

2025年12月のよてい

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6 閉所
7 閉所	8 さろんdeぼへの	9	10	11	12	13 閉所
14	15	16	17	18	19	20 閉所
21 料理教室	22	23	24	25	26	27 閉所
28	29 閉所	30 閉所	31 閉所			

あけぼの料理教室参加者募集 「クリスマスメニュー」

ビーフストロガノフ(ターメリックライス)ベビーリーフとハムのサラダ
クリスマスミニタルト

日時 2025年12月21日(日)10:00~13:30
できあがった料理は、会場でみんなと一緒に食べます
場所 府中市民活動センタープラッツ6階料理室
講師 栗山 広美さん

応募条件 障害のある方12名

参加費 おひとり様 1,000円(介助者の方も参加費が必要です)

介助者について 障害児及びお一人での参加が難しい方は介助者も一緒にご参加ください。当センターのイベントに初めて参加される方は、介助者について相談させていただきますので別途ご連絡いたします
*「ぼ～のぼ～の！」掲載のため、イベント中に写真撮影をさせていただきます。掲載の際はご本人が特定できないよう加工の上使用いたします。

持物・備考 エプロン・三角巾*マスクを着用してご参加ください。
体調の優れない場合や熱のある方は参加をお控えください

お申込み〆切 2025年12月5日(金)16:00〆切*結果は締め切り後、連絡いたします



お申込みフォームQR

お申込フォーム・電話・FAX・メール
いずれかの方法で以下の内容を添えてお申し込みください。

- ①申込イベントタイトル ②お名前
- ③介助者 ④障害名 ⑤電話番号



発行所
特定非営利法人障害者団体
〒157-1007
東京都世田谷区砧6-26-21
定価50円

さろんdeぼへの

高次脳機能障害をお持ちの方々にお集まりいただき、生活の中で困っていること、工夫していること、障害のことについて話したり、簡単なゲームなどを通してリハビリを行います。今回は散歩の予定です。

日時 : 12月8日(月) 13:30~15:00頃

参加ご希望の方はご連絡ください

ちいき せいかつ しえん 地域生活支援センターあけぼの げっかん 月刊つうしん

SSKS

ぼ～のぼ～の！

2025

☆ 12月号 No.269 ☆



府中観光協会推奨品「府中太鼓判」
に載っている福祉施設の商品



観光協会推奨品を製造している福祉施設取材しました。

社会福祉法人あけぼの福祉会 地域生活支援センターあけぼの

〒183-0056 東京都府中市寿町3-9-11 山上ビル1階
電話：042-358-1085 / FAX：042-336-9085
メール：siencenter@akebono.fuchu.tokyo.jp

開所時間



(月) (水) (金)
10:00~19:00
(火) (木)
10:00~17:00
第2・4・5 (日)
10:00~17:00



センターメールQR



府中観光協会推奨品「府中太鼓判」に載っている

府中市内の福祉施設の商品のご紹介

ギャロップとワークセンターこむたんの商品も府中の魅力を広くPRするお土産品を紹介する府中観光協会の「府中太鼓判」に掲載されています。



引用・画像：府中観光協会ホームページ URL <https://www.kankou-fuchu.com>

ギャロップ

<https://www.wakafuku.org>
府中市若松町1-9-1

建物1階に喫茶「し〜ま茶房」と奥にパン製造の工房があります。



溶岩食パンです
開店前の準備中
のお時間に取材
をさせていただきました



「府中観光協会HP」より



奥にあるのは
ガスオーブン
です

こちらが
溶岩窯です

得意不得意も配慮しつつ、
みんながどの工程もできる
ようにしています



ギャロップから溶岩食パンについて・・・

ギャロップのパンは、全て手作りで粉から成型して焼き上げています。パンの種類により、ガスオーブンと溶岩窯を使い分けています。溶岩食パンに使用している溶岩窯は遠赤外線効果で中はしっとり、もちもちで外側はパリッと焼きあがります。物産館でも販売しています。ギャロップでは火・木に製造しています。事前予約も受け付けています。



ワークセンターこむたん

<https://akebono-fukushi.com>
府中市寿町3-3-6

この建物の3階が製パン室
になっています



古代米ロールの作業工程です。

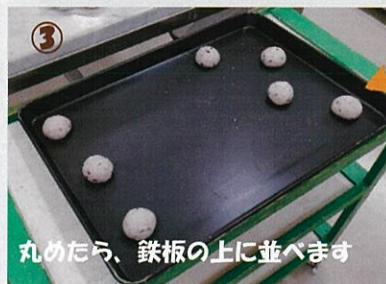


まずは、作業台をきれいに整えて



丸める工程は
むずかしいで
す

生地を所定のグラムにし、丸めていきます



丸めたら、鉄板の上に並べます



オーブンで焼きます



古代米ロール 1斤(3個セット)/220円(税込)

古代米
府中市の特産品の古代米を練り込んで天然酵母のパンにしました。お米ではなく、おいしく炊き上げた古代米をそのまま練り込んであり、お米の粒がしっかりと残っていて、もちもちとした食感のパンに仕上がっています。黒い部分に含まれるアントシアニンの色素には、血管を保護して動脈硬化を予防する働きも期待できると言われています。

社会福祉法人あけぼの福祉会
ワークセンターこむたん
府中市寿町3-3-6 ☎ 042-306-6639
ワークセンターこむたん
県土の真珠産物産館 ☎ 042-306-6639
「府中太鼓判MAP」より



古代米ロール
の完成！

ワークセンターこむたんから古代米パンについて・・・

こむたんのパンは、天然酵母を使用し、添加物を使っていないのが特徴です。

古代米パンは府中市の特産品の古代米を使っています。パンはもちもちで、古代米がフチフチとしていて食感が楽しめます。

