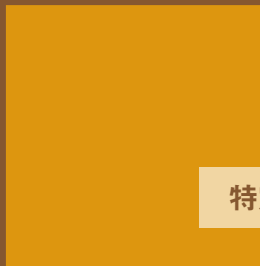


埼玉コミュニティ・カフェガイドブック

見つけたよ！ おいしくホッとにつながる 幸せ Café♪



目次

- ❖ 「コミュニティ・カフェ」でおいしくつながろう…………… P2
- ❖ 「コミュニティ・カフェ」ってなんだろう…………… P3・4
- ❖ ヘルシーカフェのら(さいたま市南区)…………… P5・6
- ❖ エコ工房^{こうぼう}ひだまり(川口市)…………… P7・8
- ❖ コミュニティカフェレストラン^{あお}青いそら(三郷市)…………… P9・10
- ❖ フリースペースこしがや^{えほんかん}絵本館(越谷市)…………… P11・12
- ❖ 元気^{げんき}スタンド・ぷリズム(幸手市)…………… P13・14
- ❖ 鷹^{しのひ}埜扉(所沢市)…………… P15・16
- ❖ コミュニティレストランここほっと(鶴ヶ島市)…………… P17・18
- ❖ べり^{ゆう}カフェ つばさ・遊(小川町)…………… P19・20
- ❖ おにっこハウス(熊谷市)…………… P21・22
- ❖ ポエトリー^{ぶこうしょてん}カフェ武甲書店(秩父市)…………… P23・24
- ❖ ここにあった! 埼玉のコミュニティ・カフェ…………… P25～29

情報は2010年1月現在のものです。定休日やメニュー、定価などが変更される場合もありますので、ご注意ください。

「コミュニティ・カフェ」でおいしくつながろう

街から「喫茶店」が消えて、チェーン店の「カフェ」が目立つようになりました。客はトレーをもって並び、店員からマニュアルどおりの接遇をしてもらい、短時間でそそくさと立ち去ります。

私たちが調べた「コミュニティ・カフェ」はその正反対です。店員さんは客からいつでも話しかけられるのを待っていますし、こみいった話も聞いてくれます。長居をしてもいいのです。提供されるコーヒーや料理は有機栽培や地元産、あるいは公正な交易で輸入されたものなどのこだわりがあります。そこではやってきた客同士が話し始めます。新聞やテレビに出ていない街の情報がそこにはあるのです。

「コミュニティの崩壊」が叫ばれるようになってから久しいですが、「崩壊」ではなく、「コミュニティ」の新しいありかたや築きかたが始まっているのだと思いたいのです。その核の一つが「コミュニティ・カフェ」だと思っています。

NPO法人越谷NPOセンターと埼玉県団塊世代活動支援センターは、団塊世代の方々が「コミュニティ・カフェ」を利用して地域の人たちとつながって、新しい経験をしていただけたらと考え、「埼玉コミュニティ・カフェガイドブック」づくりをきめました。

埼玉県内にいくつあるかもわからなかった「コミュニティ・カフェ」を独自の基準と嗅覚で探し出してきたのが、11人の公募された市民記者たちです。

それは苦労もありましたが、「埼玉にこんなところがあったのか」という新しい発見でした。「コミュニティ」は結局「人と人とのつながり」です。

あなたも、「コミュニティ・カフェ」に行って、そのカフェにつながる「コミュニティ」の一員になりませんか。そうすれば人生は、2倍楽しくなるのではないのでしょうか。

最後に、取材やアンケートに応じていただいた「コミュニティ・カフェ」の方々に感謝申し上げます。






特定非営利活動法人 越谷NPOセンター
代表理事 村田 恵子

「コミュニティ・カフェ」ってなんだろう

そもそも「コミュニティ・カフェ」ってなんでしょう。この言葉を広めた先駆者である(社)長寿社会文化協会では「コミュニティ・カフェ」を「地域社会の中で『たまり場』や『居場所』になっているところ」としています。似ているものに「スローカフェ」という言葉があり、これはNGOのナマケモノ倶楽部が提唱し、賛同者が実践しています。「スローカフェ」の定義を「スローカフェ宣言」として10の項目をあげています。前者と同様に「場」を重要視する一方、フェアトレード(公正な交易)によって得られた食材や商品、有機・無農薬農産物を食材に使うことに特徴があるように思われます。

また、「食を核にしたコミュニティ支援を目的にしたNPOの事業モデル」として、NPO研修・情報センター(代表 世古一穂さん)が提唱している「コミュニティ・レストラン」もあります。

そこで、私たちも「埼玉コミュニティ・カフェガイドブック」をつくるのにあたり、このガイドブックに掲載する「コミュニティ・カフェ」の定義を自分たちでつくってみました。

-  **飲食** 飲食サービスをしており、安心・安全にこだわった食材を使用している。
-  **情報** 地域のさまざまな情報の受発信をしている。
-  **交流・学び** 地域の人々のさまざまな交流と学びの場になっている。
-  **地域貢献** 子育て支援や障害者、高齢者支援などの地域貢献をしている。
-  **就労** 就労が難しい人の働く場になっている。

このうち、2つ以上の定義にあっていれば本誌に掲載しています。ですから、「地域住民の交流の場であるが、いつも飲食物を提供しているわけではなく、定価もつけていない」ところは今回、紹介していません。また、メニューが有機栽培で無農薬の食材を使っていなくても、低農薬であったり、地元の食材を使ったり手づくりであれば、(1)の定義にあっているとしました。



「自治」と「テーマコミュニティ」の核に

取材してわかったのですが、それぞれのカフェにはそれぞれのテーマや目的があって、魅力的な人たちがいて、とても個性的でした。しかし、よくよく考えてみると、その底流は同じではないかと思うことがたびたびでした。

困ったことが起きたら、そして自分がやりたいことがあったら、自分だけの問題にしないで社会化して解決しようとする意思があることです。つまりは「自治」ではないかと考えます。

そして、「人と人のつながりを大事にしたい」という意思も同じでした。たまたま同じ地域に住んでいることで成り立っている「地域コミュニティ」とは違って、「テーマ」によってつながった「テーマコミュニティ」の核になっていると実感しました。

自治会などの地縁団体の加入率が減少する中で、このような「テーマコミュニティ」がじわりじわりと増えていけば、「人」と「人」とのつながりを強めることができ、夢のある温かい社会をつくっていけるのではないかと思います。きっと「コミュニティ・カフェ」はその中のきらめく星の一つです。





一人ひとりの「食べること」と「生きること」を大切に

ヘルシーカフェのら

●●●「食材」「食堂」「広場」がつなく幸せ

人が生きていくには「食べること」が不可欠だが、「のら」はその「食べること」の大切さを教えてくれるカフェである。代表でシェフの三浦香代子さんは、12年前、保育士をしていた頃から「食べること」の重要性を痛感していた。



「『食べる』は『生きる』の重大事ということも言っているんですよ。そして、「おいしい」と喜んでくれる笑顔から人はつながっていくでしょう」と三浦さんは語る。調理はもちろん、何事も「ゆっくり、丁寧に、ひとつひとつ」を基本にしている。

「のら」では「食材」「食堂」「広場」が運営の3つの柱である。入り口でまず目に入ってくるのがこの「食材」である。さい

たま市で採れたての安全安心な野菜や果物を販売している。「食材」担当の伊豆田義明さんは「ベジタブル&フルーツマイスター」の資格を持ち、さいたま市内の学校給食用に野菜を納品する担当でもある。

その他、フェアトレードでオーガニックなエルメラコーヒーや、有機食材や手作り雑貨の販売コーナーもある。

「食堂」では、この安心安全な食材を使った料理が食べられる。子育て中のママからご近所のお年寄りの方まで様々な世代の人が集い、おいしい料理を食べながらの話はとまらない。ランチは和定食か洋定食を選ぶことができ、レ

ンズ豆や赤米を使った料理が味わえる。どれも優しい味わいで、和定食には埼玉産のお米でできた米飯が、洋定食には天然酵母のパンが付くこともある。夜にはオーガニックワイン、日本酒、ウイスキーなどが楽しめ、ほろ酔いメ



「のら」を中心としているいろいろな輪が広がり、「のらパートII」店ができるといいですね。

代表の
三浦香代子さん

ニューとして玉ネギのビックリ焼、砂肝のエスカルゴ風、自家製スモーク盛り合わせなどがあり、お酒好きにはたまらないだろう。

また、惣菜の持ち帰りもできる。一人暮らしの高齢者に大変喜ばれているという。

「のら」とは「野菜で良くする、野菜で楽しむ」との意味もこめられているそうだが、野菜中心の料理はカラダとココロにもおいしい。



ナチュラルな店内の奥には16畳の「広場」がある。

●●●漆喰壁はみんなの共同作業で

また、店内の壁は漆喰塗りだが、「のら」に賛同する人たちが、子どもも参加して共同作業で塗ったもの。無垢材を多用した内装が素敵で、ほっとさせてくれる。

「広場」は店の奥にあり、約16畳のフロアは子どもたちが寝転がれるように板張りで、光の差し込む明るい空間である。「広場」担当の新井純子さんは育児中の母親の支援活動をしている市民団体「あれあれあ」の代表でもある。赤ちゃん連れのお母さんに優しい、気軽に集まれる場所をという思いで「広場」を創った。子育てや女性の生き方がテーマのワークショップだけでなく、蜜蝋キャンドルワークショップなど様々なセミナーが開かれている。もちろん母親以外にも自己表現の場として活用でき、一歩前に進む人たちを応援してくれる場所である。安全安心の野菜がある幸せ、おいしいごはんのある幸せ、一歩前へ進みつながる幸せ、この3つの幸せがつながり、「のら」は来る人を3倍の幸せで温かく包んでくれるだろう。

DATA

電&FAX **048-607-3007**
 住 さいたま市南区鹿手袋7-3-2
 営 11:00~22:00 (休月曜日) 席最大約40席
 運営主体 合同会社 代 三浦香代子
 HP <http://www.healthycafe-nora.com>

MENU

- 和定食・洋定食 1,000円 (ドリンク付き) 1,200円
- コーヒー、紅茶 各300円 (お菓子付き) 500円
- オーガニックワイン(グラス) 550円
- 日本酒お楽しみ4種 500円~
- おすすめ前菜 600円~



中浦和駅西口から徒歩10分。「寿司文」の角の細い方の道を左折し直進。2回目のガードをくぐったら、左側の道を。



みんなの笑顔がみたいから

こうぼう

エコ工房 ひだまり

25講座が開かれる「民間の公民館」

地域の人たちの居場所、くつろげる場「コミュニティ・カフェ」の先駆的な活動で知られている「ひだまり」は、2000年9月にオープンした。「民間の公民館」と呼ばれている所以は、25にも



のぼる講座を店内で開催しているからだ。代表の山田たみこさんが自らやりたくて開いた「英会話」や「着付け教室」、講師がぜひやらせてくれと持ち込んだ企画の「ハーモニカ教室」「プリザーブドフラワー」「水彩画教室」「住まい快適術講座」など、カルチャーセンター顔負けのメニューがずらり。

カフェを開く前から公共施設を借りていろいろな講座を山田さんは開いていたが、カフェという場を持ったことにより、お客さんの中から年代を問わず、さまざまな人たちが参加するようになり、飛躍的にネットワークが広がったという。毎月発行している「ひだまり通信」(発行部数800)やホームページでPRし、口コミも含めて、参加者は毎月150人以上という。

その秘訣は、まずとりあえず「体験教室」として実施してみる、そして、人気がでたら定期化していく積極性にある。

人と人をつなぐ「人財登録」

また、人財のデータバンク化にも熱心である。手づくりの小物類を委託販売しているが、これらの委託者は約50人。講座講師は30人いるので、それらの人たちに人財登録をしてもらい、外部からの「こ



みんなが主役、みんなが仲間、みんな楽しんで。

代表の
山田たみこさん

れを作った人はだれか」「良い演奏者はいないか」などの問い合わせに応じている。「コミュニティ・カフェ」の老舗の実力は、おいしいコーヒーとともに、ここにあるのかもしれない。

「志民アシストネットワーク」と連携

「ひだまり」の2階には「まちづくり・人づくり」をテーマとするNPO法人「志民アシストネットワーク」の事務所があり、山田さんはその理事でもある。同ネットワークは、2009年11月に、「安心おとどけ隊」を埼玉県



の補助金を利用して立ち上げた。これは中高齢と若者が会話やゲームを楽しんでいた。

あらかじめ登録したサポーターが、買い物の同行や指定物品の購入、荷運びや日常生活での困りごとに有償(1時間1000円程度)でお手伝いする制度。地域の商店と連携して実施している。人と人をつないできたひだまりの「人財バンク」が生きている。また、同ネットワークには行政書士や社会福祉士がいるので、連携して「よろず相談」も毎月3回開いている。

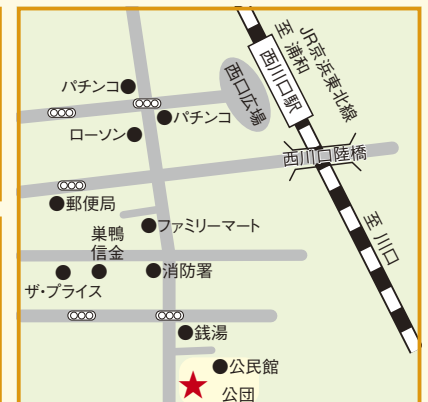
「海外支援は私の趣味です」と笑う山田さんは、バングラデシュの恵まれない家庭の自立を支援する「ヤギ“ひかり”プロジェクト」も行っている。一人でふらっと来店しても、みんなと仲良くなれる雰囲気は、山田さん流の絶妙な心遣いによるもの。そして何よりもスタッフたちが楽しんで仕事をしているのが素敵だ。

DATA

☎&FAX **048-253-6306**
 住 川口市西川口5-2-1-106
 営 10:00～18:00 (休)月曜・日曜・祝日
 席 25席
 代 山田たみこ
 HP <http://www.hidamari-net.jp/>

MENU

- ❖ コーヒー・紅茶 …………… 各320円
- ❖ ケーキセット …………… 550円
- ❖ おやきセット …………… 320円
- ❖ サラダ焼肉丼 …………… 630円
- ❖ おにぎり・豚汁セット …………… 580円
- ❖ オム焼きそば …………… 630円



西川口駅西口から徒歩10分



あったらいいなと思うサービスを

コミュニティカフェレストラン あお 青いそら

●●●三郷市文化会館内でのオープンを実現

2004年3月、「自分たちの住む地域にあったらいいなと思うサービスを提供する事業所づくり」を目指す市民5人が出資し、21坪の一軒家(三郷市田中新田)を借りてワーカーズ・コレクティブ[※]による自主運営で「コミュニティカフェレストラン青いそら」を立ち上げた。食事の提供やお弁当の配達、「助け合い生活サポート事業」を始めたが、駅から離れた立地での運営は難しく、住宅地に密着した場への移転が課題だった。

そこで、2年間、空き店舗となっていた三郷市文化会館のレストラン跡への移転を三郷市に要望し続け、その結果、三郷市が公募に踏み切った。そして「青いそら」の活動実績や社会性を持つ事業内容が認められて移転が実現したのだ。

2009年7月にオープンした店は約50坪ほどあり、一面ガラス張りの窓からは早稲田公園が一望でき、春は桜、秋は紅葉が美しい。晴れた日はテラスでのオープンカフェもいい。三郷市文化会館では、コーラス、ヨガ、フラダンスなど26のサークル活動などが行われており、有名アーティストによる大規模なコンサートやライブも数多く開催されている。そのため来館者も多く、その人たちの食事や喫茶の場として、また地域の人や公園を散歩する人たちの利用もあり、街の人たちのオアシスになっている。



代表の浅草秀子さん
(前列左から2番目)とスタッフの皆さん

経営を安定させ、安心して利用していただけるようスキルアップを目指しています。メニューにこめたメッセージを発信していきたいです。

●●●安全な食材と手作りの味がモットー

食の安全性の確認や国産、地場の野菜にこだわり、手づくりの食を提供してきた実績もあり、そのメッセージはお客様に浸透してきたようだ。特に宣伝はしていないが、リピーターや口コミで来る人も多い。

一番の人気メニューは旬の野菜を中心にした日替わりランチ「青いそらランチ」(30食限定)。他に国産ブランドの豚や鶏肉を使用した丼物も人気がある。コーヒーは無農薬栽培の豆を使用。お弁当や惣菜なども作って販売している。資金も出しているスタッフ18人は40歳代から70歳代までの女性。家庭的な味付けや丁寧さ、落ち着いた雰囲気、スタッフとの気軽な会話が「青いそら」の持ち味である。

●●●ギャラリーやコンサート、地場野菜販売も

店内の壁を利用して絵画展を行ったり、手作り作品の受託販売、地元生産者の野菜販売、無添加のパン、障がい者施設の製品販売も行っている。障がい者の就労の場にもして、体験実習も受け入れている。

また、市民音楽家による店内コンサートは人気があり、早めの予約が必要なほどだ。紙芝居付き食育講座も行っている。生きがい探しの人や子育て中の仲間に出会いたい人、自分の生き方や価値観の共感者を求める人、学校や職場以外の人間関係を求める人などの出会いの場を作って、多様な人が支えあって生きていく社会をつくるのが「青いそら」の願いだ。



広い店内は、50人以上のコンサートもできる。

DATA

☎&FAX **048-957-9600**
 住 三郷市早稲田5-4-1 三郷市文化会館内1階
 営 10:00～18:00 (休)月曜日 (席)48席
 運営主体 NPO法人 ワーカーズ・コレクティブ青いそら (代)浅草秀子
 HP無 e-mail aoisora@oasis.ocn.ne.jp

MENU

- ❖ コーヒー・紅茶 各250円
- ❖ 森のコーヒー 420円
- ❖ ケーキセット 520円
- ❖ 青いそらランチ(日替わり) 700円



※市民が自ら資金を出し、労働し、経営をして、非営利事業を行う組織。

三郷駅から徒歩15分



ホッと温かい気持ちになれる

freespace えほんかん こしがや絵本館

●●●絵本や人との出会いの場

「こしがや絵本館」は、一見すると一般住宅のように見える。違うのは「絵本館」の大きなプレートとイベントなどの案内版が道路に面して置かれていること。そして、その玄関ドアはいつも開かれていることである。

靴をぬいであがり、引き戸をあければ、大きな一つのテーブルとキッチンカウンターが目の前にある。5、6人がくつろげる畳のコーナーもあって、四角い卓袱台と座布団がおかれて、いわゆる、茶の間にそこにある。

「絵本館」は、おいしい食べ物や飲み物があって、身近に情報交換をしながら、学びや楽しみに出会えて、ホッと温かい気持ちになれる場所が「あったらいいな」という数人の女性たちの夢から始まった。何年も準備を重ねて、1999年に開館した。

一番の特徴は壁際の手棚にある厳選された絵本。1,000冊にもなるという。特別な催し物の時以外は、自由に無料で読むことができる。図書館に行くにはまだ小さすぎる親子連れが読み聞かせをしたり、年配の方がお茶を飲みながら、ここでゆったりと絵本を楽しんだりしている。素敵な絵本や人に出会える場である。折にふれ、絵本関係のブックフェアや原画展、朗読会、読み聞かせ



も行われている。また主婦などが作った手作りのアクセサリや袋物、洋服も委託販売している。



いつも2人のスタッフがお待ちしています。ぜひお出かけください。

遠藤智加子さんと代表の植田恵子さん

●●●人気のギャラリーと各種教室

書棚の上の壁はギャラリーとなっていて、年度初めには1年間の計画が決まるほどである。もちろん、プロの芸術家もいるが、市民の自己表現の恰好の場となっている。絵画や写真、織り、木彫、スタンドグラス、ガラス細工などが展示され、その時々のカフェの雰囲気が変わるのもまた、楽しい。展示物の販売も行っている。



厳選された絵本を自由に無料で読める。

押し花やパッチワーク、折り紙、絵手紙など、各種趣味の教室も毎日のように何かしら行われていて人気があり、定員いっぱいのももある。コンサートや落語会、平和を伝える会などの催しを年に数回行っており、心待ちにするファンも多い。

●●●くつろぎのフリースペース

安心、安全にこだわった食材を使用した、飲み物やお菓子があり、どれもおすすめである。気に入った本を読んだり、展示された作品をゆっくりと眺めたり、スタッフやお客様とおしゃべりをしながらのティータイムは、ゆるやかな癒しの時である。

一つの空間を幅広い年代の交流の場とし、福祉・文化の発信地として、素敵なまちづくりにつながればという思いもある。NPO団体として有償、無償のボランティアで運営を続けてきているが、この10年でスタッフそれぞれの事情も変化してきている。その時々に合わせてながら、絵本館のドアはいつも開かれている。

DATA

☎&FAX **048-966-1002**
 住 越谷市赤山町1-42-9
 営 11:00～18:00 (休 日曜・水曜・祝日)
 席 16席
 代 植田恵子
 HP <http://www.geocities.jp/koshigayaehonkan/>

MENU

- ❖ コーヒー・紅茶(第三世界・無農薬) … 350円
- ❖ タンポポコーヒー/ジュース … 350円
- ❖ ケーキセット … 500円
- ❖ 煎茶セット … 350円
- ❖ 抹茶セット … 500円



越谷駅西口から徒歩5分



高齢者の「元気」を満タンに

げんき
元気スタンド・ぷリズム

●●●7つの元気をプレゼントしたい

鉄筋コンクリート5階建(3028世帯)の幸手団地が誕生して37年。今や高齢単身世帯が469世帯となった。そこに住民交流の場、居場所が必要と感じ、その商店街の一角に小泉圭司さんは「元気スタンド・ぷリズム」を開いた。



スーパーに勤めていた頃、お年寄りに声をかけられ、悩みに答えていた小泉さん。高齢者にいつまでも元気でいてほしいという理想実現のためスーパーを退職、以後、夢実現のため、まっしぐらに走りだしたのである。

介護を必要としないで楽しく元気にすごせるようにしたい、それが「ぷリズム」のモットーである。そのために7項目にわたって何を手助けしたいのか掲げた。①食事からの元気 ②生活からの元気 ③運動による元気 ④趣味活動での元気 ⑤経済的な元気 ⑥労働による元気 ⑦人間関係での元気である。そのために最新の情報をキャッチして、具体的な支援を提示していったのである。たとえば、「生活からの元気」では、昭和名曲BGMを流したり大人向けドリルを紹介したりして脳活性化訓練をはかったり、足をぬらさず入る石の足湯を設置したりしている。

●●●一人の食をささえたい

営業時間は朝8時30分から夜8時までにして、1日3食、規則正しい食事がとれるようにした。日替わりメニューは緑黄色野菜、繊維たっぷりの根菜、魚海藻類、豆、キノコ類などの食材をつかい、まごころ



どなたでもお気軽にお立ち寄りください。

小泉圭司さんと従業員の鷲お尾さん

こめてつくったおふくろの味である。もちろん、油、塩分ひかえめの薄味仕上げ、地場野菜を極力使うようにしているそうだ。自分ひとりで食材を買って調理できなくなったときに、このサービスはきっとありがたいだろう。調味料にもこだわり、砂糖の代わりにオリゴ糖を使用。各テーブルにも設置し、気軽に使えるようにしている。



お客様の手作り品や「杖」などの介護予防グッズを展示販売。

●●●介護予防のアイデアいっぱい

介護予防指導士でもある小泉さんの介護予防にたいする思いには熱いものがある。お店に置いてある介護予防のためのメニューブックには、百マス計算を印刷したランチョンマットなど最新の健康情報がいっぱい入って、ずっしり重い。

居合わせたお客さんに聞くと「あんまり歩かないですぐに来られるからいいね。身体に気づかったメニューがうれしいよ。店がきれいで友だちとの待ち合わせにも使っている」と話していた。「店長さんがやさしくて大好き。店長さんの豆腐ハンバーグはおいしい」など、小泉店長のファンは日ごとに増えているようだ。

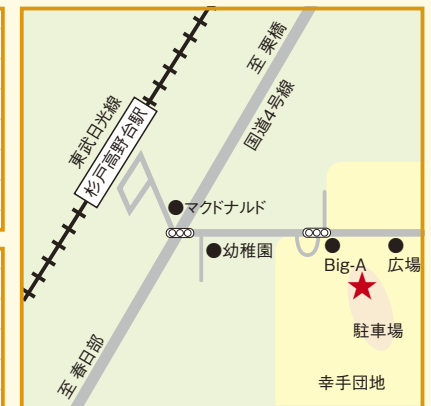
こんなすてきなお店をNPO法人でなく合同会社という形態で(妻とパートの従業員の3人)で切り盛りしている。15坪24人席のお店に1日30人前後のお客さんが来てくれるが、売上は目標額に届かない。小泉さん本人の給料まではなかなか支払われないとのこと。そんなことにはびくともせず、今日も小泉さんは夢を持ち続け、走り続けている。たくさんの小泉さんが現れ、「元気スタンド・ぷリズム」が日本中にできたら、みんな安心して年をとれるのにと考えた。

DATA

☎&FAX 0480-42-6823
 住 幸手市栄3街区2号棟106
 営 平日 8:30～20:00、土曜 10:00～19:00、祝日 11:00～18:00 (休 日曜(たまにやっています。お問い合わせください))
 席 24席 (運営主体 合同会社 代 小泉圭司)
 HP <http://homepage3.nifty.com/gs-purizumu/>

MENU

❖ エルメラコーヒー	280円
❖ コラーゲンティー	300円
❖ 青菜のおかゆ	350円
❖ 豆腐ハンバーグ定食	680円
❖ カレーライス	480円



●杉戸高野台駅東口から徒歩15分



目にはみえない価値ある空間

しのひ
颯埜扉

●●●自分がほしい場はみんなもほしい

店の斜め前に西友榎町店があり、交通量の多い道に面しているが、店内は静かである。カウンター3席とテーブル10席ほどの小さなレトロな喫茶店だ。カリカリとコーヒーを手回してひく音が響いている。1杯ごとにひかれ、ハリオ式で出されるコーヒーが自慢である。棚には数々のコーヒーメーカーが所狭しと並んで、陶器やガラス製の猫の置物がたくさんあって可愛い。



「颯埜扉」は精神障がい者を支援する「NPO法人颯埜扉」が、運営する喫茶店である。しかし、職員によれば「颯埜扉」の責任者である色摩玉江さんが2003年に「勝手に開いた」店であつたらしい。

子育てと親の介護を終えた色摩さんが「自分がほしい場所をつくったの」という。「だれでもコーヒーでも飲みながら、ゆっくりと自分の話を聴いてくれる場がほしいでしょう」。

そこで親が残してくれた財産で中古住宅を購入したのが珈琲「颯埜扉」の始まりである。当時は週4日開かれるフリースペースのような場所で、コーヒーやリサイクル品、手づくり品を販売し、障がいのある方には「お手伝い」の形で入ってもらった。

2007年より障害者自立支援法にもとづく形態に移行したが、それ以前は、有志グループの力でやりくりしていた。

2004年に全面的に喫茶店として改装し、「マドレーヌ」も製造販売し始めた。その後、利用者の増加に伴い、リサイクル部門は切り離して、徒歩1分のところに新たにリサイクルショップをオープンした。



誰にでも起こりうる「心の悲鳴」。その時を共に過ごして行きましょう。

色摩さんは「その後の活動は小さな船で川を下っていたら、海に出てしまった。しかもその船にはたくさん人が乗っている感じです」と語っていた。

●●●病気があっても社会への第1歩に

珈琲「颯埜扉」を訪れる人は、「颯埜扉」の通所者や家族であつたり、地域の障がい者のネットワークに関わる人たちなどが実際には多い。しかし、近所の町内会の会合、コーヒーが好きな人がふらりと訪れる自由な空間だ。そこで、病気はあっても社会への第1歩にと思いながら、コーヒーミルを引く若い人たちがいる。それを見守るのはフリースペース時代から、この場をつくってきた色摩さんたちスタッフだ。



色々な猫の置物が心なごませる。

障がいを持った子をもつ親が、どんなところだろうかとやってきて黙ってコーヒーを飲んで帰ることもあるらしい。「颯埜扉」を足場として社会に出て行った人たちも立ち寄る。

「しのひ」とは古語で、現代語では「偲ぶ」の意。「偲ぶ」とは、「深く考えて想う」「人を想う」「物事を想う」「思いをはせる」などの意味だ。「ひ」に「扉」という字をあてたのは、社会の扉を開けるという願いからきている。

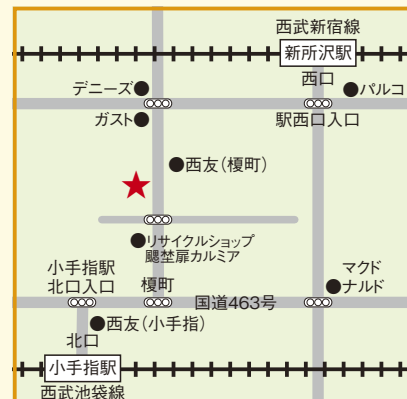
「見えないけれど、価値ある空間にしたい」という、色摩さんの言葉が心に響いた。

DATA

☎&FAX 04-2924-4059
 住所 所沢市榎町12-12
 営 11:00～18:00 (休日・月・火曜日)
 席 13席
 運営主体 NPO法人 颯埜扉 代表 色摩玉江
 HP なし

MENU

☼ コーヒー／紅茶／ココア ……各280円
 ※障害者手帳をお持ちの方 ……230円
 ☼ ケーキ ……200円
 ☼ 抹茶 & 和菓子 ……350円
 ※どなたでも2杯目からは50円引きです。



■小手指駅北口から徒歩12分



ここにくればホッとする

コミュニティレストラン ここほっと

●●●最初の構想は「おやつづくり」

「ここほっと」は、木々に囲まれ、鳥の鳴き声に包まれた静かな環境にあり、そこにびったり納まるお洒落なたたずまいの「コミュニティレストラン」だ。ここを運営するのは、鶴ヶ島市の7小学校区の学童保育団体からなる、「NPO法人 鶴ヶ島市学童保育の会」だ。



ここ数年の児童数の大規模化をきっかけに、数百食のおやつ作りを集中化しようという意見が起き、その場所を探していた。

その後、地域貢献に理解のあるオーナーに出会い、もともとレストランであった店を借りることになった。そして、2009年7月に、セントラルキッチンと飲食を提供し、市民の交流の場、出会い、学びの場となる「コミュニティレストラン」として開店した。その際、鶴ヶ島市の委託事業として平成21年度「埼玉県ふるさと雇用再生基金」の助成をうけられることになった。

内部は、明るく解放感溢れる窓、ゆったりしたテーブルスペースおよび綺麗な手づくり品展示コーナーを持ち、さらに車椅子、ドッグ・テラス、キッズ・コーナーなども備えるなど、リッチ感十分である。外とのつながりも強みだ。

鶴ヶ島市には「地域協働ポータルサイト」という地域SNS*があり、そこを通して「ここほっと」の情報を流してくれるサポーターがいる。外部の様々な組織や人とうまくつながっているのが、「ここほっと」が輝いている背景のようだ。

●●●たくさんの人が集まって・・・

午前中は指導員がやってきて学



おいしいものを食べながら語り合い、ここでほっとするお店です。

浅見要さん(左)と森裕子さん

童保育室3か所、350食分のおやつをつくる。そして、11時から一般客にランチやお茶を出すことにした。2011年まで「基金」の助成がもらえるという。そのような運営上の知恵はどこからでてくるのであろうか。

「会には子どもが約700人います。するとその家族などの関係者は1400人はくだらない。大工さんからお医者さんまであらゆる職種がそろい、あらゆる情報は入ってきますよ。もちろん、助成金から不動産情報までね」と事務局長の浅見要さんは笑う。同会ではこのレストランを、市内に散らばった会員の会議や楽しみの場としても活用している。「夕方から集まって、夜中の12時まで忘年会ができるのも自分たちの場所だからですよ」と楽しそうだ。

店内には近所の達人がつくる見事な大凧が飾ってあった。キッズコーナーもある。また、珍しい「鼻笛」の演奏会やコミュニティビジネス研究会などのセミナーも行っている。

試食したランチはしゃれた献立でおいしく、かつ500円。あっというまに完売だった。これもプロのシェフを人のネットワークを活かし期間限定だが雇い入れることができたからだそう。そして店長や調理スタッフはそれをちゃんと学んで取り込んでいる。

経営のポイントをたずねた。森裕子事務局長は、にこやかにはっきり言った。「お客様の『ニーズ拾い』が大事。ニーズを捉えていま出来ることはすぐ実行する。また、人と人が『つながる場』がとても大事だと思う」。



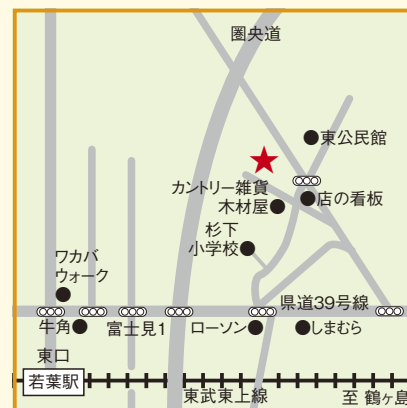
ブリザーブドフラワー教室も大人気。

DATA

☎&FAX **049-287-1792**
 住 埼玉県鶴ヶ島市五味ヶ谷230-3
 営 11:00～16:30(ランチ11:30～15:00)
 休 月曜・木曜・日曜 定 30席
 運営主体 NPO法人 鶴ヶ島市学童保育の会
 責任者 森裕子(事務局長) HP <http://blog.canpan.info/coco-turugaku/>

MENU

- ❖ おまかせランチ(ドリンク付) … 500円
- ❖ ケーキプレート(ケーキ3種) … 300円
- ❖ ケーキ1個 … 100円
- ❖ コーヒー他飲物 … 150円
- ❖ お替り … 100円



*「SNS」とは Social Network Service の略。サイト内の日記や電子掲示板などを利用して人々が交流や連帯をはかるインターネットのサービス



小川町の野菜が主役の日替わりシェフレストラン

べりカフェ つばさ・遊

「小川町マップ」づくりが発端

代表の高橋優子さんは、1989年に小川町に引越した時から、この地で人とつながっていきたく考えた。そこで食の問題から取り組み始め、2001年、主婦3人で生活工房「つばさ・遊」を立ち上げ、小川町マップ創刊号「お豆腐屋さんマップ」を発行。新聞販売店の協力で町中に配った。以後、暮らしに役立つ情報満載の情報誌を発行し続け、32号となっている。



マップの取材を続ける中でネットワークを作っていた高橋さんは有機農業の実践者、霜里農場の金子美登さんと出会う。彼は自然のサイクルを利用し、農作物からエネルギーまでを自給自足で作りあげる循環型農業のパイオニアだ。彼の妻の友子さんらとこのカフェを開店させた。10年間の活動は熟成された葡萄酒のように「NPO法人」「コミュニティ・カフェ」という形で実ったのである。

マップの取材を続ける中でネットワークを作っていた高橋さんは

有機農業の実践者、霜里農場の金子美登さんと出会う。彼は自然のサイクルを利用し、農作物からエネルギーまでを自給自足で作りあげる循環型農業のパイオニアだ。彼の妻の友子さんらとこのカフェを開店させた。10年間の活動は熟成された葡萄酒のように「NPO法人」「コミュニティ・カフェ」という形で実ったのである。

有機農業と市民シェフの結合

「べりカフェ つばさ・遊」はなにより小川町の有機野菜はこんなにおいしい、というアンテナショップの役割があるが、「べり」はおしゃべりの「べり」。みんなが集い、おしゃべりをして、顔と顔の見える有機的ネットワークの拠点にしよう。そして、互いに助け合い、互いの能力を発揮して誰もが安心して暮らせる心豊かなコミュ



ニティをつくりたい。そんな思いでスタートした。レストランなどを経営したことはないが、料理は大得意、という人たちが日替わりシェフに名乗りをあげた。それをまとめているのが高橋さんである。「1週間続けて仕事するのはしんどいが、1日ならと考え、このアイデアが浮かんだ」と笑う高橋さん。それがさまざまなメニューが楽しめる魅力になっている。

月曜日は「霜里農場」の卵かけごはん、火曜日は「ミロランチ」の定食、水曜日は「更科」のそば・うどん、木曜日は「ホームベーカリー小川」の手づくりパンランチ、金曜日は「風の丘ファーム」の野菜料理バイキング、土曜日は「よし田さん家の台所」の定食、日曜日は「Green sam」のランチプレートと本

当に多彩だ。立地条件もよく、目の前には町民会館のホール。イベントにやってきた人がふらっと立ち寄る。ネットで検索してきた人、散歩の途中で休憩にやってきた人など。うまい。安い。野菜不足なので、ここで補えてうれしいと喜ぶ若者。あっという間にその日のランチ予定分は終わってしまうとのこと。

「日本の食物自給率は危機的です。『食』と『エネルギー』の自給なくして自立はありえないし、未来もない。自分たちの未来は自分たちで創りたいですね」。そう言った高橋さんの言葉が心に響いた。

DATA

☎&FAX なし(問い合わせ先は高橋さん携帯) **090-4453-6355**

住 比企郡小川町大塚1186

営 月～金 / 11:30～閉店時間はそれぞれの曜日で異なるのでお問い合わせください。土・日曜 / 10:00～19:00 (休 年末年始等の休日はブログをご覧ください) 席30席

運 営 主 体 NPO法人 生活工房「つばさ・遊」

代 高 橋 優 子 HP http://blog.goo.ne.jp/seikatukoubou_1953

MENU

- 月曜日／霜里農場
 - ❖卵かけごはんセット……………400円
 - ❖有機栽培インスタントコーヒー…100円
- 火曜日／ミロランチ・YokkoCake
 - ❖定食(主菜と副菜3品)……………750円
 - ❖ケーキ……………300円
- 水曜日／更科
 - ❖のらぼう菜もつ煮込みうどん…650円
 - ❖手打ちそば・うどん……………500円
 - ❖地元の野菜のてんぷら3品………100円
- 木曜日／ホームベーカリー小川
 - ❖手づくりパンランチ……………800円～(サンドイッチ、トーストグラタン鶏ももソテーなど飲み物つき)
- 金曜日／風の丘ファーム
 - ❖野菜料理バイキング780円
- 土曜日／よし田さん家の台所
 - ❖定食……………800円
- 日曜日／グリーンサム Green sam.
 - ❖マクロビオテックなお料理ランチプレート……………780円



小川町駅から徒歩2分



ささえ、ささえられ、温もりあふれる

おにっこハウス

●●●手づくりの味噌がおいしいよ

「いらっしゃいませ」という明るい声で若いスタッフが迎えてくれる店内は、ログハウス特有の温もりのある、お洒落な雰囲気がある。この店は手づくり味噌や、地卵、地場野菜、近隣の福祉作業所の製品を販売するのが目的で1996年にオープンしたが、おいしい手づくり味噌を知ってもらうために、お茶やランチを出すようになった。

ランチは、近所の農家の採りたて新鮮野菜を使い、ごはんは埼玉県産のブランド米、自家製味噌や地卵を使うなど、安全と地産地消にこだわった食事を提供している。さらにうれしいことに味噌汁とご飯はお替わり自由。献立は日替わりで、多くの常連さんが通っている。

コーヒーは良い豆だけを選んで自家焙煎したものを出しており、大変おいしいと評判だ。味噌づくりを始めるきっかけは、20数年前に遡る。知的障がいを持つ人でも、働く場所を確保して自活する方法はないものかと、尾島茂さんたちが考えていた矢先、転作農地を利用した大豆との出会いがあった。公民館で、転作野菜の大豆を使った味噌づくりの講座があり、「これだ」とひらめいたという。試行錯誤を重ねながら、大企業製品にも負けない、手づくりで添加物を使わない味噌をつくりあげた。この味噌は、香りがよく、お湯の中に入れるとたちまちサーと溶ける優れものである。

次に考え出したのが、自然養鶏法による地卵の生産だ。平飼いの鶏の世話や鶏



市販の物と同じでは競争に勝てない。こだわりの物、たしかかな物を提供したい。

施設長の尾島茂さん

舎の掃除などは障がいがあってもできる。野菜は近所の野菜農家の畑に残ったものを与えればよく、無駄がない。えゴミが発生しない。今では1日に約1000個の生産があり、約8割は固定客に売られている。地域との堅いつながりが感じられる。

●●●地域との堅い絆

「おにっこハウス」は約260人の応援団(出資者)のバックアップに支えられて設立されたが、働いている知的障がい者は10人。設立後も地域の人々による支援が続いている。店先では「いつでもバザー」と銘打って、近隣の支援者が持ち寄った品物を無人販売している。また、お店の裏庭には「雑誌・新聞」「ダンボール」「アルミ缶」「てんぷら廃油」「ペットボトルのキャップ」の分別箱が用意されており、近所の人々がそれらを持ち寄り、協力業者が定期的に回収に協力している。庭の花壇づくりから花の手入れも有志のボランティア活動だ。また、「市民参加の大バザール」と銘打った「おにっこ祭り」は、すでに13回行われており、2009年は1200人余りの来場者があった。

「おにっこハウス」の名前の由来は、ひろすけ童話「泣いた赤鬼」からとった。村人と仲良くなりたいと願う赤鬼の優しい心根と赤鬼を助ける青鬼の深い友情が、「おにっこハウス」の目指すノーマライゼーション(ハンディのある人もない人も共に働き、ごく普通に暮らせる)社会のイメージにピッタリと名づけられた。

自らの情報発信も盛んで、店内掲示板のほかに、「おにっこ新聞」として年2回3000部発刊(1500部郵送)されている。



とれたての地場野菜も並ぶ。

* DATA *	☎&FAX 048-536-1344
	📍住 熊谷市板井 1630-7
	🕒 営 10:00 ~ 17:30 (ランチ 11:30 ~ 14:30)
	📅 休 日 曜 席 32 席
	👤 運営主体 NPO 法人 おにの家(心身障害者地域ケア施設) 施設長 尾島 茂
🌐 HP http://www.5a.biglobe.ne.jp/~onikko/	

* MENU *	🌿 日替わりランチ …………… 730 円
	🌿 自家焙煎コーヒー …………… 400 円
	🌿 自家製味噌(1kg) …………… 766 円
	🌿 平飼い地卵(10個) …………… 420 円



熊谷駅から小川町行バスで30分。県立循環器呼吸器病センター下車。徒歩4分



日本で初めてのポエトリーリーディングのカフェ

ポエトリーカフェ武甲書店

●●●肉声で伝え、聴く「詩」にこだわって

カフェと詩集専門書店、詩の朗読「ポエトリーリーディング」を定期的に行うライブハウス、そして詩集の出版を行う出版社の4つの機能をもつ「ポエトリーカフェ武甲書店」は、秩父市の東町商店街にある。約20坪の店内に足を踏み



入れば、カウンターと椅子席がまず目に入り、疑いもなくカフェであるが、壁際のコーナーには詩集や詩の専門書が並ぶ。そして厳選された古本も雑誌立てに並んでいる。店主の坂本健一さんの両親が長年営んだ書店を全面的に改装して2007年に作り出した空間である。

実は坂本さんは自作の詩を朗

読して、競い合う「詩のボクシング」の2004年沖縄大会の優勝者でもある。

「詩は書き付けただけではだめなのです。肉声で投げかけ、それを受け止める聞き手がいて、初めて詩は有効な力を持つと思います。それは人々の意識を変えることができる、社会変革の運動の一つでもあります」と坂本さんは語る。

しかし、それを実現できるスペースは、全国を探してもほとんどない。大手コンビニチェーンの店舗開発担当として全国に新店舗を誕生させてきた坂本さんだが、50歳を目前に控えた日に、企業人としての人生に終止符を打ち、「ポエトリーリーディング」のできる場づくりを決意したという。

「活動は足元から」という思いで故郷秩父での場づくりを決心すると、行動は計画的で迅速だった。モデルはアメリカのサンフランシスコで1955年に「ポエ



毎日、来てください。おいしいコーヒーと食事、そして人との出会いが待っています。

坂本健一さんと坂本明美さん

トリーリーディング」が行われた「シックスギャラリー」にあった。

●●●熟成の味、エイジングコーヒーを

こうしてオープンしたカフェでは、エイジングコーヒー(数十か月熟成・乾燥させたコーヒー豆を使用)を提供している。熟成されてタンニンの渋みのないまろやかな味に惚れ込んだためだ。妻の明美さんが作るてんさい糖を使ったケーキやプレート料理に惹かれて



店主と語りながらお酒も楽しめる。

来店する人も増えてきた。ハンバーグプレートは、スープに天然酵母パンまたは古代米入りの玄米飯が付いて600円。野菜と豆類のみのおかずがメインのベジタブルプレートの野菜はなるべく地元から調達している。詩には関係なく、お昼ご飯に立ち寄る常連さんもでき始めた。

毎月1回のポエトリーリーディングには秩父市内だけでなく、遠方からもお客さんがやってくる。明美さんのアイデアで、最近は店の壁面を無料で地元の芸術家たちに提供する「アートの交差点」というイベントを始め、新たな客層を集めている。

「詩を『聴く』という姿勢は結局、他者を認めることにつながっていくと思います。今、最も大切なことではないでしょうか。誰でも参加できるオープンな空間でのポエトリーリーディングはそれを実現してくれるはず」という坂本さん夫妻の夢は、まだまだ始まったばかりだ。

DATA

☎&FAX **0494-24-2813**
 住 秩父市東町21-1
 営 11:30 ~ 19:00 (休 月曜日)
 席 16席
 代 坂本健一
 HP <http://www.bukou-books.com/>

MENU

- ❖ エイジングコーヒー 500円
- ❖ 手づくりケーキセット 650円～
- ❖ ハンバーグプレート・ベジタブルプレート (スープ付) 各600円



御花畑駅から徒歩1分

ここにあった! 埼玉のコミュニティ・カフェ

ここはと思うカフェ38にアンケートを送付し、回答をいただいたカフェのうち編集委員会
が定義づけた5つの基準に合ったカフェを掲載しています。立ち寄っていただき、お気に
入りのカフェを見つけていただけたら幸いです。情報は2010年1月現在のものです。内容
が変更される場合がありますので、ご注意ください。

さか わ さんご 栄和 NPO 法人 ともに生きる会



☎ 048-851-9207

住さいたま市桜区栄和3-11-13-101 交南与野駅
徒歩15分 HP有 席18席 営11:00~17:00
休土・日・祝日 メニュー日替わり定食/さんご野菜
カレー/コーヒー/ジュース

ハンディのある人がいきいきと働
いています。毎日食べても飽き
ない日替わり定食が人気です。

みなかぜ ギャラリーカフェ南風



☎ 048-644-8534

住さいたま市大宮区高鼻町1-401-15 交大宮駅徒
歩15分 HP有 席30席 営11:00~17:00、土
曜12:00~17:00 休日・月・祝日
メニュー沖縄の家庭料理のランチ/コーヒー/ジュース

沖縄直送の食材を使っています。歌声
喫茶・サンシン・裂織りなどのカルチャー
教室も行ってます。イチャリバチョーディ
精神(一度遭ったら皆兄弟)で出合いを
大切に地域の憩いの場になっています。

どるちえ カフェギャラリー土瑠茶



☎ 048-861-1755

住さいたま市浦和区仲町4-11-14 交浦和駅徒
歩15分 HP有 席20席 営12:00~18:00 休土・
日・祝日 メニュー本格アフガンカレー(有機米)/キッ
シュランチ/ケーキ/コーヒー

手づくりの陶器でいただく有機米を
使った、本格アフガンカレーが人気
です。ジャズやクラシックのライブ、フェ
アトレード品の販売、海外自立支
援、子育てサロンを行っています。

カフェレストラン バオバブ



☎ 048-855-8021

住さいたま市桜区白楯269-3 交与野本町駅徒
歩20分 HP有 席25席 営11:30~21:00 休月
メニュー洋食ランチ/手ごねハンバーグ/オーガニックコー
ヒー

フェアトレードのオーガニックコー
ヒーや旬の野菜、果物を使った
料理やデザートが楽しめます。夏
至の頃に行う『キャンドルナイト』
などのイベントも行っていきます。

がろうきっさ 画廊喫茶 ルポーズ (社) やどかりの里



☎ 048-657-0202

住さいたま市大宮区天沼町1-136-2
交大宮駅徒歩20分 HP有 席20席
営10:30~18:00 休日・祝日
メニューケーキ/トースト/パスタ/コーヒー/紅茶

障がいを持つ人たちが、細やか
な対応を大切に接客していま
す。手づくりのパスタやケーキ
を楽しんでいただいています。

カフェ&ふれあいショップ ふらっと



☎ 048-226-0636

住川口市川口1-1-1 キュポラ本館棟5階 交川口駅
徒歩3分 HP無 席30席 営10:30~18:30、土・
日・祝日10:00~17:30 休月・第3金曜日
メニューコーヒー/紅茶/ジュース/ココア

川口市内16の障がい者施設の
製品の展示・販売も行っていま
す。カフェでは自家焙煎のコー
ヒーや果汁100%のフレッシュ
ジュースがお勧めです。

オーガニックカフェ マザーズハウス (企)リサイクル工 房マザーズハウス



☎ 048-965-4185

住越谷市東越谷2-18-21 交越谷駅徒歩15分
HP有 席18席 営11:00~19:00 休日・祝日
メニュースリランカカレー/古代米おにぎり/ピザ/ロー
ルケーキ

安心安全な食材を使った手づく
りのピザやスリランカカレーなど
ゆっくりと召し上がっていただけ
ます。リサイクル品の販売、ミ
ニコンサートも行っていきます。

cafe りくり



☎ 048-963-0120

住越谷市東越谷9-143 交新越谷駅から花田行バス東
中学校下車徒歩1分 HP有 席16席 営11:00~18:
00(15:00からは予約営業及びイベント) 休日 メニュー
離乳食/大人ランチ/こどもランチ/コーヒー/ジュース

子育て中のママがゆっくりくつろ
げるキッズカフェです。8種類の
ランチ、子ども用のメニューもあ
ります。お子さんと一緒に楽し
めるイベントも行っていきます。

いろ 喫茶 ゆめ色 (医療) 社団 双里会



☎ 048-733-6882

住春日部市大場1564-1 交武里駅徒歩13分 HP
無 席30席 営10:30~15:30 休日・月・金
メニュー1日20食の限定ランチ/ドリップ式コーヒー/
手づくりクッキー

挽きたての豆をドリップで入れ
るコーヒーが人気です。店内に
グランドピアノがあり、コンサ
ートも開催しています。

しあわせCafé Ami 幸手商工会

☎ 0480-42-1411

住 幸手市中1-7-32 交 幸手駅徒歩10分

HP 無 席 23席 営 11:00～18:00

休 土、第2・4月・水

メニュー さくらアイス/ランチ/コーヒー/ジュース



幸手商工会が設立し、ボランティアによって運営されている家庭的な雰囲気の店です。歌声カフェやミニコンサートも行っています。

のうかりょうり 農家料理なごみ

☎ 090-2530-6335

住 幸手市大字上吉羽275 交 幸手駅徒歩45分 タクシー10分 HP 有 席 26席 営 11:30～14:30、18:00～21:00 (要予約) 休 土 交 ニュー 農園ランチ/しあわせランチ/シェフきまぐれランチ



旬の地場食材を「重ね煮」という調理技法で食材の旨みを引き出す料理を味わっていただけます。※注意 ドリンクのみのサービスは行っていません

コミュニティサロン・あすーる

☎ 048-466-8842

住 朝霞市本町1-5-13 交 朝霞駅徒歩12分 HP 無 席 12人 営 13:30～17:30 休 日・木

メニュー 本格的なホットコーヒー/幼児から高齢者共通の「たんぼぼコーヒー」



障がいのある方も高齢の方も共に地域で密着したおしゃべり空間です。ちりめん細工教室やミニコンサート(ギター、オカリナ、チェロ等)を開いています。障がい者も店頭にてお客様を接待しております。

きっさ はなみずき ギャラリー喫茶 花水木

☎ 04-2992-6027

住 所沢市松葉町15-8 交 新所沢駅徒歩4分

HP 有 席 20席

営 11:00～19:00 休 月

メニュー 和風ランチ/軽食/コーヒー/ジュース



落ち着いた居心地の良い雰囲気に包まれた店内で和風ランチと丁寧に入れたコーヒーが楽しめます。週替わりの多彩なギャラリー展示が好評です。

カフェ あるこ NPO法人 インターメディカル

☎ 04-2922-3439

住 所沢市喜多町5-13-1 交 航空公園駅徒歩2分

HP 無 席 16席

営 9:00～17:00 休 日・水・祝日

メニュー ランチ/軽食/ソフトドリンク



障がいを持つ人たちが接客・販売・店舗運営業務などを行っています。

コミュニティサロン どんぐり (社福) 所沢 椎の木会

☎ 04-2989-9079

住 所沢市並木1-1 市役所1階ロビー 交 航空公園駅徒歩3分 HP 無 席 56席

営 9:00～18:00 休 日・祝日 交 ニュー カレー/ピラフ/ソバ/うどん/ケーキ/各種パン/弁当



市役所1階ロビーで障がいを持つ人たちが接客サービスをしています。手づくりパン・カレー・弁当、美味しいコーヒーは特に人気。花と緑に囲まれたほっとできるお店です。

ソラレ cafe Solare NPO法人 サポートあおい

☎ 049-222-8098

住 川越市仙波町2-10-5 交 川越駅徒歩10分 (川越胃腸病院前) HP 無 席 12席

営 10:30～16:00 休 土・日・祝日 交 ニュー ピザトースト/カレー/ケーキ/コーヒー/ジンジャエール



明るく落ち着いた店内で障がいを持つ人も働いています。「貸しギャラリー、貸しスペース」の運営、地場野菜などの販売もしています。

ふくし 福祉ショップ&カフェ くるみの木

☎ 049-289-6998

住 坂戸市千代田3-20-7 交 若葉駅徒歩3分

HP 有 席 10席

営 9:30～18:00 休 木

メニュー クッキー/パウンドケーキ/パン/コーヒー



障がいを持つ人たちの作業所や施設で作られた手織り品、手づくり石鹸、パンなども販売しています。地域の人たちのギャラリーとしても利用されています。

たいじゅ レストラン 大樹 (社福) 茶の花福祉会

☎ 04-2936-2511

住 入間市新久227-1 交 入間市駅から中神行バスヘアレ入間前下車徒歩7分 HP 有 席 52席

営 11:00～15:00 休 無 (年末年始休み)

メニュー 各種カレー/地粉うどん/定食/マグロつけ丼



接客や調理などを通して障がいを持つ人たちの就労支援を行っています。地粉を使用したコシのあるうどんや無農薬野菜の料理が人気です。

まめ Café 豆さる

☎ 042-972-8939

住 飯能市仲町13-4, 1階 交 飯能駅徒歩3分 HP 無 席 25席 営 11:00～19:00 休 日・水・祝日

メニュー 20食限定の豆さる定食/ケーキセット/10種類の食事メニュー



安心な野菜を中心にした8品のおかずの豆さる定食が人気です。憲法や反戦を語りあえる場です。絵画、陶器などアーティストの作品展示、ライブも行っています。

☎ 048-575-0119

住 深谷市西島町1-629-3 交 深谷駅徒歩3分

HP 無 席 8席 営 9:00~18:00 休 土・日

メニュー ねぎフライ(深谷ねぎ) / ねぎの漬物 / 鯛焼き / ヤキソバ / キムチ



接客・調理などで障がいを持つ人たちが働いています。珍しい「ねぎの漬物」や「ねぎフライ」「鯛焼き」など気軽に楽しめる値段で提供しています。

あいん

☎ 048-575-3422

住 深谷市深谷町10-24 交 深谷駅徒歩6分

HP 有 席 25席 営 11:00~16:00 休 火・水

メニュー 日替りランチ / コーヒー / 紅茶 / ジュース / クッキー



日替わりランチは地場の食材にこだわった家庭の味が自慢です。「食と文化」の発信を目指し、障がい者福祉施設の製品販売、ギャラリーでの展示販売、ミニコンサートなどを行っています。

グレー

☎ 0494-24-7780

住 秩父市東町11-12 交 お花畑駅徒歩5分

HP 無 席 25席

営 11:00~18:00 休 無

メニュー カレー / スパゲッティ / トースト / コーヒー



自家焙煎のコーヒーや無農薬野菜・減農薬米を使った料理を提供しています。毎月第4土曜日にはワンコインライブ(500円コーヒー付き)を行っています。(18:30~20:30)

カフェギャラリー 西瓜堂

すいか どう

☎ 0494-22-0084

住 秩父市東町10-7 交 お花畑駅徒歩5分

HP 有 席 16席

営 11:00~19:00 休 火

メニュー 秩父路サイダー / コーヒー / 紅茶 / 抹茶



秩父銘仙や生活骨董、オリジナル小物の販売をしています。多彩な展示物を鑑賞しながらゆっくりできる店です。

こみに亭

NPO法人 秩父こみにてい

☎ 0494-24-3086

住 秩父市東町16-1 交 お花畑駅徒歩5分 HP 有

席 12席 営 10:00~16:00 休 火・水

メニュー しゃくし菜ご膳 / ずりあげうどん / シナモン入りミルクティ



大正ロマンを感じる富豪邸宅で、郷土食「ずりあげうどん」を召し上がって下さい。地元野菜、リサイクル品も販売しています。ライダー仲間に人気です。

平成21年度埼玉県NPO協働提案推進事業

「埼玉コミュニティ・カフェガイドブック」

発行 特定非営利活動法人 越谷NPOセンター
埼玉県越谷市赤山町1-124-1, 12号室
電話 048-963-5654

発行日 2010年2月

編集委員 村田恵子・大家けい子・新井治・青木八重子
(越谷NPOセンター)
石井民子・一瀬要・宇佐美真実・加藤雅子
彼ノ矢澄恵・白石芳子・世古口まりか・田中敬祐
中村義・野瀬泰一・春山郁雄(市民記者)



この事業は埼玉県NPO基金による、越谷NPOセンターと埼玉県団塊世代活動支援センターの協働事業です。