

祝第1号 はぴねす通信

編集：株式会社ほっとはぴねす

〒166-0004 東京都杉並区阿佐谷南1-47-17

阿佐谷キック・オフ／オフィス 3号室

TEL&FAX：03-6312-4633

EMAIL：hottohappiness@gmail.com

Web：<http://hottohappiness.raindrop.jp>

2014年4月1日発行

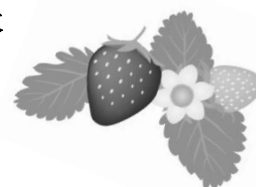


会社を立ち上げ早1年半！いろいろな書類を揃えたり、経理や予定調整など事務作業に追われていたり・・・初めての経験ばかりで日々追われてきました。そして今、やっと気持ちにもゆとりが出てきました！

さまざまなことに頑張っていくつもりです。どうぞ、よろしくお願い致します。

目次

- ・ごあいさつ
- ・株式会社ほっとはぴねすについて
- ・取材日記①
- ・RSP参加（ホテル日航東京）
- ・コラム①
- ・どこにもヒントがある
- ・取材日記②
- ・シヨコラシユークリーム
- ・（ニコラシヤール銀座本店）
- ・コラム②
- ・お姫様果物「いちご」
- ・活動記録
- ・介助者募集中
- ・連絡先
- ・編集後記



ごあいさつ

みなさま、初めまして、こんにちは。株式会社ほっとはびねすの代表取締役を務めさせていただいています、吉村枝里子と申します。

私は脊髄性筋萎縮症 2 型という病気のため、ずっと車椅子生活をしています。日常生活はひとりでは何もできないので、全介助が必要です。

大学卒業後、就職先が見つからなかったため、少しの在宅バイトと Web デザインの勉強をしながら、自立を目指し、ひとり暮らしを始めました。その中で、介助者との人間関係を学び、事業所との問題が大きくなってしまったので、自分の就職先を確保し、金銭面・生活面の生活の安定を求めて、会社を立ち上げました。

まだまだ世間知らずの未熟ですが、さまざまなことを勉強しながら、前に進んでいこうと考えています。少しずつ成長していきたいので、温かいご支援をしていただければ嬉しいです。

これからよろしくお願い致します。

株式会社ほっとはびねすについて

仕事に追われる毎日、慣れない環境に置かれて必死になる時間、自分一人ではどうにも難しいことなど、どんな方にもどんな場所でもストレスがたまることだらけのはずです。でも、そこから抜け出せることも容易ではありません。だからこそ、気分転換や癒しの場所、心の支えが必要です。自分の時間を大切に、輝きある生活をする中で、目の前にある壁も次の壁も乗り越えられるはず！

株式会社ほっとはびねすは、自分らしい生活を見つけられるように、みなさまの輝く生活をサポートすることに務めていきます。自分らしい生活を見つけられるように、また企業活動を通じてみなさまに少しでも社会に貢献できればいいなあと考えています。すべての方にとって豊かな生活の向上を目指し活動しています。

事業内容

・ 情報提供サービス

ブログ等を通じて、楽しい毎日を過ごせるような情報を発信しています。食べ物に関することや余暇に楽しめることの情報が主です。

・ 障害者福祉サービス事業

特に重度身体障害者の、入浴・排泄・食事等の介助や、調理・洗濯・掃除等の家事、外出時の移動支援等のサービスを提供しています。

・ ホームページ作成・運営

インターネットを通じて届けたい情報を迅速に発信しています。

・ パンフレット・名刺等デザイン

オリジナル感あふれる、会社紹介や名刺等を作成しています。

・ 講演・取材等

「伝えたい」を大切にお話しします。

前向きに事業を進めていきます。「楽しいことがあるからこそ辛いことに立ち向かうことができる」「嫌なことを乗り越えられればきっと良いことがある」こんな気持ちを胸に、新たなことに挑戦しながら、できることを一歩ずつ続けていくつもりです。

取材日記① リアルサンプリングプロモーション参加（ホテル日航東京）

2014年2月28日。ずっと前から雨が降ると言われていたけど、朝起きたらきれいに晴れていて比較的暖かい日でした。お出かけ日和にホテル日航東京に行ってきました。

今回はサンプル百貨店というサンプルを試してその感想を企業に届けているサイトが主催しているリアルサンプリングプロモーションというイベントに参加してきました。たくさん企業からの開発秘話が聞けたり、ここでしか買えない価格で購入できるブースエリアも出たり…それになんと言っても、サンプルがたくさんもらえます。こんなめちゃくちゃ楽しいイベントの44回目でした。

今回の会場となったホテル日航東京は、東京臨海新交通ゆりかもめ「台場」駅が最寄駅で、通路が直結しています。また、東京臨海高速鉄道りんかい線「東京テレポート」駅から徒歩10分だし、東京テレポート駅とホテル間には無料シャトルバスがあるそうです。



このホテルは潮風を感じられて東京を一望できます。全室バルコニー付きの客室、海の見える宴会場、海に面したチャペル、テラス席のあるレストランやSPAもあり、開放感あふれる空間がすごく気持ちよく、海沿いのリゾート感と都市の洗練された空間、旬の味覚を楽しめます。高級感もあり、落ち着いた雰囲気です。



ホテルの方の対応もすごく良くて、すごく心地よいサービスをしてくれました。都内のいいホテルに一度でいいから泊まってみたいと思っちゃいました。

リアルサンプリングプロモーションのメイン会場は「ペガサス」、ブース会場は「アポロン」という宴会場で行われました。ゴージャスな広々としたきれいなお部屋で、とてもゆったりできました。プレゼンは6社で気になるものばかりでした。いろいろな秘話が聞けたり、へえ～と感心できることを知れたり、実感できたりして楽しかったです。

帰宅し、もらったサンプルを広げてみたらすごくたくさんの量でびっくりしました。試食を合わせてなんと33商品でした。また、大好きな食べ物ばかりだったということもポイント高かったです。

いろいろな新商品や人気商品を試す良いきっかけになりました。

コラム①
どこにもヒントがある
マウスのクリック作業が難しくなり、何か良いものがないかと、必死に聞きまわり探していました。そして、やつのことで、知人の知人からあるスイッチの存在を紹介していただきました。
すごく時間をかけて探した、そのスイッチがドラマのワンシーンに出てきました。一瞬だけでもテレビに映ったので、正直のところはびっくりしましたが、「これ、私も使っている」と、なんだか自慢したくなるほど、とてもうれしかったです。
欲しいと思ってもまだ出会えていない方のためにはとても有効で役に立つシーンだったでしょう。また、欲しいと思う情報の手掛かりは、いろいろなところに転がっているんだなあと感じました。
なんとなく過ごしているだけでは見逃してしまうかもしれない。使い方・発想の転換次第で、より過ごしやすくなるかもしれない。
活になるかもしれない。そんなことを身をもって感じたので、しっかりと多くのことを吸収できるように、アンテナを張り巡らせて生活していくと心に誓いました。

取材日記② ショコラシュークリーム（ニコラシヤール銀座本店）

2014年1月28日。曇っていて、体の芯から冷える寒い日でした。銀座ショコラストリートにある「ニコラシヤール銀座本店」に行ってきました！どんなお店か全然わからなかったなので、付き添い2人を連れて、ワクワクしながら出掛けました。



銀座ショコラストリートをご存知でしょうか？地下鉄銀座駅B3出口を出て、アルマーニとデイオールビルの通りを入るとすぐあります。高級スイーツ店が3軒（ピエールマルマルコリーニ、イルサンジェー、ニコラシヤール銀座本店）並んでいます。当時は3店舗で、2月にもう1店舗オープンするとなっていたので、現在は4件になっているはずです。この高級スイーツ店が並んだ通りが「銀座ショコラストリート」と呼ばれています。

そして、この中の1軒である「ニコラシヤール銀座本店」を訪れました。ここは、今年1月にオープンしたばかりの新スイーツ店です！黄

色を基調としたかわいらしいお店で、2階建てになっています。店内には手間と時間をかけた特製のスイーツが並んでいました。道に面したショーケースには、うさぎのかたちになっているかわいい「ショコラシュークリーム」が飾られています。こちらのお店の人気商品です。

お店のほうはというと、入口には結構高めの段差があります。スロープもないですし、低めの1段と高めの1段の2段っていうのが不便です。入口も通路も車いすが通れる幅はありますが、人とすれ違うのは大変なギリギリさです。

もうこの状況を見たときには、一気に諦めモードになってしまいました。どう頑張っても2人では持ち上げられないって感じで、結構ショックな雰囲気が流れていました。

でも、せっかく来たのだからと、ダメもとで手伝ってもらってくれるかどうか聞いてみたら男の店員さんを集めてきてくれて、電動車いすですごく重かったんですけど、どうにかしてくれようと頑張ってくれました。4人で持ち上げてくれようと奮闘はしてくれたんですけど、難しくて少し休憩。そのあとに、その中の1人（幹部の方っぽかったかな）が近くのお店にある、車のための段差解消みたいな、鉄のスロープをいくつか借りてきてくれました。それでもスムーズには上がらなかったのですが、それがあっておかげで、店内に入れてもらうことができました。とてもうれしかったです！ありがとうございました。



1階はショコラシュークリームやチョコレート、オリジナルスイーツなどが買えるスイーツ店です。そして、2階と1階の奥まったところがカフェになっています。エレベーターとかはないため、もちろん1階の席に通してくれました。店内もおしゃれだけど、買い物をしているお客さんからは見られないようになっていたので、落ち着きある雰囲気の中で人の目も気にせずゆっくりできました。



今回いただいたのはショコラシュークリームプレートです。数種類の中から好きなシュークリームを選び、アイスクリームとともにプレートに盛られていました。そこに飲み物も付いていますよ。これで 1780 円です。

私は人気のショコラシュークリームを選びました。作って感のシュークリーム皮。そこにクリームがたっぷり入っていましたよ。チョコレート感がすごく濃厚なんだけど、甘過ぎはせずにとってもおいしかった～♪もう一人はハーブ&レモンを選び、癖になる変わった味わいだったそうです。

ちなみに 1300 円でランチも楽しめます。付き添いの

2 人がしっかり食べて、ちょっと味見させてくれちゃいました。ラッキーって感じです！

1 つ目はキッシュです。ほうれん草とベーコンのキッシュにサラダとパンがついたワンプレートでした。チーズたっぷりであつと塩気がきいていて、パンとの相性抜群でした。2 つ目はチキンのバリジャンです。トマト系ソースがかかったチキンが挟まっていて、持ちづらかったみたいだけど、味もよくてボリューム満点でした。



やっぱり高級スイーツ店だから値段もちょっと高めですし、段差の

面もあつて店員さんに迷惑もかけてしまいますし……。いろいろと考えるときになってしまうので、現実的にはあまり行くことはできないかなあと思います。でも、機会があればまた行きたいです。

銀座という高級で大人な大都内ど真ん中で今風のスイーツ店に行けてすごくうれしかったし、楽しかったです！



コラム② お姫様果物「いちご」

旬の食材は、味もしつかりとしていますし、栄養分も最も高い状態にあると言われています。また、四季が楽しめて、五感でおいしさを感じられます。

四月の旬の食材である「いちご」について紹介していきます。見た目もかわいいですし、甘くておいしいので、子どもから大人まで人気の果物ですね。

いちごの旬は四、五月です。現代では、ハウス栽培が盛んで、出荷量が多いのはクリスマス時期からで、促成栽培が行なわれています。そのせいか少し旬の感覚が外れてしまっているかもしれません。

いちごは、ビタミンCが豊富に含まれていることで有名です。中ぐらいの大きさなら五粒くらいで一日分を摂ることができそうです。

現在、数多くのブランドがあり、茨木の「とちおとめ」、福岡の「あまおう」、静岡の「紅ほっぺ」「章姫」などがある有名です。ほかにも様々な種類があり、それぞれの特徴が楽しめます。

いちごの選び方

色の濃淡ではなく、ムラがない鮮やかさで、光沢があつて、ツブツブが立っているものがおすすめです。また、ヘタがしおれていないものは収穫してから時間がたつていいるというところなので、ヘタの緑が濃くて元気なものを選ぶようにしましょう。スーパーなどで購入する場合は、パックに入られているものも多いので、下の段のいちごもチェックして下さい。底のほうに傷んでいる場合があります。

いちごシェイクの作り方

材料

- ・いちご：6〜7粒
- ・牛乳：200cc
- ・氷：適量

作り方

・ヘタを取ったいちご、牛乳、氷をミキサーに入れてかくはんする。
すぐ簡単でできて、いちごの香りが広がります。牛乳を豆乳に代えたり、氷をアイスクリームに代えたりすると、また違う美味しさが味わえます。アレンジができるので、旬の間、いちごをたくさん楽しんでみましょう。

活動記録

設立～2014 年 3 月

2012 年

- 9 月 3 日 株式会社ほっとはびねす設立
- 9 月 26 日 情報提供サービス開始
- 11 月 16 日 ホームページオープン
- 12 月 1 日 重度訪問介護事業開始

2013 年

- 6 月・7 月 相談支援従事者研修参加
- 10 月 1 日 本拠地を杉並区阿佐谷南に移転

2014 年

- 1 月 28 日 ニコラシャル銀座本店取材
- 2 月 28 日 RSP 参加

介助者募集中！

杉並区で自立生活をしている障害者の生活をサポートしてくれる介助者を募集しています。

介助内容：

掃除や洗濯などの家事援助・食事や入浴、トイレなどの身体介護・通院・ショッピングなど

資格：ヘルパー2級、介護福祉士等の資格所有者！

＊未資格・未経験者でもご相談ください。

希望人材：

- ・20代・30代・40代の方
- ・やる気のある方、努力を怠らない方、人間が好きな方、創造力&想像力豊かな方 etc.
- ・1年以上勤務出来る方、定期で働ける方、土日・夜勤も仕事出来る方を希望！

雇用形態：常勤介護職員

月給：16万円～

通勤手当、資格手当等、各種手当あり

勤務時間：週 40 時間

雇用形態：アルバイト

時給：1200円～1,625円（交通費あり）

＊研修・試用期間半年は時給 900円（短縮有）

勤務時間：(1) 21:00～翌 9:00

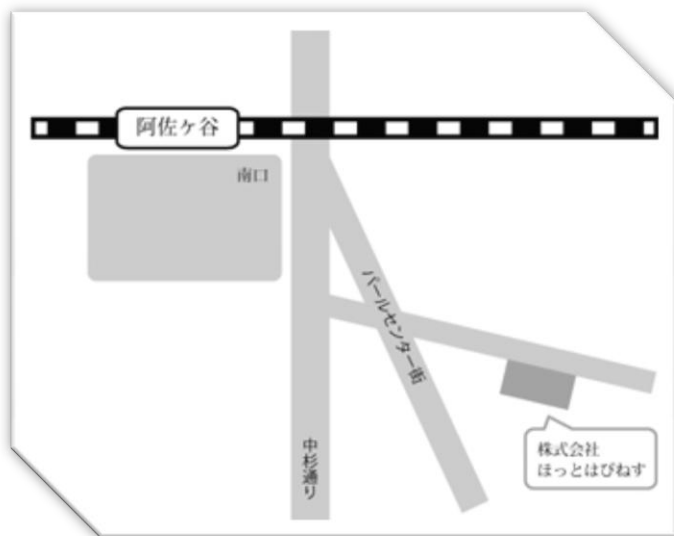
(2) 9:00～19:00

(3) 18:00～22:00

＊上記時間の中で、1日1時間～、週1日～OK

＊その他の時間もお相談に応じます。

連絡先



株式会社ほっとはびねす（担当：吉村）

〒166-0004

東京都杉並区阿佐谷南 1-47-17

阿佐谷キック・オフ／オフィス 3 号室

Tel: 03-6312-4633

EMAIL : hottohappiness@gmail.com

編集後記

だいぶん温かくなり春
っぽくなってきましたね。
桜もほかの花もきれいに咲き、お花見日和で、
ワクワクしています。
過ごしやすいさわやかな
空気を感ぜながら、い
い日を過ごせませう。ま
た、出会いの季節でもあ
るので、新しい一歩を踏
み出してみましよう。