

SSTK

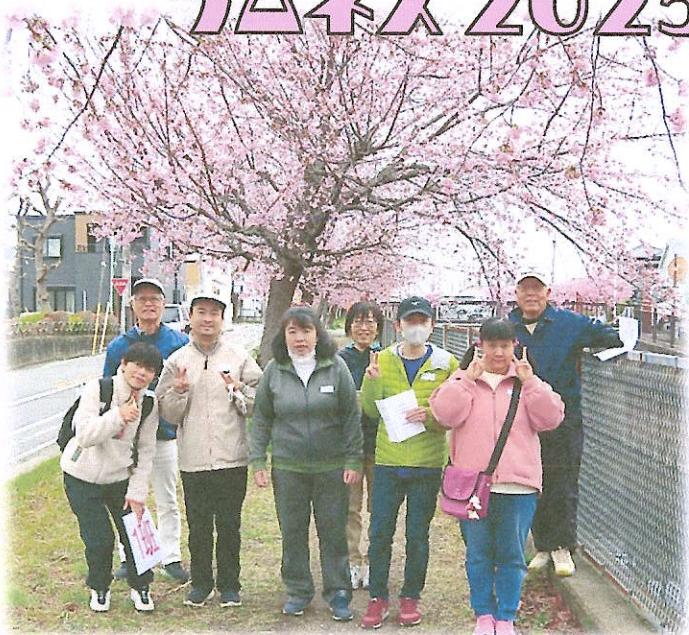
せっかく生まれてきた一度きりの人生を
この街の中で一緒に豊かに生きていきたい。



めだか通信



ラムネス 2025

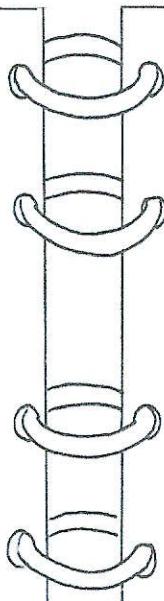


※詳しくはP2～P5をご覧ください。

NPO法人めだかふあみりいの主な活動

〒334-0059 川口市安行 92
TEL/048-291-5047 FAX/048-291-5048

- めだかおもちゃ図書館
- めだかねっと
- カルチャースクール
ハンドベル・絵手紙・エアロビ・お花・書道・マラソン・
織物・音楽・ウォーキング・英会話
- めだか通信の発行
- 合宿・イベント



社会福祉法人めだかすとりいむの主な活動

〒334-0059 川口市安行 1132
TEL/048-291-5047 FAX/048-291-5048

- SELP すい一つばたけ
【パン・木工・園芸・コミュニティカフェ】
- すい一つばたけクッキー工場
- グー・ちょき・ヘルパー M I C S
- グループホーム
【Maison めだか さくら館・沙羅の木・オリーブの木】
- めだかのいっぽ（児童発達支援事業）
- めだかのいえ（放課後等デイサービス）
- 川口市地域活動支援センターめだか S U N
- 川口市障害者相談支援センターめだか

第25回ラムネス交流会 ～ハンディがあってもなくても一緒に歩こう～

ラムネス共歩大会



ラムネス交流会は、1993年に『障がいのある人もない人も、共に交流しながらお互いを理解し、共に豊かに生きていきたい』と願ってラムネス運動会からスタートしました。安行の街と共に歩く共歩大会に形を変えたラムネス交流会は、コロナ禍の影響もあり6年ぶり。今回も川口ライオンズクラブ、同ハーモニー支部の皆さん協賛をしてくださいました。また、安行地区民生委員児童委員協議会の方々に道を間違えないようポイントに立ってご協力頂きました。天気が心配されましたが、約110名の参加で無事開催！出羽公園添いの桜を鑑賞したり春を感じながら、10班に分かれ楽しく歩きながら交流をすることができました。

(山下朋和)



6年ぶりのラムネス開会式



マップに従ってウォーキング！

安行地区民生委員児童委員協議会の皆さん 見守りありがとうございました！



「ラムネス共歩大会」初めての参加です。コースの下見、参加者のポイント配置等を考えているだけで当日が楽しみで仕方ありませんでした。今年こそ絶対実施出来てほしいと願わずにいられませんでした。天気予報も良い方に変わり、無事全員が完歩。美味しいお弁当を食べ終わっての閉会式まで参加させていただき、その想いが間違っていましたことが嬉しくなりません。最後にみんなで撮った集合写真が楽しめます。

（高橋会長）



6年ぶりの『ラムネス共歩大会』でしたが、総勢約110名の参加で大成功だったと思います。ちょっと寒かったけど、コースは地元で毎朝の私のウォーキングコースが80%でした。

めだかすとりいむの理念は、『せっかく生まれてきた一度きりの人生をこの街の中で一緒に豊かに生きていきたい』です。年会費2,000円で「賛助会員」になれば、カラーの『めだか通信』が毎月届き、めだかの活動内容がよく解ります。今日は久しぶりに「集合写真」も撮りました。皆さん元気で「若々しい」です。

皆さんと一緒にコースを歩いて、歩数も一万歩を超ました。春の息吹を感じながら、安行の魅力を満喫。共に歩くって楽しいですね。笑顔いっぱいの素敵な時間でした。



今回4回目の参加で、違う場所の配置で緊張しましたが、『ハイタッチ』『グータッチ』や、参加の方達が元気にご挨拶を返して下さり嬉しかったです。『ハンディがあってもなくても一緒に歩こう～』。来年は、私も歩きたいです。



ラムネス共歩大会 ゲームコーナー

～安行出羽公園運動場～



ボール投げゲームとボール運びゲームの2つを行いました。

ボール投げコーナーは3分間投げ続けるルールでしたが、予想していたよりも難しいようでした。
ボール運びゲームはコンビで息を合わせながらボールを落とさないように運んでいました。（池田）



☆ボール入れ ゲーム☆



ボーラー入るかな？

ゲームの合計点数で順位が決まります！景品をGETするために班ごとに協力して頑張りました。



☆ボール運びリレー☆



ボールを落とさないように…



協力してゆっくりゆっくり





参加した皆さんの感想

おしゃべりをしながらのんびりみんなで歩いてとても楽しかったです。最後まで歩ききれてお弁当もおいしく素敵な春の思い出になりました。

たくさん歩いて楽しいゲームができてきれいな桜が見れておいしいご飯が食べれて100点満点でした。

いろんな部門の人たちと交流が出来て良かった。あんばんゴールも当たりかどうか中身を見るまでドキドキで楽しかった。

公園でのミニゲームとアンパンゴールが楽しかったです。

ショートコースでしたが早咲きの桜が満開だったので皆さんと見れてよかったです。久しぶりにラムネスに参加して、めだかのいっぽさんの可愛い子どもたちと若いママさんと歩いて楽しかったです。民生委員さんのご協力に感謝です。ライオンズさんの変わらぬご支援も本当に感謝です。

初めて参加しましたが、思った以上にがっつり歩くのでびっくりしました。私も若い方ではありますが、あの距離を顔色変えずに楽しむメンバーさんの体力すごいなと思いました。私ももう少し体を鍛えなければ…(笑) 桜もたくさん見れて楽しかったです。

一人で歩くのも良いが、みんなと一緒に歩くのは、なかなかないチャンスなので、大切な時間を過ごせました。

疲れたけどみんなで一致団結して最後まで完歩てきてよかったです。



**たくさんのご参加・ご協力
ありがとうございました！**

児童発達支援事業

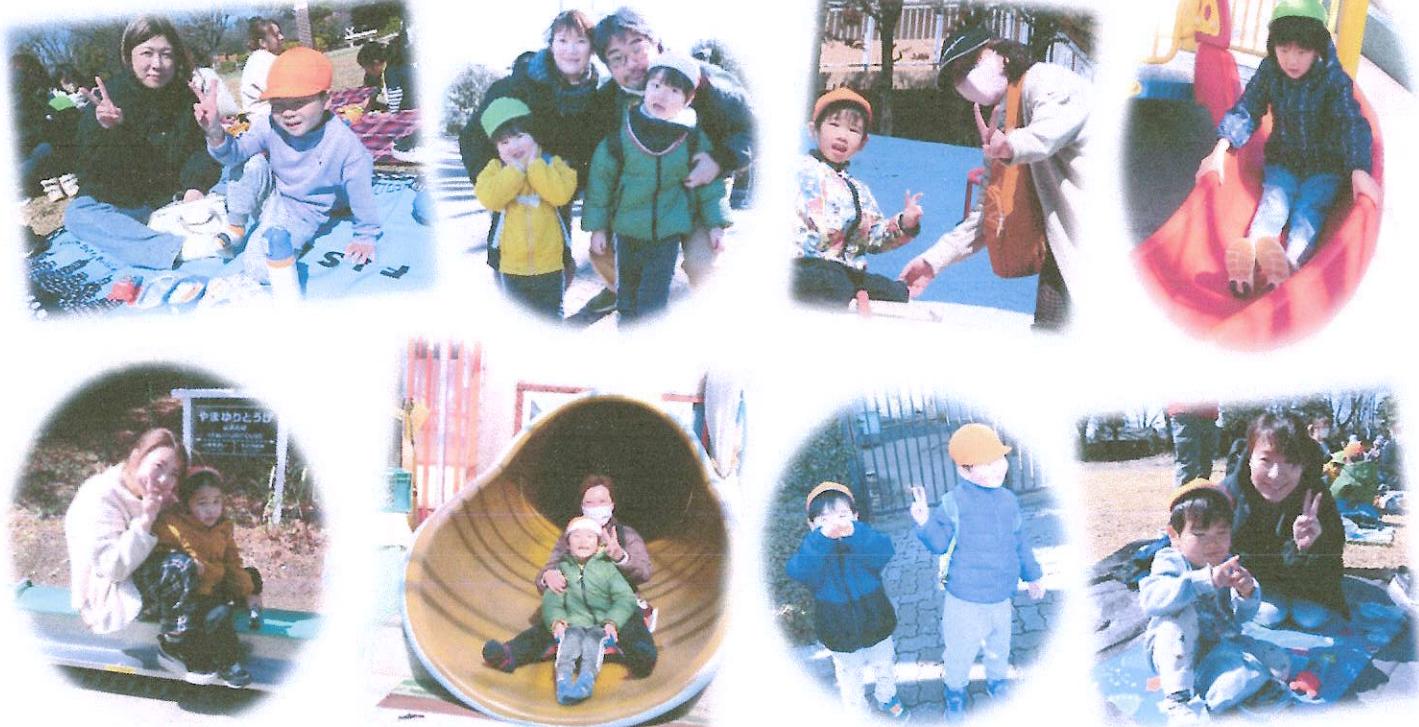
めだかのいっぽ お別れ遠足

3月7日(金)は『めだかのいっぽ』のお別れ遠足でした。今年はみんなで川口市立グリーンセンターに行つてきました。全員集合してから入館！入ってすぐの花壇広場では色とりどりのお花が、子どもたちを迎えてくれました。噴水ショーを見て、そのあとはたくさんの遊具がある『わんぱく広場』まで頑張って歩きました。早く遊びたくてワクワクしている子、道中の菜の花を見て楽しむ子、先生やお友だちとおしゃべりをしながらニコニコ機嫌な子、みんな各自春のポカポカ陽気を感じながら過ごしました。

わんぱく広場には、色んな形・大きさ・速さの滑り台がたくさんありました。1番スリル満点の滑り台は展望滑り台！長い長い螺旋階段を上って滑ります。中はまるで星空のジェットコースター☆繰り返し何度も滑っている子がたくさんいました。たくさんの遊具で遊んだ後は、ミニ鉄道に乗って出発進行！ドクターイエローやはやぶさに乗ってグリーンセンターをぐるっと一回りおでかけ♪先生やお友だちを見つけると手を振ってくれる子もいました。

たっぷり遊んだ後は、みんなお待ちかねのお弁当タイムです♪レジャーシートを敷いて、お友だちや先生と「〇〇で遊んだよ！」「お弁当に〇〇入ってるよ！」とお話を楽しみながら食べました♪もりもり食べた後はみんなだいすきパン食い競争です。すいーつなげたけの美味しいパンを目掛けてダッシュします。かわいいトラのパンをもらって嬉しそうな子どもたちの笑顔がたくさん見られました。

良いお天氣の中、めだかのいっぽの子どもたち・お母さん・お父さん・先生とたくさんの素敵なお思い出ができました。ありがとうございました。（大島）



保護者の方からの感想

★川口っ子の幼稚園の遠足などで一度は行き先になるグリーンセンター。幼稚園に通っていない我が家。「めだかさんの遠足でグリーンセンターに行きたいな」という夢を卒園前の最後のお別れ遠足で叶えていただきました！

★大好きなグリーンセンターに行って早く遊びたい気持ちが強く大変でしたが、先生やお友だちと楽しそうに遊んでいました。たくさん遊んで疲れたのか帰って夜はしっかり寝てくれました。

★ずっとずっと挑戦してみたかった展望滑り台は、お友だちや先生と一緒に「やってみる！」と意気揚々と階段を上って「わあ～！」と楽しそうに滑りました。ママとくるグリーンセンターとは違う雰囲気でとても楽しかったようでいつもは1回だけなのに「もう1回乗るのー！」とミニ汽車に3回も乗りました！

『東京マラソン2025』に出場！！

3月2日（日）に、松尾大輔さんの伴走者として東京マラソンに参加しました。東京マラソンは、初めての参加で緊張していましたが、無事松尾さんとともに完走することが出来ました。松尾さんも走る前は緊張している様子でしたが、いざ走りだすとかっこいい走りを見せてくださいました。走っている表情も良く楽しそうに走っていました。私も東京の街並みに浸りながら楽しく走ることが出来ました。やはり当日は、たくさんの参加者の方がいて、東京マラソンの規模の大きさに改めて感動しました。また、とても貴重な経験が出来嬉しく思います。松尾さん、お誘いいただきありがとうございました。（日笠）



木工部門の松尾大輔です。日笠さんに伴走していただき東京マラソン2025に参加して10.7キロを完走しました。私と妻は電車で追いかけて応援したのですが、走りが速くて日本橋のゴールに間に合いませんでした。日笠さん、ありがとうございました。（松尾父）

45

川口市地域活動支援センター

めだか SUN お出かけ

3月21日(金)、今回は金曜日にめだか SUN を利用しているメンバーで川口イオンモールの映画に行ってきました。いつも「ドラえもん」と呟く、ドラえもん好きのメンバーさんも一緒に『映画ドラえもんのび太の絵世界物語』を見てきました。

映画のお供にポップコーン！「映画のあとはお昼だからSサイズにしてね～」「はーい」・・・みんなびっくり両手で抱えるほどの大きなSサイズのポップコーンでした(笑)。パクパク止まらぬポップコーン。ハラハラドキドキシーンの前に食べ終わってた人も？(笑)

映画が終わると「ドラえもんが石にされちゃって泣いちゃった」「ジャイアンが映画ではいいやつで、みんなを助けて泣けたー」など感動シーンを話しながら、みんなのお楽しみフードコートへ！映画の中では『グルメテーブルかけ』というドラえもんの道具が出てきて、「カツ丼！ステーキ！カレー」と好きな物を言うとなんでも出てくる幸せのテーブルかけがありましたが、ここは現実。お財布を持ってそれぞれ注文しに行きました。食後にはみんなでサーティワンアイスクリームに並んで「何味にしたの?」「チョコだよ～」「これ美味しいよ」「え？縁が好きだから抹茶にしたの？」などおしゃべりしながら食べ、お腹も気持ちも満たされて、楽しい楽しいおでかけでした。

(鈴木)



押田さん作



金子さん作



パン・カフェ部門お楽しみ会



3月19日（水）にパン部門カフェ部門合同でお楽しみ会を行いました。当日の天気はお楽しみ会を歓迎するような雪。雪が降っているのとお楽しみ会があるので、ソワソワのメンバーさんたち。

自分たちで食べたいパンを注文し、自分たちで作る。そして、作ったパンをそれぞれのメンバーさんの分として分けていく作業まで行い、待ちに待ったランチタイム。

自分たちで作ったパンは美味しかったようで、「うま！」「うめー！」との声がパン工房内に響いていました。また、午後の作業後、デザートを食べたり、保護者会で保護者の方向けに作成した作業風景の動画を鑑賞したりして、普段とはちょっと違う雰囲気の1日を過ごしたパン部門カフェ部門でした。（池田）

あのパンはどこ？



おやつ食べながら、動画視聴中



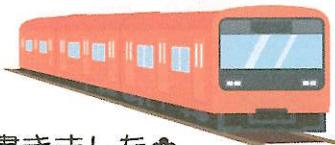
みんなでいただきま～す！



クッキー部門のお楽しみ会へ in 越谷レイクタウン



食べ放題では、唐揚げ・フライドポテト・カレーにサラダ・ラーメンやデザートと沢山の種類がありました。出来立てのクロワッサンワッフルおすすめですよー！！



✿すい一つばだけに戻ってきた後に、みんなで感想を書きました✿

レイクタウンに行きました。お土産を買いました。バイキングに行きました。クレープを食べました。トッピングをしました。楽しかった。（木野）



野菜サラダ・スパゲティ・飲み物・ワッフル順番に食べました。デザートも食べました。ギリギリまで。

プリクラ撮れなかったけど、またの機会の時に撮りたいと思います。（永井）

越谷レイクタウンに行きました。バイキングに行きましたいっぽい美味しかったです。うどん、ラーメンを食べました。ジュース、コーヒーを飲みました。デザート、ワッフル、クレープ、ソフトクリームをいっぽい美味しかったです。お菓子のお土産を買いました。（後藤）



ポテト買いました。ぶどうジュースのみました。チャーハン買いました。ポテトコロッケ美味しかった。唐揚げ美味しかった。（三浦）

今日は、みんなでイオンレイクタウンに行きました。ビュッフェの食べ放題でサラダやお惣菜、からあげやグラタン、ピザやラーメンを食べました。デザートは、パイナップルやロールケーキやソフトクリームやクレープを食べました。楽しかったです。（上西）



越谷レイクタウンに行ってきました。あまり買わなかったのでみんなと行って楽しかったです。いろんなお店がはいって見ながらいたし、バイキングもよく食べたなあ～すごく楽しかった。（杉本）

* * インフォメーション * *

おまちしてます！



★ 販売・出店のお知らせ★

4月5日（土）9:00～17:00 春の園芸まつり（JAあゆみ野安行園芸センター）

5月5日（月・祝）10:00～16:00 みどりの地球号まつり（安行スポーツセンターグランド）

すい一つばたけ安行店

4月 営業カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6 休	7	8	9	10	11	12
13 休	14	15	16	17	18	19
20 休	21	22	23	24	25	26 休
27 休	28	29 休	30			

5月 営業カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 休
4 休	5 休	6 休	7	8	9	10
11 休	12	13	14	15	16	17
18 休	19	20	21	22	23	24 休
25 休	26	27	28	29	30	31 休

営業時間／平日 10:00～17:00 土曜 10:00～16:00



めだかに関わるみんなのレートーク

～ 154 ～

八木 恵厘菜さん

めだか歴： 3年目



自己紹介 木工部門で働いて3年目になります。すい一つばたけまで

車で出勤しています。通勤距離があるので、好きなアーティストの曲を聴いて、毎日元気をもらっています。趣味は、韓ドラ鑑賞です。最近は、便利なツールが増えて次々に新しいドラマが放送されるので、見るのが止まりません。

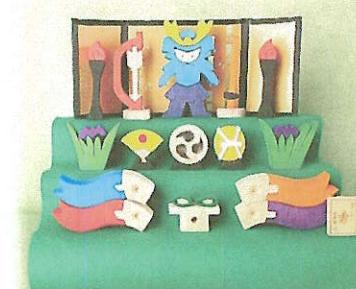
めだかとの出会い 就職を機に埼玉へ上京。入所施設や調剤薬局で働いていました。一度、福祉を離れて働きましたが、自分がしたいことはこれなのか悩む日々。もう一度、福祉で働きたいという気持ちが大きくなつた為、転職を決断。その時、転職サイトでめだかの事を知り、ご縁があり、現在に至ります。

これから・・・ 木工部門では、季節を先取りして製造を進めています。その為か、時々感覚がおかしくなる時があります。また現在は、メンバーと一緒に川口市内のお店へ商品を届けにいけるようになりました。作ったものを手に取ってもらえた時は、嬉しく、やりがいに繋がります。日々学ぶ事が多く、悩んだりする事もありますが、メンバーと一緒に楽しみながら仕事が続けられたらと思います。これからも、どうぞよろしくお願いします。

木工房*2025年五月人形商品

サイズは幅×高さ×奥行(cm)で記載しています。

①段飾り五月人形～勇～

32.0×17.0×21.0
¥15,000

*収納できる木箱付き



①、②は木札付
名前を
レーザー彫刻
致します。

ご注文方法

・お電話・FAXで4月11日(金)まで受け付けております。

※在庫の状況によっては、商品完成までに3週間程お時間を頂く場合がございます。

お支払い方法 ・現金または、振込みでお願い致します。 ※送料は別途ご負担いただきます。

受渡方法 ・すい一つばたけ店舗での受け取り、または発送とさせていただきます。

キーナントリ

2025年五月人形*注文書*

お名前	お電話番号 ()		
愛渡希望日 月 日 (曜日)	受渡方法 ※希望のところを○で囲んで下さい 店舗受け取り ・ 発送(発送欄に記入をお願いします)		
商品名	個数	金額	※五月人形段飾り・つるし飾りの木札に入れ る名前をお書き下さい。 『 ふりがな 』()
		¥	『 ふりがな 』()
		¥	『 ふりがな 』()

ご希望される方に○をつけて下さい。

() ご自宅用 () プレゼント用ラッピング ※発送の場合はラッピングが崩れる場合がありますのでご了承ください。

() 箱に入れてのラッピング。箱代が150円かかります。(箱対応商品③、④、⑤、⑥、⑦)

※段飾り五月人形～勇～は木箱に入っています。また、金額にラッピング代が含まれています。

●発送希望の方は発送先について下記へご記入をお願いします。

商品名	お名前	TEL ()
個数	住所	〒
受渡日 月 日		

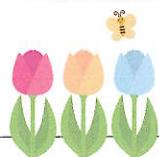
ご注文、お待ちしております！



問い合わせ すい一つばたけ木工房
TEL 048-291-5047 FAX 048-291-5048
〒334-0059 川口市安行 1132 木工房まで

★ ★ 2025年 4月 活動計画表 ★ ★

行事及び活動



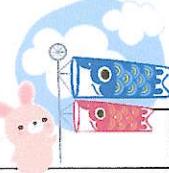
活動内容	日にち	時間	場所
めだかねっと	お休み		
めだかおもちゃ図書館	26日（土）	9:30～13:30	めだかのいっぽ

練習及び教室

クラブ・教室	日にち	練習時間	場所
書道教室	16日（水）	16:15～17:30	SELPすい一つばだけ1F
ハンドベルクラブ	3日・17日（木）	17:00～18:30	SELPすい一つばだけ2F
マラソンクラブ	27日（日）	9:30～11:00	練習会（越谷県民健康福祉村）
お花クラブ	11日（金）	16:15～17:15	SELPすい一つばだけ1F
エアロビ教室	26日（土）	13:00～14:30	SELPすい一つばだけ2F
織物教室	14日（月）	10:00～16:00	つながルーム
絵手紙教室	22日（火）	10:00～11:30	SELPすい一つばだけ1F
ウォーキングクラブ	2日（水）	16:15～16:45	SELPすい一つばだけ周辺
音楽クラブ	8日（火）	16:15～17:15	SELPすい一つばだけ2F
英会話教室	25日（木）	16:30～17:30	SELPすい一つばだけ2F

★ ★ 2025年 5月 活動計画表 ★ ★

行事及び活動



活動内容	日にち	時間	場所
めだかねっと	未定		
めだかおもちゃ図書館	24日（土）	9:30～13:30	めだかのいっぽ

練習及び教室

クラブ・教室	日にち	練習時間	場所
書道教室	21日（水）	16:15～17:30	SELPすい一つばだけ1F
ハンドベルクラブ	1日・15日（木）	17:00～18:30	SELPすい一つばだけ2F
マラソンクラブ	25日（日）	9:30～11:00	練習会（越谷県民健康福祉村）
お花クラブ	未定		
エアロビ教室	未定		
織物教室	12日（月）	10:00～16:00	つながルーム
絵手紙教室	26日（火）	10:00～11:30	SELPすい一つばだけ1F
ウォーキングクラブ	7日（水）	16:15～16:45	SELPすい一つばだけ周辺
音楽クラブ	20日（火）	16:15～17:15	SELPすい一つばだけ2F
英会話教室	未定		



でんごんばん



☆ 2月・3月にNPO法人めだかふあみりいの正会員・賛助会員になってくださった方々です。(新規・継続、順不同)

岡村武大様 須賀優子様 池田啓太様 小笠彰様 永井薰子様 永井修様 永井早苗様 宇田川節子様
村上迪様 日笠純矢様

☆ NPO法人めだかふあみりいにご寄付をいただきました。

東洋英和女学院 中学部高等部 宗教委員会様

☆ 田中あゆみ様 佐古裕美様 栄倉亨様 斎藤晴香様より 葉書いただきました。

☆ 安行教会様より バザー品頂きました。



ありがとうございました。



障がいのある人もない人も会員になれます。めだかふあみりいの活動を応援してください。

●正会員… 3,000円 ●賛助会員… 2,000円 ●団体賛助会員… 10,000円 (年間)

何口でも…。ご協力お願いいたします。バースデーカードをお送りします。お誕生日のご記入をお忘れなく。

郵便振込先：00120-1-96973 名義：特定非営利活動法人めだかふあみりい

ボランティアさん
募集!

☆施設での作業や掃除の助っ人ボランティア

☆余暇活動と一緒に楽しむボランティア

お気軽に
お問合せ下さい!

NPO法人 めだかふあみりい

TEL 048-291-5047 FAX 048-291-5048

ホームページ URL <http://www.medakafamily.jp/>

メールアドレス medaka@medakafamily.jp



社会福祉法人 めだかすとりいむ

TEL 048-291-5047 FAX 048-291-5048

ホームページ URL <http://www.medakafamily.jp/>

メールアドレス stream@medakafamily.jp



《編集後記》

毎年年度末から年度初めは気持ちが不安定になるすい一つばだけで働いている次男。今年も心配していたら、先日トラブルが。がっかりしたし、次男の気持ちがよくわからずモヤモヤ。私自身もちょっと落ち込みました。こんなことではダメだと気分転換がしたくて、気になっていた映画を観ることに。仕事が休みだった長男も観たいと言ってくれたので『ウィキッド ふたりの魔女』を贅沢に初めてMX4Dの席で觀てきました。歌も楽しいし、魔女役の女優さんが可愛いいいし、席も揺れたり、風や水が吹いたりかかったり、160分がアッという間でした。すっかり楽しい気分になり良い気分転換が出来ました。映画も続編があるみたいなのでまた観に行きたいです。

がんばれ私！！

(川和)

