



# NPO 法人東京 YWCA 福祉会 通信

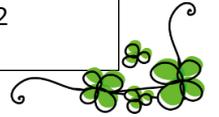
17号

2024年12月

特定非営利活動法人東京 YWCA 福祉会

<事務局>〒174-0043 板橋区坂下 1-34-25 公益財団法人東京 YWCA  
板橋センター内 TEL03-5914-1854 FAX03-5914-1852

URL <https://ywca-fukushikai.tokyo/>



## Y's コート ゆい 就労継続支援 B 型（働く場）

発達障がい、知的障がいのある人々の「働く場」Y's コート ゆいは、現在 15 名が在籍し、カフェ JOY、受注作業、自主生産品作りと販売などの仕事をしています。

Y's コート ゆいでは、5 月中旬より 2 階ベランダでプランター栽培を行っております。

きっかけは、ある利用者の方が農園体験をして興味を持たれ、農場で働きたいと仰ったことです。

都会暮らしでは、土に触れて植物を育てることが容易ではなかったり、野菜はスーパーで見かける物で、畑で採れる事を知らないといった若年層も多いのではないのでしょうか。そのような事も踏まえて、日々食べている野菜を自分たちで育てて、上手くいけば皆で食べたいとの思いからプランター栽培を始めました。

始めるにあたり、職員も経験がなく、プランターで食べられる野菜が育つのだろうかという心配はあり、できれば失敗しにくい作物が理想でした。そこで、一番の候補にしたのがグリーンカーテンとして小学校等でも栽培されているゴーヤーです。

二番目には、利用者の皆さんの昼食の彩りにもなると思いミニトマトを選択しました。ゴーヤーは 3 株、ミニトマトは種類違いを 3 株ずつプランターに植えました。水やりと観察記録は前出の利用者の方をお願いして、Y's コート ゆい唯一の“係長”に任命。ゴーヤーとミニトマトの他、ラベンダーや日々草等の花も植えてベランダ菜園に彩りを添えました。

10 日間ほどは際立った変化はありませんが 2 週間を過ぎたころから花も咲き始め期待が膨らみます。茎も太くなってきましたので支柱やネットも用意し、毎日実が大きくなる様子を込めて水やりを続けました。観察記録を見ると、6 月 10 日にゴーヤーの実が 18cm、15cm、12cm、10cm、ミニトマトは 12 個ほど実を付け赤みを帯びているものも 4 個、とあります。ミニトマトは 6 月 19 日に 16 個、7 月 12 日に 21 個収穫とあります。昼食で利用者みんなで食べました。ゴーヤーは 7 月 18 日にまとめて 4 本収穫、翌日ゴーヤーチャンプルーにして昼食で食べました。日々の水やりで、食卓でお馴染みの野菜がプランターで作れたことに利用者のみならず、職員のテンションが一番高かった次第です。正直なところ、ミニトマトの剪定に失敗してしまい、後半の収穫は少ないものとなりましたが、収穫の喜びに気を良くしてミニトマトの後は枝豆に挑戦。これも思いのほか実を付けてくれて、昼食に留まらず 10 月 4 日の東京 YWCA 板橋センターでのスタッフの交流会においても皆さんに食して頂けた事は来年への励みになります。

枝豆の時期が終わった後には、小松菜も栽培して収穫することも出来てプランター栽培の可能性を感じた半年間でした。

（職業指導員 野辺 浩）



ゴーヤー



ミニトマト 6 月 14 日



枝豆 9 月 4 日



“係長”が自らトマトを収穫



2021年秋からY'sコート ゆいで毎週水曜日にボランティア活動を始めて3年が経ちました。利用者の皆さんと一緒に作品作りの作業をしています。

「ゆい」がスタートして間もない頃、理事長だった新田さんに誘われ「ゆい」を見学したのが、初めての「ゆい」体験です。お二人の方が様々なチラシを透明なポリ袋に入れ、スケールで測る作業をしておられました。丁寧に作業をしていらした姿が今でも目に焼き付いています。3年前にボランティアのお声掛け頂いて再度見学した時、多くの方が色々な作業しておられて感慨深い思いにかられました。しっかりと根付いていることがとても嬉しかったです。

若い利用者の方々と一緒に作業することは、とても刺激的です。最近新しい作業（刺繍や毛糸）に取り組んでいます。素敵な作品がいくつも作られていますので、ぜひご覧頂きたいと思います。勿論、慣れ親しんだ作業（ブローチ製作やすいとるゾウ製作）も続けて作業しています。お休み時間はお互いに冗談を言ったり、リラックスして楽しく過ごします。

私は、東京YWCA 板橋センターには平屋であった古い建物の時代に、デイキャンプのお手伝いとして初めて伺ったのが最初です。まだ、学生でした。当時は何回も乗り換えて巣鴨からバスでセンターに行きました。遠いと思った事を懐かしく思い出します。 (会員 軽部 真理子)



### <「坂下ゆい商店」の商品を購入して応援してください>

手作りアクセサリー(ブローチ、プレスレット)、アクリルたわし、吸い取るゾウを販売しています。

<p><b>カフェJOY</b></p> <p><b>お弁当・プチデザート販売</b></p> <p>月～金(祝日お休み)</p> <p>11時30分～13時30分</p> <p>(完売になり次第終了)</p> <p>※店内イートインスペース有</p>	<p><b>坂下ゆい商店</b></p> <p>ブローチ・プレスレット ・アクリルたわし他 <b>販売中</b></p> <p><b>「すいとるゾウ」好評販売中</b></p> <p>普段のお料理の<b>油処理</b>に！牛乳パックを 再利用したエコな商品です</p>	<p><b>軽作業ご依頼ください</b></p> <p>封入・シール貼り・ DM等挟み込み、分別 etc. 承ります。</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------

これらの収益が「Y'sコート ゆい」利用者の工賃(お給料)になります。応援をお願いします！

### ◆スプリングバザールを実施します◆

2025年3月3日(月)～7日(金)、カフェJOY前の駐車場スペースにて開催します。「坂下ゆい商店」の商品(ブローチ・プレスレット・すいとるゾウ etc.)・中古雑貨・中古衣料の販売もいたします。

※物品寄付をご検討くださる方は、2月20日以降にお問い合わせください。

※雨天等のために中止とすることがあります。天候が心配な時は、当日9時30分以降にY'sコート ゆいへお問い合わせください。(TEL 03-5939-8623)

### <「坂下ゆい商店」の商品は、以下のところでもお買い求め頂けます>

都営三田線「高島平駅」	「スマイルマーケット高島平駅ナカ店」(西口改札外)にて常設販売しています。(開店時間：平日11:00～19:00)	
KURUMIRU(くるみる)	東京都庁店(パスポートセンターそば)	常設販売です
板橋区役所1階ロビー	「スマイルマーケット」に毎月第4水曜日11:30～14:00に出店しています。	



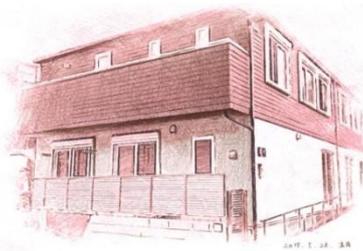
国領オータムフェアの様子。子どもたちにプレスレットが大人気。カフェJOYのパウンドケーキも好評ですぐ売り切れました。

10月19日(土)に行われた「板橋区民まつり」と東京YWCA 国領センター「国領オータムフェア」に、会員が分担して出店しました。

11月9日(土)に東京YWCA会館で行われたバザーには利用者の皆さん 総出で賑やかに出店してきました！

## Y's ホーム ハイホー 共同生活援助（グループホーム）

身体障がい、発達障がい、知的障がいのある男性7名が生活しています。



10月、11月に2回にわたって介護技術研修を実施しました。

1回目の研修のテーマは、介助に必要な基本的な体の動きの復習でした。例えば右手を出せば左足が出る、座っている状態のときは足を引き、頭を前傾にしなければ立ち上がれないなど、体の基本的なメカニズムを詳しく学び、先生の実演を見たり実践したりしました。椅子に座った状態で額に指1本付けられるだけで、立ち上がれなくなると先生に言われ実際にやってみましたが、本当に指1本の力だけで、立つことは難しかったです。

そんな動作を皆、普段意識せずに行っており、だから介助の際もこういった事を意識しながら行くと介助される側もする側もお互いに無理のない介助ができるという事を学びました。

講義だけでなく実際に自分で体験してみるから「ああ、こういう事なんだ」とすごく良く分かりました。先生は腰を悪くした経験があるそうで、こういった事を気を付けながらやっていくことが自身の身を守ることになるという話を聞き、私自身腰を悪くした時期があったので骨身に沁みました。

2回目は、床に寝ている利用者を車椅子に移乗する方法と口腔ケアについて研修しました。防災訓練の際に、担架で運んだ後、床から車椅子に利用者を移すときの良い介助の方法を知りたいと職員より希望があり、研修のテーマに取り上げました。

始めは1人で利用者を移乗する方法を先生に教わりながら実際にやってみましたがなかなかうまくいかず、次に2人で移乗するクレーンという方法を教わりました。

いつも行っている1人が利用者の後ろから両腕を抱えるように持ち上げ、1人は足を持って移乗する方法を先生に見せたところ、人間の身体で一番重いのはお尻だから、1人は足でなくお尻を抱えた方が良いとアドバイスを受けました。実際やってみるとその方が楽に運ぶことができました。

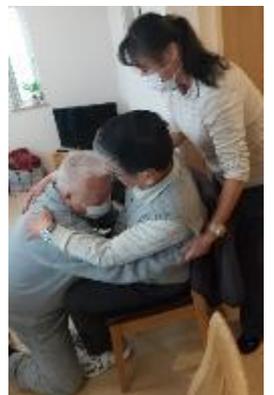
口腔ケアの講義では、歯ブラシの毛先の硬さによる磨き方の違いを教わりました。毛先が硬い歯ブラシは普通に磨いても毛先が歯と歯の間に入らないので歯間に沿うよう意識して磨くと良いこと、毛先が柔らかい歯ブラシは意識しなくても歯間に毛先が入るが力を入れすぎると毛先が曲がってしまうので気をつける必要があるということでした。歯ブラシの毛先の硬い柔らかいで磨き方を意識したことが無かったのでとても勉強になりました。

今回の研修で学んだことをこれから日々の支援に生かしていきたいと思います。

（サービス管理責任者 山本恭兵）



講師の見本の後、交代しながら実践しました。



### クリスマス会を行いました

12月8日(日)に、ご家族やハイホーに関わる会員・ボランティアも招いてクリスマス会を行いました。2025年は2016年2月の開設から10年目となります。利用者の方が文章を寄せてくださいました。



ハイホーに住んで8年が過ぎ仲間たちの笑顔が沢山あつたりしました。

スタッフもよく笑っていたり、そういう時はよく他の利用者さんが「笑うな」と言ったりします。

先日、クリスマス会でサンタの恰好をしてプレゼントを配る係をしました。ピアノもまたひきました。

来年は10年目という事でいろいろな事をやっていきたいと思えます。

（安保 翔馬）



## 募金活動のお礼

多くの方から温かいご支援を頂きました。心より感謝申し上げますとともに、ご報告申し上げます。

2024年8月1日～2024年11月30日の期間にご寄付頂いた皆様（敬称略・五十音順）

個人	物品寄付
小原 優子	柏木 妙子
楯石 和男	熊倉 静代
外崎 弘子	小山 裕子
鍋田 都	嶋 結子

寄付金合計：45,000円

Y's コート ゆいのミニバザールのために、近隣にお住いの方も含め多くの方から新品雑貨等のご寄付を頂きました。

## ご支援をお願いいたします

○NPO 法人東京YWCA福祉会の**会員になる**⇒屋台骨である、組織を支えることにつながります。

- <会員の種別> 正会員(個人) 年会費 3,000円  
正会員(団体) 年会費 5,000円  
賛助会員(個人・団体) 年会費 1口2,000円

※正会員は、総会における議決権があります。  
※会員は、年度制です(4/1～3/31)。

<入会方法> 入会申込書の提出と、年会費のお支払が必要となります。  
事務局までお問合せください(TEL 03-5914-1854)

○**ご寄付のお願い** 障がいのある人々の「働く」と「暮らす」を支える事業を支えるために、温かいご支援をお願いいたします。

<方法> 【現金】 事務局(東京YWCA板橋センター内)にてお受けします。

【銀行振り込み】 ・東京信用金庫 **志村支店 (普) 4062567**  
・三菱UFJ銀行 **志村支店 (普) 0194008**  
・ゆうちょ銀行 **10010 31108311**

口座名義：「特定非営利活動法人東京YWCA福祉会」

トクヒ) トウキョウ ワイダブリューシーエー フクシカイ

\*お振込みの場合、払込時の控えをもって領収証に代えさせていただきます。

**寄付金控除制度の活用をお考えの方は、お振込の前に事務局までお問い合わせください。**

お振込みの前に、  
寄付申込書をお送り頂くか、  
ご一報くださいますようお願い申し上げます。

## コラム『一粒の麦』

今回、短期間とはいえ、カフェ JOY の厨房でゆいの皆さんと共に働くチャンスを得たことは、貴重な体験になりました。厨房の仕事は、想像以上に、ハード！各自が、自分の持ち場をきちんとこなしていくのは当然ですが、さらに大切なのは、チームワークです。毎日違うメンバー構成でありながら、カフェに来てくださる方達に美味しいランチを届けようという共通の思いのもと、時間の制約の中で、協力し合って仕事を進めていきます。

3週間のブランクの後、久しぶりにカフェ JOY に行った時に、数名のメンバーには、新しい作業へのチャレンジや、周囲の状況を気にしながら働く余裕がみられるようになっていました。その結果、全体的に、厨房の仕事がはかどり、ランチの準備が早く完了するようになっていました。何よりも、活気づいている厨房の雰囲気、びっくり！皆が、生き生きと、仕事をしているのが伝わってきました。日々の仕事を通して、少しずつであっても、自分の可能性を広げていこうとするメンバーと、同じ時間を過ごせたことに、私は意味を感じています。お互いに協力し合い、助け合いながら、人と人のつながりの中で、自分らしい生き方を求め、自立した生活を目指して生きていくことの大切さを教えてくれる、そんな場所は、必要なですね。そこは、もちろん人との出会いの場にもなっています。 嶋 結子

