NPO 法人東京ＹＷＣＡ福祉会 通信

19 号

2025 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 16 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 ゆいでのレクリエーション活動

ゆいでは、年に 1 度レクリエーション活動を行っています。何をしたいかの希望を募り幾度も話し合った結果、今年度は 10 月 14 日（火）にボウリング大会を行いました。 2023 年度より 3 回目のボウリング大会でした。

事前に欠席連絡があった方以外の 13 人が参加し、志村三丁目駅の高架下のマクドナルドにて昼食のハンバーガーセットを注文してから、西台にあるトミコシ高島平ボウルまで地下鉄を利用して整然と移動することができました。

ボウリング場に着いてからは、レンタルシューズを借り受け各自で準備運動をしてチーム毎に 4 レーンに別れて練習投球を行い、利用者 I さんの始球式にてゲームを開始しました。

昨年以来 1 年ぶりの人、初めてボウリングをする人、事前練習をしてきた人と、意気込みは様々ですが、それぞれがそれぞれの個性的な投球で 1 ゲームを楽しみました。 ちなみに 4 レーン中 3 レーンはガターの心配がないバンパーレーンで行い、1 チーム（4 人+職員）のみガターがある通常レーンで行いました。さすがにガターの有るレーンと無いレーンとでは成績に下剋上が起こり、また昨年度はスコアが悪かった人もスコアが伸びたり（沢山ピンを倒せた）したため、楽しかったようです。そんな中で、通常レーンでプレイしたＫさんが総合 5 位と健闘しました。

ゆいへと戻る途中、朝注文しておいたハンバーガーセットを受け取り、ゆいにて昼食。いつものカフェＪＯＹの賄いとは違う、めいめい好みのハンバーガーを堪能しました。 昼食後はゆいの 3 階でカラオケを行いました。パソコンで YouTube に繋いで行ったのですが、リクエストの曲はそれぞれ歌うことが出来ました。15 時からはいつものように掃除を行い、レクリエーション活動の一日を無事終了しました。

（職業指導員　野辺　浩）









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。

ハイホーでは月に１回「指ヨガ」という活動を行っています。
この活動は 2023 年の１月から始まり、間もなく丸３年となります。

指ヨガの専門のインストラクター資格を持つ方がボランティアで来てくださり、利用者の皆さんのリラックスや心身の調子を整える目的で行っています。

指ヨガでは、左右の手の部位ごとに身体と神経が対応しているという考えから、手の部位を触って対応する身体の部位の調子を把握したり、手をマッサージすることによって対応部位の調子を整える、またはリラックスさせることができるとのことです。

また指ヨガを行う際は呼吸も大事にされており、リラックスする準備として深呼吸や声を出して呼吸を整えるまたは脱力をしてから行います。

指ヨガを始めてから、利用者の方からも普段落ち着かなかったり、本人が気にしていた癖が、指ヨガ一人でもするようになって改善したという声も出ていました。自分でマッサージをすることが難しい方は先生が身体のコンディションを把握しながら直接施術してくださいます。普段身体に力が入りがちな方からは脱力しやすいという感想もありました。

指ヨガの活動が始まってから利用者さんたちのコンディションが安定してきていると感じます。今後も引き続きご指導いただき、この活動を継続していきたいと思います。

（生活支援員　前田 雄太）



アート活動で利用者の方が描いた作品。
ハイホーの廊下に飾っています。
アート活動も講師の方がボランティアで
ご指導くださっています。

<クリスマス会を行いました>

12 月 9 日（日）につくい館（Y's コート ゆい）の３階を会場に、クリスマス会を行いました。

ご家族はもちろん、理事・監事も招待し、利用者・職員を含めみんなで賑やかにクリスマスをお祝いしました。







←参加した皆で
最後に集合写真。
大きな“ファミリー”です。



ピアノ伴奏のボランティアとして参加してくれた元職員から贈られたポインセチア。ハイホーの窓辺に飾っています。→

＜「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、ブレスレット)、刺繍作品・手編み小物・吸い取るゾウ etc.を販売しています。

カフェＪＯＹ
お弁当・プチデザート販売
月～金（祝日お休み）
11 時３０分～13 時 30 分
（完売になり次第終了）
※店内イートインスペース有

坂下ゆい商店
ブローチ・ブレスレット
・アクリルたわし他 **販売中**
「すいとるゾウ」好評販売中
普段のお料理の**油処理**に！牛乳パックを
再利用したエコな商品です

軽作業ご依頼ください
封入・シール貼り・
ＤＭ等挟み込み、分別 etc.
承ります。

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！

◆ミモザバザールを実施します◆

2026 年 **３月 16 日(月)～19 日(木)**、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・ブレスレット・刺繍作品・手編み小物・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、３月３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。	

11 月 16 日(日)に行われた「東京ＹＷＣＡ 板橋センター オープンデー」に合わせて、カフェ JOY の特別営業とミニバザールを実施しました。カフェ JOY はワンコイン(500 円)で JOY カレーを提供。たくさんのお客様がおいでくださり、100 食以上を販売しました。デザートも好評でした。

この日、Y'ｓコート ゆいは家族会も兼ねて開所し、ご家族に作業体験としてバザールの販売にご参加いただきました。





Y's ホーム ハイホー　夜勤または遅番・宿直スタッフ募集中！

仕事内容：入居者の生活支援
（車いす利用者の入浴、排せつ、移乗の介助、朝食の提供(半調理品)、朝の支度の手伝いなど）
勤務時間：16 時～翌 8 時
＊夜勤は 22 時～5 時の間に休憩 1 時間。交代で仮眠を取ります。
＊遅番・宿直は 22 時～6 時が待機時間。睡眠や勉強に充てられます。



※学生の方、シニアの方歓迎　※週 1 回～の勤務 OK
※木曜夜～金曜朝できる方を特に求めています
※入居者がホームにいる時間は 2 名体制で支援に当たります。
※研修を丁寧に行いますので、初めての方も安心して働いて頂けます。

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。

2025 年 8 月 1 日～2025 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	
市川　由美子	関森　紀代子	大野　綾子	中村　紀子
内山　康一	楯石　和男	軽部　真理子	飛渡　朋子
榎本　清子	楯石　てる子	楠本　淑子	横川　民子
小原　優子	鍋田　都	熊倉　静代	

寄付金合計：　78,000 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

＜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）

※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)。
※会員の方には､Y'ｓコート ゆいのミニバザールのお知らせをメール/FAX でお送りします。

○**ご寄付のお願い**　障がいのある人々の「働く」と「暮らす」を支援す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。

＊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頂きます。

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。

コラム『**一粒の麦**』　「夢で見たものは…」

インフルエンザが大流行する時季となった。

ゆいとハイホーの利用者に、毎日のように、感染対策と注意喚起を行っておきながら、今年初めての感染者が施設長である私となった。典型的な家族内感染だった。あっという間に熱が上がり、しんどい床の中で、夢を見た。

夢では、外出行事に行っている。お花畑でちょうちょを追いかけている平和な夢でなく、仕事から離れない夢であることに、少しがっかりした。夢は次に、日帰り温泉につかっている。きっとこの風邪で風呂に入れない事での願望であったと思うが、そこに突然、○○さんが裸で現れた。彼は、数十年前に関わりのあった、利用者のお一人であった。勤続 44 年の私が関わったことのある障がい児者の数は 600 名を超えている中のお一人である。普段は全く気を置いていない方だったにもかかわらず、いきなり叩かれた。裸のふろ場の中である。彼は、寡黙で、色白でダチョウ倶楽部の上島に似ていた。その彼が黙って私をたたいた。そこで、夢は終わった。熱も下がり始めた。

なぜ彼は私を何も言わずに叩いたのだろう。私の体と気持ちは弱っていた。もう年だし、先々を考えなければ…こうした気持ちに、喝を入れたのだろうと。寡黙なだけに、いきなりの喝は、叱咤激励に違いないと。

なんて自分はもろい者なのだろう。自分の中の弱さ、ちっぽけさに気付かなければ､『感謝』は生まれないと思う。私は、そうした人間でありたいし、ゆいとハイホーが、日々の感謝の中で過ごせるように、もう少しみんなと人生を共に過ごそうと思えた､夢であった。

大澤 宏実（Y's コート ゆい・Y's ホーム ハイホー施設長）