

大宮見沼

よみせんぽ

第23号

特集

かふえぎやらりー“本と台所”

いつでも楽しい時間が過ごせる中川地域の交流の場

やどかりの里発！ 地域発見マガジン 写真家 野口勝宏



特集

かふえぎやらりー “本と台所” いつでも楽しい時間が過ごせる 中川地域の交流の場



ステキな看板が目印

やどかりの里の本部があるさいたま市見沼区中川、いつも利用する与野道というバス停の少し先、見沼たんぼが目の前に広がる道路沿いのカフェから、2017（平成 29）年の年初に年賀状が届いていました。カフェの名前は「本と台所」、不思議な名前。気になりつつも行けずにいたところ、6月のある日、今回取材に同行した山田玲子さん（本紙編集委員）が「中川のカフェで絵本（やまねこ毛布）の原画展があるの」とfacebookを開いてやってきました。そのカフェこそ「本と台所」でした。山田さんの感想は「暖かくて素敵な場所だったよ、今度みんなで行きましょう」

工務店の事務所がカフェに

店主の真壁亜紗美さんは、婚家の真壁工務店の仕事をしながら、児童文学の作家を目指して勉強していました。そんな中、2015（平成 27）年に群馬県にあるカフェ「アトリエみちのそら」で絵本の原画展に出会いました。その後、

そこが地域のサロンのような交流の場となっていることに感銘を受けます。そして、お茶を飲みながらゆっくりと語れる場所を地元につくりたいと思うようになったそうです。その熱意が夫や義父を動かし、もともとの工務店の事務所をカフェスペースとして生まれ変わらせてしまったのです。2016（平成 28）年7月末に「本と台所」はオープンし、「地域に開放された憩いの場に」との思いはついに実現するのです。

この一風変わった名前の由来については、絵本が好き、本が好き、食べることが好き、台所が好き、だから「本と台所」と最初から決めていたと真壁さんは語ります。

「寂しくないよ」誰かの居場所になりたくて

さいたま市見沼区中川は大宮や新都心の街から遠くないものの、バスや自転車・自家用車が移動の手段となります。子育て中のお母さんやシニアなどは遠出しづらく、公共施設をふくめ気軽に立ち寄れる場は意外と少ない地域です。家族がいても、日中に誰とも会わなかったなんてこともあるのです。

「本と台所」に來れば誰かに会えます。ランチがあるので、誰かといっしょにご飯を食べたり、コーヒーの香りに包まれて本を読むこともできます。もちろんお菓子も手作り。ここではたまたま出会った来店客同士が和やかに話をしています。また、読書会や絵本の原画展などを開催し、いろいろな世代が交流し学び合える工夫をしています。近所の小学生が来て宿題をするなら「てらこやセット」、この場所で宿題をすれば300円で飲み物とおやつをいただくことができます。「おうちでは宿題をしないけれど、場所が変わり友だちといっしょだと頑張れる子どももいる」と真壁さん。誰かがいておしゃべりできる場は子どもたちにとっても心地よいのでしょう。世代を超え、地域の人々の居場所として根づき始めているようです。



おいしいおやつとパンをどうぞ

取材時にいただいたチーズケーキは、チー

ランチメニューは月替わり



焼きたてパンが並ぶ店内

焼いています。近所のお年寄りがパンを買いに立ち寄り、そこで誰かとおしゃべりができるといことも、お母様が描いていた地域の姿の1つでした。

ズの風味豊かなのにさっぱりしていて大変美味しいものでした。これは「お婆のレシピ」とのこと。そして2017(平成29)年3月から、毎日お店で焼き上げる自家製のパンが並ぶようになりました。カフェの開店を応援し、後押ししてくれた真壁のお母様(お姑さん)は残念なことに昨年開店を待たずに亡くなってしまいました。そのお母様が「パン屋さん」を開くのを楽しみにしてくれていました。定番のクリームパンやチョコパン、季節のお芋のパン、プチフランスパン、注文で食パンも

亡き母と地元への愛に満ちています

「本と台所」が中川の憩いの場として地域の人に愛されるには、口コミに勝るものはないと真壁さんは言います。「私がこのようなカフェを開店できたのも、亡き母のおかげです。母がここで40年よく暮らしていたから皆さんの応援があるのです」

もちろん「本」というだけに、店内では児童書や絵本が並んでいて、1冊1冊丁寧にここがお薦め、という説明を聞いて購入することができます。ご自身の蔵書コーナーは貸し出しオーケー。本を楽しんで欲しいという願いから「本のじかん」というイベントを企画しました。好きな本を1冊持ってきて紹介し、シェアして読み、感想を言い合います。また、店内には畳コーナーがあり、そこでは地元の鍼灸あんまマッサージ指圧師の城内さんが出張施術する「マッサージの日」、子育て中のさまざまな悩みを解放してほっとしようという「子向力UPセミナー」など、ランチやおやつをとりつ



「本のじかん」をみんなで楽しむ

つ体や心を癒やす時間を過ごすことができるのです。もちろん子どももいっしょです。

もともと小学校での読み聞かせにも携わっている真壁さんは、「本と台所」で子ども向けのイベントも開催しています。ここに集まる子どもの絵を展示した「こどもてらんらんかい」、また去年はスノードームを手作りするワークショップを企画しました。さて、今年は何なことを考えているのでしょうか。



真壁さんが選んだ絵本とおもちゃの数々

これからもっと

手芸のワークショップや「みんなでごはんを食べようの会」など、これからカフェで展開したい企画がたくさんあるとのこと。その熱い思いはきっと実現することでしょう。また、中川の憩いの場所として、どんどん活用してもらえたらうれしいと真壁さんは話します。女子会、忘年会、お弁当の仕出しなど相談に応じてくださるそうです。

そして児童文学者をめざしての創作活動は現在も続けています。カフェの仕事、工務店の手伝いなど日々忙しく過ごしていますが、「1日が終わった、主に夜中に書いています。夢は自分の本が出版されこのお店に並べることです」

やどかりの里はまだまだ地域の人々と出会っていないのかもしれませんが。こんなふうに、楽しい憩いの場所をつくり出した人がいるのです。アンテナ高く一歩踏み出せば、つながり広がる地域が待っているのだと実感した取材でした。

(記 浅見 典子)

かふえぎやらり一本と台所

〒337-0043
さいたま市見沼区中川 544-24
TEL 048-699-1923
<http://hon10daidokoro.com>



さいたまの匠

積み重ねてきた実績と信頼

株式会社アライヘルメット
(取材対応 購買部 高橋忠宏さん)

2,400年前に創建された武蔵一宮氷川神社は、武蔵国に点在する氷川神社の総本社として多くの参拝客が訪れます。中山道から延びる参道は約2km、参道に沿う大木たちが、その歴史を物語ります。その歴史ある参道と大宮駅東口から延びる県道214号線が交わる場所に、世界に名だたる「アライヘルメット」本社があります。バイクレースやF1でアライヘルメットが使用されているのを目にする人は多いのではないのでしょうか。本社ショールームには、レースで優勝した選手のヘルメットやライダースーツ、サインなどが所狭しと並んでおり、アライヘルメットの実績と勝ち得てきた信頼に圧倒されました。

日本で初めてのバイク用ヘルメット

代表取締役新井理夫氏の父廣武氏は、帽子店の長男として生まれました。戦時中は軍用の防暑用ヘルメットや戦車帽などの開発や供給をしており、1937(昭和12)年には現在の場所に工場を設置します。太平洋戦争が終結すると、米軍から軍用ヘルメットの払い下げを受けて再利用し、建築・鉱業関係の防護帽作りを始めました。元々バイク好きだった廣武氏、自身の頭を守るために建築用ヘルメットを手直しして作ったのが、日本で初めてのバイク用ヘルメットでした。その特徴は丸みを帯びた形状と、衝撃を広範囲に分散させる性能にあります。帽体の素材にカーボンを使用したヘルメットは、選り抜きの職人でも1日1個しか製作できない代物で、軽量と強度を実現しています。

「命の重さに変わりはない」

理夫氏(御年79歳!)をはじめ、社員の多くがバイクライダーです。バイ



ク好きな面々が安全性を追求し、ユーザーとしての厳しい意見が品質に反映されています。ヘルメット製作のすべては手作業です。厳しい社内基準があり、すべての製品がその検査を受けています。さらに一貫しているのは、スペシャルを作らないこと。一般の市販品もモータースポーツのプロが使用するヘルメットも造りは同じなのです。命の重さに変わりはない、それがアライヘルメットの信念です。

モータースポーツではイレギュラーな事態が起こりやすく、どのヘルメットがプロに使用されるかわからない状況で製作にあたります。それは緊張感を伴うと同時に、品質の維持と向上につながっています。ヘルメット業界では2010(平成22)年に規格が変更となり、丸みを帯びていない形状のものも販売可能となりました。規制緩和が進み、外国製ヘルメットの販売も可能になったのです。アライヘルメットのポリシーは一貫しており、実際の事故の衝撃から頭を守ることを重視しています。

今回の取材で、ものづくりの真髄は人や命を守ることにある、そしてその信念を貫く企業が地元にあるという誇りを感じました。現在あゆみ舎では、そのヘルメットに使用するパーツのバリ取り作業を請け負っています。命を守る製品作りに関わっているという、誇りある仕事だと再認識することができました。

(記 堤 若菜)



あの街 この街 俊一郎が行く・17

あこがれの建築物

ガウディ、そしてミース

こんにちは！ 久しぶりに建築を見にヨーロッパを旅行してきました。目的地はバルセロナ。100年以上工事が続き、未完の大聖堂と言われているガウディが設計したサグラダファミリア教会があることで有名なスペインの都市です。世界遺産に登録されているものも含め、大小さまざまなガウディの作品が市内に存在し、それらを見て回る旅はとても有意義なものでした。

ガウディの作品は、どれも保存状態が素晴らしく、ガウディらしい工学的な論理と有機的な造形の融合を堪能しました。しかし、バルセロナを訪れるならば、どうしても見ておきたい建築物がありました。それは、世界の三大建築家の1人と言われているルートヴィヒ・“ミース”・ファン・デル・ローエという建築家の作品で、1929年にバルセロナで行われた万博のパビリオンとして建てられた建築です（ちなみに、三大建築家の他の2人は、国立西洋美術館で有名なル・コルビジェと、旧帝国ホテルで有名なフランク・ロイド・ライト）。

想いの中の建築

そのパビリオンは、万博の終了と共に一旦取り壊されましたが、その価値が見直され、後に再建築されました。まだ建築設計という言葉が意味するものが漠然としていた高校時代、タイトルが気に入って手にした新書でこの建築物を知りました。同様のものを入手することが困難ほど大きな大理石を使った壁とクローム（今はステンレス製）が鈍く光る十字形の柱で、フラットな屋根を支えているシンプルな形状の建物は、存在理由



とまつりしゅんいちろう 都祭俊一郎

1975年生まれ。生まれも育ちも、東京の下町。エンジュの新築の他、保育園や幼稚園の設計（新築及び改修）を複数行う。（写真 新 良太）



や目的、そして造形を限りなく純化することで生み出されています。

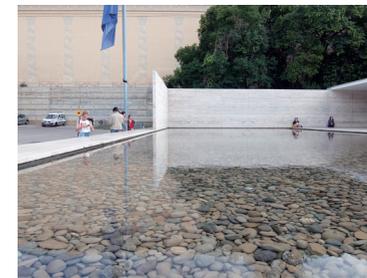
建築物とは、食べることや寝ることなど、生活のための機能を収める箱だと思っていた高校生には、そんな俗っぽさを徹底的に排除した建築物が、その目論見通り美しく、他のあらゆる批判も跳ね返す正当性を持っていることに感動し、いつか直接目にしたいと思っていました。

“Less is more”

建築家ミースが標語としていた言葉の1つが“Less is more”です。直訳すると、「より少ないことは、より豊かなこと」……含みが多くて説明するのが難しい言葉です。このパビリオンは、トイレがないし、お風呂もないけれど、その点において“Less”という言葉をその意味に捉えることは適切ではない。マニアックに語りたことは山ほどあるけど、直接訪れて感じることはできたのは、シンプルな内部空間を満ち足りたものにするために、建築物の周りの公園という広い外部空間も重要だったということでした。

感動の時間は過ぎ

夕方になり、パビリオンを後にする頃には、あたりも薄暗くなっていました。外の風景とそれよりも暗い室内との明暗差が失われてきて、建築物の内と外は一体化してきました。公園では、犬が飼い主とのボール遊びに興じています。その周りの木々の幹も黄昏色に染まり、その赤の色も新たなアクセントになっている。名残惜しいけれど、犬が走る姿を横目に宿に向かいました。



サポートステーションやどかり

楽しく・美味しくみんなで食事

規則正しい生活習慣を身に付ける

サポステは、宿泊しながらひとり暮らしの準備を進める人、自宅から通いながら生活リズムを整える練習をする人など、約60人の人が利用しています。9時過ぎから人が集まり始め、新聞を読んだり、お茶を入れて飲んだり、次第にあちこちで賑やかにおしゃべりする人たちが増えていきます。10時過ぎから保健師による健康チェック。10時半からは朝のミーティング。掃除を分担して、ラジオ体操。そこからそれぞれに参加するプログラムに分かれていきます。体力を付けるためのウォーキング・体操教室、みんなで楽しむコーラスやカラオケ、作品づくりに没頭する書道やアート作品製作、仕事に向けた訓練として取り組む軽作業、ひとり暮らしの準備のための料理教室など、多様なプログラムを毎日行っています。

みんなが集まる、みんなで食べるを大切に

12時の時計の音とともにいただく昼食。日替わりで内容もさまざまです。月曜日は「おふくろランチ」1週間で少しずつ余っている食材を上手に使って作るランチです。魚の人もいればお肉の人も……早い者勝ちで好きなプレートをいただきます。火曜日はリクエストメニューで作る料理教室。食べたことのないメニューにチャレンジしたり、1人では揚げ物をしないからとから揚げを作ってみたり、ホットプレートを使っての簡単料理を楽しんでいます。水曜日はカレーの日。サラダとカレー、フルーツの定番メニューとなっています。木曜日は「ルポーズランチ」。大宮区天沼町にある喫茶ルポーズ（やどかりの里が運営する就労事業所）から出張販売に来てくれます。淹れたての美味しいコー

サポートステーションやどかり（通称：サポステ）は、さいたま市見沼区にある障害のある人たちの地域生活を支える活動拠点の1つです。今回は、「食」をテーマにサポステの1日の様子を紹介したいと思います。

ヒーが100円でいただけるのも楽しみの1つ。金曜日はホットサンドの日（写真）。よみさんぽ20号にも登場いただいた(有)オルブロート・パンジーの食パンを使い、日頃不足しがちな野菜たっぷりのスープとサラダでおなかを満たします。土曜日は自分メニューの日となるため、カップ麺で済ませる人や外食で済ませる人など食事はさまざま。日曜日は、「1人でご飯を食べるのはさみしい」という人たちが集まり、みんなでわいわいと食事をする時間になっています。

地域のほっとするステーション「やどかりテラス」

サポステに隣接した場所にある「やどかりテラス」は、地域の方の憩いの場所としても使える場所となっています。天気の良い日にはラジオ体操をしたり、日向ぼっこをしたり、犬の散歩途中に立ち寄りご近所さん^{かま}もいます。時には学校帰りの中高生の休憩所にも。テラスには小さな窯があり、イベントがある時には手づくりピザを焼くこともあります。ここ数年、12月のクリスマスイベントとして地域の子ども会の方をご招待したり、ご近所にご案内するなどして、ハンドベルコンサートやゴスペルコンサートなど、イベントを開催。この窯でピザを焼き、皆さんに食べていただいています。また、やどかり農園（やどかりの里が運営する就労事業所）で採れた自然栽培のサツマイモも美味しい焼き芋に変身しました。

やどかりテラスを活用して、もっと楽しい企画、美味しい企画を開催できるようにしたいと思います。そして、やどかりテラスが住宅街の中にあるみんなのほっとする場所になればと思います。（記 大澤 美紀）



料理教室が育んだもの

中田 節子さん

(さいたま市見沼区中川在住)



さいたま市見沼区中川にある「サポートステーションやどかり」(以下、サポステ)では、日中活動として軽作業や趣味の活動など幅広く取り組んでいます。その中でもいちばん歴史の長い、料理教室の講師を務める中田節子さんをご紹介します。

料理教室の始まり

サポステと同じく、見沼区中川在住の中田さん。やどかりの里につながりをもったのは、朗読のボランティアをしているお隣さんから、料理の講師を探している施設があると紹介されたことがきっかけでした。「細かい口出しをせずに見守ることができる人」という採用条件を聞いた時に、これは私がやるように勧められていると感じたそうです。

こうして1994(平成6)年12月から中田さんを講師に迎えて始まった料理教室。最初は料理経験がほと

んどない男性に教えることが目的で、名前も「男の料理教室」でした。

現在まで参加者の入れ替わりはありつつも、平均4~5人で行っています。男性が中心だった頃は、食材を細かく刻んだり、凝ったメニューを作ったりすることは難しく、簡単に作れて美味しく食べられる肉料理や、まずは料理が楽しくなるように、みんなでハンバーグを作るところから始めたそうです。

「もともと福祉の現場への関わりがまったくなかったため、どうにかたちで自分が関わればいいのかわかりませんでした。みんなで行う活動なので、時には手を加えたいくなるような場面もありますが、自分を出し過ぎずに、なるべくみんなが主体性をもって取り組めるように後押しすることを大切にしてきました」と中田さん。

楽しく作り、楽しく食べるを大切に

仲間とのつながりを目的に女性の参加者も増え、名前を出し合って、現在の料理教室「料理の恋人たち」となりました。今では女性のほうが多くなり、それぞれのペースを大切にしながら協力し合って調理を進めています。

中田さんは調理の手順や分量を手書きで紙に書いてきてくださり、参加者は料理の完成に向けてイメージしながら、役割を見つけて取り組めるようになりました。「先生と和やかにやれている。ごはんのおかずがたくさんあり、バリエーションが多く、楽しく食べられるのが魅力」「みんなで一から作るの、できた!という達成感がある」という参加者からの声もあります。

これからへの思い

中田さんに今後の展望を聞いてみると、「参加者に調理の技術が備わってきたので、各自が1品ずつ自分の力で作れるようになり、それをみんなで持ち寄って食事会のような機会をもてたらと思っています。自分で作った物をみんなで食べることができたという経験が、料理に限らずさまざまな場面で自信につながって欲

しい」と語っていただきました。

中田さんが福祉の場で活動するようになり、お子さんたちも福祉の世界に興味を持ち、今では福祉の現場でそれぞれに働いているそうです。

成長を近くで感じられる喜びを胸に

中田さんの料理教室が始まって、今年で23年目。無理なく活動を続けられているのは、やはり近所に活動の場があったことがいちばんだと思います。また、月に1回の料理教室を楽しみにしている参加者の思いを支えていきたい気持ちと、過去にできなかったことを参加者が自然に行えていることに気づくなど、成長を近くで感じられる喜びがモチベーションになっているそうです。

地域に根差した活動の場が増えていくことで、つながりをもってくれる人が実はたくさんいるのかもしれない、と前向きな考えを聞かせてくれました。(記 常盤 英佑)



布ぞうりをつくるため

ご不要の「ゆかた」大募集！！



- ◆店舗持ち込み歓迎！集荷応相談
- ◆年代・柄・色 問いません
- ◆しみ・汚れありでも OK!!
- ◆大人用・子ども用、性別 問いません
- ◆浴衣地反物でも OK!!

◀問い合わせ・持ち込み先▶
 すてあーず（公益社団法人やどかりの里）
 〒337-0042 さいたま市見沼区南中野 844-22
 (JA 片柳支店隣り)

TEL 048-688-8223

ご不要となった浴衣がありましたら、是非すてあーずへご寄付ください。



営業時間 月～土 10.00-17.00
 さいたま市大宮区天沼町 1-136-2

募集

- ☆作品展示したい方
- ☆雑貨販売したい方
- ☆貸しスペースあります

詳細は ☎ 048-657-0202



おいしく食べて
 健やかに

栄養バランスのとれた
 お弁当で食生活を支えます



昼食 1食 550円

月～金、1食からお届けします！

* おかゆや刻み食も対応します
 * ご希望の曜日にお届けします

エンジュ TEL 686-7875

<受付>月～金（祝日を除く）8:30～18:00

インフォメーションコーナーの
 掲載広告を募集しています！

1マス（64mm×46mm） 5,000円

すべての人々が人間らしく豊かに育ちあえる地域づくりをすすめるために
 こうぬまふくしかい

社会福祉法人 鴻沼福祉会

こころを込めた手づくりの品をぜひ一度お試しください



いちず
 とうふ屋 一豆

TEL 048-854-8000
 FAX 048-854-3538
 さいたま市中央区上峰2-10-20

つばさ共同作業所とそめや共同作業所が手がける、国産・手づくりにこだわった本格とうふ。宮城県産高級大豆「ミヤギシロメ」を100%使用し、オリジナル惣菜も人気です。大豆本来の濃厚な甘さとコクを味わえる“小さなぜいたく”を食卓にお届けします。

きりしきのパン

TEL 048-854-6910
 FAX 048-854-6942

さいたま市中央区円阿弥1-3-15 鴻沼福祉会館内

きりしき共同作業所のパンは食の安全・安心にこだわり、原材料に国産小麦粉を使用しています。（一部商品を除く）
 この道30年の職人とともに手がけるパンは、少し懐かしい味と香りがします。



弁当屋 いちず

TEL・FAX 048-684-1257 さいたま市見沼区染谷2-145

そめや共同作業所のお弁当は旬を感じる手づくり弁当です。
 野菜をたくさん取り入れ、手が込んでいると女性に大人気です。

鴻沼福祉会から読者の皆様へ

○鴻沼福祉会では、袋詰め・部品組み立て作業や清掃作業、資源回収など、地域の企業様のニーズに応えるべく様々な仕事を受注しています。働くことをおとして障害のある人がさらに輝けるチャンスを求めて新しい仕事にもチャレンジしつづけています。

○障害のある人たちの就労支援、生活支援、相談支援のスタッフを募集しています！ 問い合わせ先：048-854-6890（担当オガワ）

鴻沼福祉会事業所一覧

- 本部・事務局 埼玉県さいたま市中央区円阿弥1-3-15 鴻沼福祉会館内 TEL：048-854-6890 FAX：048-856-0313
- 《はたらく》●つばさ共同作業所（中央区） ●あざみ共同作業所（見沼区） ●そめや共同作業所（見沼区） ●きりしき共同作業所（中央区） ●さいたま障害者労働センター（桶川市）
- 《くらす》●第1たかさご荘 ●第2たかさご荘 ●第3たかさご荘 ●かえてホーム ●かりんホーム ●よつぱりハウス ●なつめホーム（以上、中央区） ●のぞみホーム（見沼区）
- 《ささえあう》●中央区障害者生活支援センター来夢 ●地域活動支援センター来夢（以上、中央区） ●見沼区障害者生活支援センター来人（見沼区）

大宮見沼 よみさんぽ

作者紹介

写真家 野口勝宏さん

のぐちかつひろ／写真家。東日本大震災を機に「福島の花の美しさで世界の人々を笑顔にしたい」と「福島の花 Flowers of Fukushima」シリーズを制作。全国各地での写真展開催のほか、病院や福祉施設などでの展示も手掛ける。また、2016年5月より国内就航を開始したANAの復興支援「東北FLOWER JET」の機体を福島や東北の花々でデザイン。全国に明るさを届けたいと活動を続けている。

野口勝宏オフィシャルサイト

<http://noguchi.photo>

【撮影協力：二本松市 武藤園芸】

表紙：大菊、マム、ツルウメモドキ
花とともに広がる清らかな香りは、山あり谷ありの私たちの暮らしのなぐさめとなり、重ねてきた日々が美しいものになって欲しいと小さな憧れまで連れてくる

題字 宗野文さん

学生時代から書道が大好きで、子育て中の今、我が子とともに習字に再挑戦中。やどかりの里の作業所「すてあーず」所長。見沼区南中丸在住。

大宮見沼よみさんぽ 第23号

発行 2017年11月(秋号)

編集 「大宮見沼よみさんぽ」編集委員会
〒337-0026 さいたま市見沼区染谷
1177-4

Tel 048-680-1891

Fax 048-680-1894

E-Mail johokan@yadokarinosato.org

<http://www.yadokarinosato.org/>

発行 公益社団法人やどかりの里

理事長 土橋敏孝

印刷所 やどかり印刷

公益社団法人やどかりの里は、この大宮見沼界隈で障害のある人たちとともに地域で生きることを目指して活動を続けています。私たちは長年この地域で活動し、地域の皆さんに支えていただけてきました。

そして、この地域の人々が織りなしてきた歴史・文化、守り育ててきた自然、地域に根づいた事業等々をもっと知りたいと思うようになりました。合わせて、やどかりの里のことも皆さんにもっともっと知っていただきたいと「大宮見沼よみさんぽ」を創刊いたしました。

「大宮見沼よみさんぽ」編集委員一同