

## No. 3 カブカブ川和 (since 2010)



住所：〒224-0057  
横浜市都筑区川和町1288-1 さかなや2、1階  
TEL: 045-938-5801  
FAX: 045-938-5802  
WEB: <https://twitter.com/kapukawawa>  
OPEN: 平日11時～18時

### MENU (一部) :

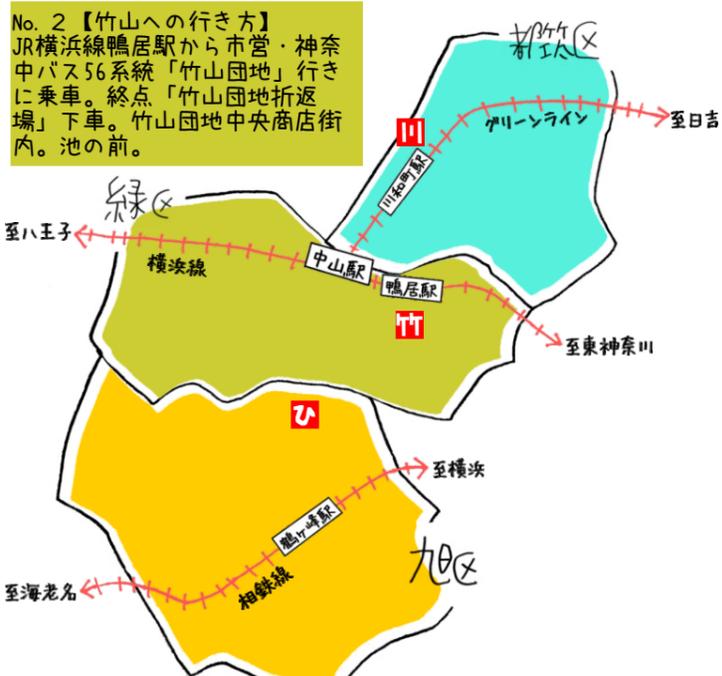
お食事  
 ◎ 特製カレーライス 500～  
 ◎ スープとパンのセット 400円

お飲み物  
 ◎ ハンドドリップ有機コーヒー 300円  
 ◎ 有機系エ茶 300円  
 ◎ 有機系抹茶 350円

スイーツ、その他  
 ◎ 白玉ぜんざい  
 ◎ 手作りクッキー (抹茶、ほうい茶、チャイ、  
 コーヒー、ナリ) 10玉入り300円。  
 3玉入り100円。  
 ◎ 玉ねぎとナッツのケーキサレ、梅パウンド  
 ケーキ、他。

No. 3 【川和への行き方】  
横浜市営地下鉄グリーンライン  
「川和町駅」1・3番出口すぐ。

No. 2 【竹山への行き方】  
JR横浜線鴨居駅から市営・神奈  
中バス56系統「竹山団地」行き  
に乗り。終点「竹山団地折返  
場」下車。竹山団地中央商店街  
内。池の前。



No. 1 【ひかりが丘への行き方】  
相鉄線鶴ヶ峰駅バスターミナルより「西ひかりが丘団地」  
行きか「中山駅」行きに乗り。JR横浜線・中山駅南口から  
は相鉄バスの「鶴ヶ峰駅」行きか「ズーラシア」行きに乗り。  
いずれも「公団集会所前」下車。(「市営集会所」と  
お間違いない！) ひかりが丘団地商店街内、角の店。

0 ← 1997.04 「地域作業所カブカブ」開所

← 1998.09 「喫茶カブカブ」営業開始

5 ← 2002.04 「地域作業所カブカブ竹山」開所  
& 喫茶営業開始

← 2003.01 ひかりが丘地域ケアプラザ内に  
喫茶コーナー開設

『星子が暮らせる条件は、世間が単純  
にならないこと、思い詰めて一つの方  
向へ走り出さないことである。』

『星子の居場所には静謐ではない穏や  
かさ、騒然ではなく雑然、熱気ではな  
く澁まぬ活気が求められる。』

「市民の意見」146号(2014.10.1.発行)所収

書いた人：最首悟さん、カブカブ運営委員。  
三女の星子(せいこ)さんは  
カブカブ立ち上げからのメンバー。

← 2009.02 追われるように、法人化

← 2009.09 ひかりが丘商店街に  
「工房カブカブ」増設

← 2010.04 「カブカブ川和」開所

← 2011.01 「喫茶カブカブ川和」営業開始

← 2013.04 喫茶カブカブ竹山隣に  
「作業室兼店舗スペース」増設

← 2017.12 脱貧乏生活を目指し、国の制度に  
移行。「生活介護事業所」の看板  
に付け替える。

← 2021.02 川和駅周辺再開発に伴い、  
「カブカブ川和」駅の反対側に移転。

← 2021.10 「カブカブ川和」分室スタート。

## No. 1 カブカブひかりが丘 (since 1997)



住所：〒241-0001  
横浜市旭区上白根町891-18-4-103  
TEL/FAX: 045-953-6666  
FB: <https://www.facebook.com/kapuhikari>  
OPEN: 平日10時～18時、土日祝休み  
(\*工房とケアプラザ店は17時まで)

### MENU (一部) :

軽食  
 ◎ 自家製スープ (パプリカ・マッシュルーム)  
 \* 単品 450円  
 \* パン付き 500円  
 \* コーヒー・系エ茶とセット 700円

お飲み物  
 ◎ 有機コーヒー/系エ茶 300円  
 ◎ ジューズ各種 200円

スイーツ、その他  
 ◎ 手作りぜんざい (お茶、箸休め付き) 450円  
 ◎ 自家製パウンドケーキ各種 150円  
 \* コーヒー・系エ茶とセット 400円  
 ◎ なめらかとろりん系エ茶ポリン 250円  
 \* コーヒー・系エ茶とセット 500円

## No. 2 カブカブ竹山 (since 2002)



住所：〒226-0005  
横浜市緑区竹山3-1-8-3102-203  
TEL/FAX: 045-934-6668  
FB: <https://www.facebook.com/kaputake>  
IS: <http://www.instagram.com/kaputake>  
OPEN: 平日10時半～17時、土日祝休み

### MENU (一部) :

お食事  
 ◎ 有機トマトのミートソース 500円  
 ◎ トースト 200円

スイーツ  
 ◎ 手作りパウンドケーキ各種 150～180円  
 ◎ 手作りクッキー各種 100円  
 ◎ 手作りチーズケーキ (不定期) 300円

\*お食事・ケーキ類、ドリンクセットあり。



www.kapukawa.org





### 【描く、書く、塗る】

お手本を忠実にマネられるよう指導するなんてので、その人らしさを殺してしまうんじゃないかと、ひとりひとりの表現を注意深く見つめ、励まし、素敵だよと伝えるもうひとつの時間にしたいと思っています。

隔月で絵本作家のミロコマチコさんをお迎えしたり（ひかりが丘）、毎月外部講師を迎えた「美術の時間」を設けたり（竹山）、額装のワークショップを開催したり（川和）、3か所それぞれのアートと制作の取り組みを展開しています。

### 【喫茶】

地域の方たちと、店ではたらくカプカプーズたちが、出会い、知り合い、仲良くなっていけるよう、あれこれ企てています！カプカプ流おもてなしの極意は「見たこともない多様な歓待」。



### 【カプカプ・ブランド】

それぞれの「こだわり」「オモシロさ」から「怒り」や「寂しさ」まで、あらゆる「表現」。その人の、その人らしさを、「儲けられるカタチにしちゃおう！」と生まれたのが『カプカプブランド』。商品を手にしたお客さんが、作り手に会いにきたくなる、そんな商品開発を目指しています！



### 【縫う・編む・織る】

枠を飛び出さんばかりのオリジナリティにドキドキハラハラしながら、思いもよらない展開に「くすっ」としたり「ぐっ」ときたり。時には作家とやりあったりもしながら、「商品」としてプロデュースする、マネージャー側の腕が問われる日々です。

### 【お菓子づくり】

「身近なひとに美味しくて安心なものを食べてもらいたい。」を基本に、オーガニックや国産の材料を中心に使った、3か所それぞれのオリジナル・スイーツを日々開発。楽しくつくる、その雰囲気自体も大切な「調味料」に「おいしくなれ」とつくっています。



### 【ウジャ（川和）】

2011年から始まった即興楽団UDje(ウジャ)さんとの時間。ジャンベなどの楽器を使ったり、声やカラダでひとりひとりがそれぞれの表現をしています。自分と相手の表現に耳とこころを傾けます。



### 【ひょうげんライブ（竹山）】

いつもの喫茶店をステージに変え、コーヒートレーをマイクに持ち替え、地域の皆さんと共に、歌えや踊れの「ライブ」を年に2回行っています。どなたでもご来場いただけます。どなたでもご出演いただけます。「ひょうげん」したい方大募集です！

### 【ヨガ（川和）】

月1回1時間ほど身体をほぐします。ダンスやアンサンブルとは異なり、なるべく静かに身体をほぐす時間です。やわらかい身体、かたい身体、いろいろですが、各々が自分の身体と一緒に過ごせる時間です。



### 【そこに居る、場をつくる】

とにかく、居るということ。そのことが全ての始まりで、大事な〈はたらく〉だと考えています。あなたが居てくれるから、この〈場〉が、豊かにつくられる。ほどかれて、つむがれる。ひとりひとりの〈あなた〉に、ありがとう。

### 【ダンス（ひかりが丘）】

体奏家・新井英夫一座との隔月ワークショップ。自分の体とひとの体をほぐしながら、つながったりはなれたり、感じたり想像をふくらませたり。体と楽器で音楽を奏でながら、カプカプサンバ（2013）やカプカプ音頭（2014）が生まれました。



### 【バザー】

誰かの「もういらない」を、誰かの「これいいね」につなぐお仕事をしています。整理、値付け、品出して、店頭販売。伝説のマヌカンFUMIYAが着る服は、飛ぶように売れるのです。



### 【旅行】

年に一度、一泊旅行に出かけます。毎年行き先についてあーでもないこーでもないといくさんの要望が出ますが、どこに行こうか、結局一番のお楽しみは、夜の大宴会！！シャウトあり、無礼講あり、夢のデュエットあり！あなたも是非一度、体験してみませんか？！

### 【カプカプラジオ（ひかりが丘）】

D.J. にアサダワタルさんをお迎えし隔月で放送される、カプカプでしか聴けない、カプカプラジオ。ノットノーツ、ジャニーズ研究部、カツラ愛好会、ヌイちゃんラバーズ、カプカプテニス部など人気番組多数。トークあり、唄あり、クイズあり。カプカプズ的時事ネタがその都度番組となり、フィナーレは、大体いつも皆で奏で舞うのです。



### 【祭り・販売会】

定期・不定期の出張販売で、カプカプという〈場〉を地元以外のお客様にもお届けしています。一方で、開店記念イベントや地域全体のお祭りなど、日頃の感謝をお伝えするために、謝恩セールや特別企画を催して、常連のお客様はもちろん、普段なかなか店に来られない遠方のお客様にも、カプカプへお越しいただく機会にもなっています。



### 【ポスティング】

何千枚ものちらしを折り、散歩・ドライブを兼ねて周辺の団地でポスティング。歩きながら地域の地理とお顔に詳しくなれて、ダイエット効果も期待できる(?) 人気のおしごとです。



### 【タオル洗濯（川和）】

ヘアメイク専門店の「アトリエはるか」さんとのステキなご縁から、サロンで使用するタオルの洗濯を請け負っています。ふんわり仕上がったタオルにメンバー手書きの「一言メッセージ」を添えて、全国各地のサロンへお届けしています！

