなことを、好きな仲間と

ナカマティ レクリエーション

日曜日は、なかま亭がちょっと特別になる日

月に1回程度、日曜日にレクリエーション活動を行っています。平日は仕事に取り組んでいるメンバーが、リフレッシュし、楽しい休日を過ごせるよう企画しています。

ここ2年ほどはクラブ活動を中心とした活動に。それぞれが自分の好きなクラブを選び、クラブごとに活動することで、「選ぶ楽しさ」や「仲間と過ごす時間」を大切にしています。



左：脳トレ部の活動のひとつ、切り絵製作。このほか料理や買い物、活動は多岐にわたっています。

右：ダンス部は外部講師を招いて活動。本格的な振り付けを学んでいます。3月の発表会に向けて特訓中！



お楽しみ昼食の様子

左：わんこそば

中：自分で作るピザ

右：ビュッフェ

かすみフードフェスティバル 雨天中止を「楽しみに」変えて

11月9日は年1回の一大イベント かすみフードフェスティバル でしたが、残念ながら雨のため中止に。しかし、なかま亭内に体験イベントブースを設け、気分を切り替えて楽しめる一日となりました。



全員でパン食い競争
大歓声で、大盛り上がり



みんな大好きカラオケ！

バナナヨーグルトづくり



ザ・プロフェッショナル

なかま亭マイスターへの道

CASE.12 餃子マイスター 野崎さん



2013年に通い始め、13年目を迎えた野崎さん。メンバーや職員の出勤状況をすぐに把握する環境洞察能力が抜群です。手先の器用さを活かした餃子づくりは、朝いちばんの仕事です。

ひき肉と野菜、調味料を入れ、全体がなじむまで混ぜます。手の感覚が大切な工程です。混ぜ合わせた具材は、ひとつ分ずつ計量し、重さをそろえてから包みます。



手作業とは思えないほど、きれいにそろった仕上がり！10時まで50個を作り、完成です。一つひとつ丁寧に、そして時間を意識しながら取り組む姿が、なかま亭の美味しい餃子の秘訣です。

マイスターへの質問

質問：仕事中、気をつけていること

ぎょうざのぐのばしを
かいのまんなかしにきをつけている

TOPICS

がんばっています、委員会活動



美化委員会

委員2名と、施設内の掃除・整理整頓状況をチェックしてまわりました。掃除には力を入れています、改めてチェックすると不十分なところも発見できました。「ものがわかりにくい」「ゴミ分別の貼紙が汚い」など、気づいたことがたくさんありました。

「事務所はゴチャゴチャしすぎ」との厳しい意見も。次回委員会では貼紙を新しくする予定です。



感染防止委員会

インフルエンザなどが流行る季節、感染症にかからないために大切なことを話し合い、手洗いや体調管理など、生活の中で気をつけたいポイントを確認しました。



その後、内容をまとめたポスターを作成。みんなに分かりやすく伝えられるよう、色を塗るなどの工夫をしました。みんなが安心して過ごせるよう取り組んでいます。

TOPICS

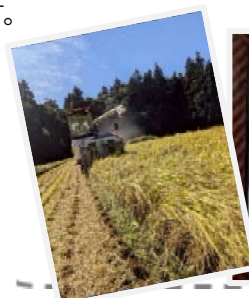
お米契約農家さん 金匠受賞！



なかま亭のお弁当は、「冷めていてもご飯が美味しい！」とご好評をいただいております。それもそのはず、なかま亭で使用しているお米は新潟県長岡市栃尾産のコシヒカリ。山あいの寒暖差が育てた、粘りと甘みが特徴です。

令和7年度の新米は、9月17日のお弁当より提供しております。

12月上旬にお米農家さんより、嬉しいお知らせが届きました。新潟県長岡市うまい米コンテストに応募し、金匠を受賞したとのこと。私たちもとても嬉しく、誇らしい気持ちでいっぱいです。ぜひ、皆さまにもその美味しさをご賞味いただければと思います。日々のお弁当の中で、その美味しさを感じていただけたら幸いです。



できごと		これから	
9月	7(日) 日曜ミニレク 13(土) 家族会 28(日) 日曜ミニレク	1月	6(火) 仕事始め・通信発行 18(日) 日曜レク クラブ活動
10月	25(土) かすみの里秋祭り 出店	2月	14(土) 友の会総会 14(土) 家族会 22(日) 日曜レク
11月	3(日) 友愛学園祭 出店・職員美化デー 10(日) 第32回 かすみフードフェスティバル ※雨天のため中止 ミニレクに変更	3月	15(日) 日曜レク クラブ活動発表会！
12月	6(土) 青峰学園フェスタ 出店 7(日) 日曜ミニレク クラブ活動 27(土) 仕事納め	 <p>なかま亭新春寄席 令和8年2月7日(土) 14時～15時半 出演：真打三代目三遊亭歌笑 他 料金：1000円 お電話などでお申し込みください。</p>	

なかま亭の風景

なかま亭の成長に
縫物ボランティアさんの存在あり！

日々の活動を支える大切な力ー、頼もしいお二人

なかま亭の職員として勤務されていた鈴木さんは、退職後、得意の裁縫を活かしてボランティア活動を本格的にスタートされました。展示会にお客様として来ていた廣瀬さんも加わり、お二人は約10年間、二人三脚でなかま亭を支えてくださいました。

メンバー一人ひとりの体型に合わせてエプロンのサイズを調整したり、ほつれを丁寧に縫い直したり…。使いやすさはもちろん、見た目の美しさにも細やかな心配りをもって修繕してくださるお二人の腕前は“凄腕”そのもの。お願いすると、すぐに対応してくださる頼もしさも魅力です。

令和7年12月をもって、活動は一旦終了いたします。お二人の温かなサポートが、なかま亭での毎日の活動をより快適で楽しいものにしてくれました。長年にわたるご協力に、心より感謝申し上げます。



毎週木・金曜日の午前中が活動日。
背中から伝わる、丁寧な手仕事の時間です。



【着物から生まれた小物展】

ボランティアさんの企画による展示販売会。寄付などで集まった着物や布地を活用し、素敵にリメイクした作品を展示・販売しました。

令和7年度は、11月27日～29日に開催され、売上総額¥124,000-はすべて、なかま亭に寄附されました。

