

# あっぷるかわら版 2月号



## あっぷる メンバーからの言の葉

あっぷるを利用している人(メンバー)からの言葉を添えます。

私はあっぷるに入って12年になります。この12年間の間で思い出すことは、移転前の新町川ボードウォークで月に一度行われていたマルシェに参加していた事がとても楽しかったこと、スイーツ作りをしていて出来るようになって嬉しかった事、レジをして、お客様と笑い合えるようになったこと、ボードウォークのスイーツ工房で居た時は、鍵を開けて、ロールケーキを任されて一人で焼いていた事、一番の想い出は、お弁当作りから離れて“これからはスイーツ工房の方でケーキを焼く人になってください”と声を掛けてもらえた時のことは嬉しいことでよく覚えております。もっと誇りを持って、出来ることを増やして自信をつけます。

あっぷるでは、自分のことを求めてもらえる、欲して必要としてもらえることがとても嬉しいです。もう、ここでは「不安をふっ飛ばそう!」と言ってもらえて、本当に嬉しいです。ここまでこられたのは長い道のりには、あっぷるの理事長、施設長、スタッフ、メンバー、応援して下さるお客様、支えてくれる家族、みなに励ましてもらい救われました。これを肝に命じて日々頑張りたいです。(ロールケーキ担当 K.N)

私はあっぷるに来て2年程経ちます。今は仕事も順調に進んでき、ペースを大切にしています。ただ、体調管理はまだまだ甘く、バランスを崩しやすいので、これから的人生においての大きな課題です。毎日の生活はとても辛く、幻聴や幻覚に支配されることが多いです。そのため、コントロールが効かなくなり、自制ができなくなります。コントロールができるように目標を持ちながら過ごしたいです。

あっぷるの生活で言えば、たくさん学んできたことは多くあります。仕事はたくさんできてきましたが、環境のことと言えば、生活の自立を目標にある程度環境づくりが必要と思っています。毎日敏感で、疲れやすい体だからこそ、自分に見合った生活環境の作り方を考えていきたいです。あっぷるに来てから私も、スタッフさんに教えてもらったことはすごくたくさんありますが、自分の体調においてはすごく相談してきました。また、生活面や普段の内容は、家族やお医者さんと相談して、少しずつにはなりますが、自立という人生の課題を大きくステップアップしていきたいです！(ホール担当 Y.M)

私はあっぷるに来て良かったです。最初は緊張をしていました。あっぷるの皆と仲良しになれるのか心配でした。今は皆と仲良しになって良かったです。ずっと皆と仲良しておいたいです。以前、籠屋町商店街の時は、近くの阿波銀行へお弁当の配達に行っていました。雨の日などは阿波銀行の配達は大変です。お盆の営業の時はキュービックアイスを工房に運んだりしていました。阿波踊りの時は人が多かったです。

今は、南庄町の工房でフロランタンのシュークリエ生地を伸ばしています。上手に伸ばせれるようになって良かったです。スノーボールの生地も丸めています。今は早く生地が丸めれるように練習しています。それ以外にも、土曜日限定のチョコバナナマフィンの材料の計量もしています。周りを汚さないように計れるようになります。さらには、ダージリンジュレの上の部分の仕込みをしています。上手になりたいです。これからもあっぷるの皆を大切にしたいです。(工房担当 M.A)



裏面もあるよ



# 2026年のあっぷるのスローガンが決定 『私たちの笑顔は無限大』



晴れの日もあれば、雨の日もある、何があってもあきらめず「うま(馬)く行く」ように皆で団結して、明るく元気に1年を過ごしたい。そうすると私たちの笑顔は無限に広がる!!

今年で3回目を迎え、あっぷるでも恒例となりつつあるスローガン決めを皆で行いました。メンバー・スタッフがひとり一人スローガンを発表し、また、スローガンに決めた理由等をプレゼンします。そして、皆が投票して決定します。今年は、同票の案が3つ重なり、最終投票にて決定しました。最後に残ったスローガン案は、「団結は力なり」「一生懸命」そして、「私たちの笑顔は無限大」でした。この3つ以外にも「いつもえがお」「笑顔・活気あふれるあっぷる」「元気な笑顔が明日のちから」など今年は「笑顔」をキーワードに多くの人があげていました。このスローガンを皆で表現できるあっぷるでありますか?また私たちに教えてください。

## あっぷるの日常のあれこれ



毎日約16名のメンバーが来て作業を行っています



5のつく日は 月に一度の55ランチ

2月の55ランチはお休みとなります。ご了承ください。

街の中の喫茶店あっぷるでは、月に一度、5のつく日は、通常800円の日替わりランチが、550円とお得になります。次回は**3月5日(木)**を予定しています。無くなり次第終了となります。11:00からご予約は可能となっています。

街中の喫茶店あっぷる・あっぷるスイーツ工房  
営業日 水・木・金・土 (休業日 月・火・日)

社会福祉法人ハートランド  
ホームページQR

※ 祝日営業はお知らせします。

営業時間 11:00~15:00

ランチ 11:15~無くなり次第終了

Tel : 088-679-8225 予約可能

