



2026 / 6月

耕す会

発行人 = 社会福祉法人調布を耕す会 理事長 原 良男
東京都調布市布田3-20-1
TEL 042-486-1022 FAX 042-486-0232
<http://www.tagayasukai.com/> メール tagayasukai.jp@yahoo.co.jp



楽しかったよ合同運動会！

今年も6月の第一金曜日に調布市の総合体育館を借りて調布市福祉作業所等連絡会の合同運動会に参加しました。5つの事業所が集まって総勢200名を超える各事業所のメンバー、職員が入り乱れての運動会。赤、白に別れるのではなくて事業所対抗の運動会なので、否が応でも盛り上がります。各事業所が集まるだけでも車が何台も連なって整理が大変。実行委員のみなさんは事故無く大会を終えるまでにはご苦労が多かった事と思います。どうもありがとうございました。とても楽しい運動会でした。



「イイね！こんな居場所」#27-2
こぶしの会だより、活動報告／理事会報告-3
通信衛星-4 しごと場大好き国領-5

「イイね！こんな居場所」 #27

Smile up (スマイルアップ)

「お話、聴きますよ」 ～～地域の「耳」として



最近、「傾聴」という言葉をよく耳にするようになってきた。日本でも「聞く耳を持つ」とか「耳で14の心を使って聴く」という表現があるが、その重要性が再認識されるようになったのは、コロナ禍の中で人との「つながり」が見直されるようになったからだろうか。

「傾聴」とは人の話を丁寧に聞き、共感を持ち、肯定的に理解することだ。その概念はアメリカの臨床心理学者カール・ロジャース(1902?1987)が「来談者中心」のカウンセリング技法として提唱され、注目されてきた。今日ではプロのカウンセラーが身につけるべき重要なスキルとして広まってきている。

その傾聴という考えを広め、実践しながら、地域でのつながりや支援につなげようとしている団体が市内の小島町にある。2014年の創立以来、特定非営利法人 Smile up (スマイルアップ)は様々なイベントや活動を行っている。

その推進力になったのが、同NPOの代表理事を務める辰由加(たつ・ゆか)さんだ。もともと、キャリアコンサルタントや産業カウンセラーの仕事をしていて、ご自身も子育てのなかでお子さんとのコミュニケーションに悩んだことがある。25年ほど前に「傾聴」に出会い、学び続け、その後、個人で「傾聴講座」を始めた。そのまま個人事業として「傾聴カウンセラー協会」を設立し、傾聴カウンセラー養成講座などを展開してきた。その講座の卒業生とともに成果を社会貢献に活かしたいとして八王子にNPO Smile upを作り、5年後の2019年に調布に拠点を移した。

「傾聴とは、来談者の話や事情に黙って耳を傾けることではなく、お話の内容に判断を下さず、相手に共感を抱きながら信頼を醸成し、その方ご自身のなかにある答えを模索していくお手伝いすることなのです」と、辰さんは言う。傾聴の手法や考えを広めて、人間関係や家族のことで悩んでいる方々、心が疲れている方々、孤立している方々の手助けをしたいとの使命感を持っている。

Smile up では地域のイベントに参加するだけでなく、独自の映画上映会や傾聴体験ワークショップを実践している。第3水曜日には事務所を「COCOベース」と名付け開放し、誰でもふらっと寄ってカウンセラーともお話をできるようにし、週末には多摩川沿いを一緒に歩いて石を拾いペーパーウエイトを作りなど、様々なクラフト作りの会などを行っている。また今年の4月にはシェア雑貨店「みつ星」をオープンし、事務所の壁面に並ぶ棚に棚主が自由に雑貨やチラシや本などを置けるようにしてフリーな交流の場として提供している。

傾聴はその場の話し手を支えるというだけでなく、その話し手がその体験を通して次第に自分が心をくだいて丁寧に人の話を聞くようになる作用もある。辰さん曰く、話を聞いているカウンセラーの側も傾聴を通して、心が整うそう。

「まずはこういう居場所や活動があることを知っていただき、気軽に来ていただきたいです！」これが辰さんからのメッセージだ。

村上むつ子

NPO Smile up (スマイルアップ)

調布市小島町1-18-9 コスモマンション103

website: <https://www.smile-up.info> facebook: <https://www.facebook.com/keicyo>



こぶしの会だより

「一歩一歩」

早いもので、メンバーに仲間入りして1年が過ぎました。

親子共々沢山の貴重な体験をさせていただき、充実した1年を過ごすことができました。

キッチンカーの販売、様々な行事の開催、毎月のファミリー等、皆様の尽力に感謝しております。

息子とは、通所して半年が過ぎたあたりから、食事量が減り、どんどん体重が落ち、笑顔が減り、心配な状態になりました。波はあるものの今も大きく状況は変わっておらず、沢山の方のサポートを受け、なんとか通所しています。

やはり学校と就労の違いに苦戦しているのかなと思います。

ただ、どんな時も、メンバーさん、職員さん、ご家族の皆様が本当に温かく、私達家族に元気をくれます。

これから先、息子が心身共に元気に楽しく過ごせるよう、皆様のお力をお借りしながら、焦らず一歩一歩進んで行けたらと思います。

これからも親子共々どうぞよろしくお願い致します。

O・Y

こぶしの会 活動報告

・6/8(月)らっきょう漬け 17名参加

・ファミリーでお知らせしましたが、こぶしの会代表の前年度にまず会計として役員経験できる様に、今後は「会計→代表」の順に担当していただきます。その為、過渡期となる今年度、来年度は以下の体制で活動させていただきます。
今年度 代表/里見 会計/前田、北沢
来年度 代表/北沢 会計/里見、次の代の方

理事会報告

2026年6月7日(日)に今年度1回目の理事会が開催されました。時期的には、決算理事会ですので、主な内容は、2025年度事業報告書(案)及び2025年度決算報告書(案)です。今回は、久しぶりに全員の出席でした。報告事項の後に、議案の説明、質疑を経て議決されました。上記二つの議案の他に、役員報酬規程(案)と定時評議員会の招集についてという議案についても議決されました。決算のところでは、職員の昇給(給与表の改訂)のことや給付費の加算のこと等も含めて、話がありましたが、おおむねご理解をいただき、賛同が得られました。(内田)

通信衛星 2026.06

活動報告

【法人本部】

5月

- 23日 会報発送
支える会総会
25日 法人事務局
31日 法人監事監査

6月

- 7日 理事会
12日 将来構想プロジェクト
15日 法人事務局
28日 評議委員会
29日 会報発送

【しごと場 大好き】

5月

- 10日 親子まつり出店
11日 遠足①・福祉の窓配布開始
13日 職員会議
16日 パルコ前販売会出店(・17日)
18日 遠足②
20日 調布特別支援学校職業体験①
ケース会議
21日 みんなを守ろう委員会
23日 ファミリー
25日 グループ活動・言語聴覚士来所
染地児童館学童クラブ出張販売
26日 理学療法士来所
27日 調布特別支援学校職業体験②
30日 調布駅前広場オープンフェスタ出店

6月

- 1日 内部研修「吐しゃ物講習会①」

- 3日 職員会議
5日 調布市作業所等連絡会運動会
8日 音楽療法
内部研修「吐しゃ物講習会②」
10日 たづくりまつり参加(～14日)
12日 たづくりまつり組紐実演
13日 ほりで～ぷらん「ボッチャ」
15日 クリーンウォーク・避難訓練
18日 内部研修「みんなを守ろう委員会」
20日 味スタ感謝祭出店
22日 グループ活動・言語聴覚士来所
23日 理学療法士来所
25日 みんなを守ろう委員会
27日 ファミリー(台風で中止)
29日 運動定着プログラム

<ありがとうございました>

【お菓子】小野勝志様

【カフェ大好き】

5月

- 1日 やさしい写真教室

6月

- 10日 女子美大研修受入れ
12日 やさしい写真教室

<ギャラリー企画>

5月 ポンテ展

6月 C.O.O展

<ありがとうございました>

【お菓子】Jの先生

活動予定

【法人本部】

7月

- 10日 将来構想プロジェクト
25日 支える会主催「暑気払い」
25日 評議委員会
27日 法人事務局

8月

- 22日 会報発送

【しごと場 大好き】

7月

- 1日 職員会議
6日 プール(女性)・七夕
10日 夏期特別手当支給
12日 北ノ台ふれあい朝市出店
13日 プール(男性)
リスクマネジメント委員会
15日 ケース会議
25日 ファミリー
27日 夏祭り準備
28日 理学療法士来所
29日 サマーボランティア受入れ(・30日)

8月

- 1日 グリーンホールオープンイベント出店
3日 しごと場大好き「夏祭り」
5日 職員会議
7日 杉森祭り出店(・8日)
8日 夏休み(特別体制)(～16日)
19日 ケース会議
22日 ファミリー
24日 グループ活動・言語聴覚士来所
25日 理学療法士来所
31日 音楽療法

【カフェ大好き】

5月

- 1日 やさしい写真教室

6月

- 5日 やさしい写真教室

<ギャラリー企画>

5月 ポンテ展

6月 C.O.O展

【5・6月の定休日】

5月／3日(祝) 4日(祝) 5日(祝) 6日(祝) 11日(月)
18日(月) 25日(月)

6月／8日(月) 15日(月) 22日(月) 29日(月)

しごと場大好き 国領

shigotoba daisuki kokuryo



★大好き市

活動紹介【2026年3月～】



推しうちわ大活躍！！
メンバーさんそれぞれ好きな文字
を選び作りました。
(運動会でも使っちゃいました(^v^))



～稲城吉方公園～

準備から当日まで頑張りました！
今年はステージの装飾を担当しました。



皆さんお疲れ様でした！
来て頂いた方、ありがとうございました♪



～六都科学館～

★社外学習★

～蘆花恒春園～
～駒沢オリンピック公園～



珍しい遊具にも
進んで挑戦！
中には筋トレ用のも・・・笑



2026年度も
がんばります！



Instagramにも活動の写真を投稿しています→

大好き

題字 川崎 誠

地域の中で生き生きと

199

ゆたかにゆかいにゆうゆうと



大好き市、沢山のご来場ありがとうございました。!

年に1回4月29日の昭和の日に「大好き」挙げて地域の方へ向けたお祭りを開催します。それが「大好き市」、開設当初からやっていて今回で何と47回目一時期は年に2回やっていたので開設年数を上回る回数で思い入れの強い行事です。屋台やキッチンカーを出したりワークショップを開いたり、ミニコンサートを開いたり施設を開放して関係者全員で地域のみなさんをお出迎えして楽しんでいただきます。主催者発表300名の来場者で大いに賑わったお祭りとなりました。ご来場のみなさんありがとうございました。来年も同じ日にお待ちしています!

今号の主な内容

特集/大好き市・運動会-2

メンバーコーナー「遠足行きました」-3

しごと場大好き/ヘルシーコラム70/「たづくりまつり」/第2期長期計画-4

カフェ大好き/3カ月連続大入り/ギャラリー報告&予定/ポテトポタージュ登場-5

発行所

郵便番号一五七〇〇七二

東京都世田谷区祖師谷三―一七ヴェルドウーラ祖師谷一〇二
特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会 定価五十円

2026年 合同運動会



6月5日、しごと場大好きのメンバーたちは調布市の作業所連絡会合同の運動会に参加してきました。毎年恒例となっているこの運動会、メンバーたちは今年も全力を尽くして他の事業所の方たちに勝るとも劣らない元気な姿を見せてくれました。

運動会当日、メンバーたちは玉入れ、大玉運び、箱積み競争、フオークダンスの4つの競技に参加してくれました。どの競技も大変な盛り上がりを見せましたが、そこはさすがしごと場大好きメンバー、見事にポイントもゲットして白熱した戦いもを見せてくれました！

まず最初の玉入れ、2チームに分かれて参加しましたがどのチームもやる気十分で、熱い思いを込めた紅白の球がそこら中を飛び交っていました。飛んできた玉にぶつかっても怯むことなく多くのメンバーが一心不乱にネットに目掛けて玉を投げ込んでいました。そして今年、盛り上がりを見せた競技が、復活した箱積み競争！しごと場からは有志を募って参加しましたが、新メンバーのNさん、WRさんのお二人も参加してくれました。本番でも緊張することなく見事なダッシュと積み上げでしごと場の快勝に貢献してくれていました。他のメンバーからの素敵な応援も相まって、とても楽しい競技になりました！

大玉運びとフオークダンスも慣れた様子でリラックスして参

第47回大好き市

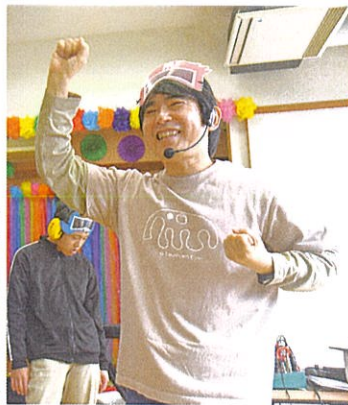
今年も4月29日(昭和の日)に「大好き市」を開催しました。ここ数年の間に近くに4か所も保育園ができました。朝夕や日中の外作業の時などに顔を合わせることも度々あります。ぜひ、この機会に、しごと場大好きを知っていただきたいと思い、ポスターを持ってご挨拶に伺いました。どの保育園も快く、ポスターを掲示してくださいます。

その効果はわかりませんが、当日は、沢山の来場者で、館内は大賑わいでした。コンサートは、



加できました。運動会という環境でも、しごと場メンバーはとも落ち着いて参加出来ていて、みんなの成長を感じる瞬間でした。その分競技では、やる気満々でお陰で楽しい運動会にすることができたと思います。

(阿部)



音楽療法でお世話になっている、西村直人さんを中心にくらウインドオーケストラさん、調布サロコンサートさんに出演いただきました。大好きメンバーも音楽活動の日頃の成果を発表しました。国領の皆さんがゴージャスなステージ装飾を作って花を添えてくれました。

今年は、音楽のステージの合間に、作業活動グループの紹介を挟みました。初めての試みでしたが、それぞれ、工夫をして準備して、発表したメンバーは、達成感があり「またやりたい」と好評でした。

駐車スペースでは、調布産のとれたて野菜やお父さん方とメンバーが作る焼きそばが、大人気でした。

2階の食堂では、ペルデュのワークショップをしました。ペルデュは、調理作業で作っているパンの耳を使ったお菓子です。小さなお子さんが沢山参加してくださいました。材料や道具が足りなくなってしまう様にならない部分もあり申し訳ありませんでした。来年もう一度やりたいと思います。沢山の皆様のご協力をいただいて今年も無事開催することができました。ありがとうございました。今年も同じ日に開催します。今年いらいしやれなかった方も今から予定に入れておいてくださいね。

(亀弘)

DAISUKI



Member Corner



貼り絵
Ikuyo Hara

遠足に行ってきました😊



梅雨の季節となり、雨の日が増えてきました。紫陽花がきれいに咲き、夏の訪れを少しずつ感じる頃ですね。気温や湿度が高くなる時期ですので、水分補給や体調管理に気をつけながら元気に過ごしていきましょう。

さて、今年も遠足で多摩動物公園に行ってきました!!!

お天気にも恵まれ、沢山の動物たちを見ることができました。

写真とメンバーさんの感想文で、当日の様子をお伝えします。(藤本)





しごと場大好き

「さえちゃんの
ヘルシーコラム」No.70

今回は、あの体にも良いと言われている「トマト」のお話です。ヨーロッパでは「トマト」が赤くなると医者になる」ということわざがあるほど健康に良い野菜なのです。

美肌効果のビタミンC、老化を抑制するビタミンEが豊富。ミネラルや食物繊維などもバランスよく含まれています。なんととっても抗酸化作用のリコピンが多く、女性にとっては「神」野菜ではないでしょうか。

ビタミンCは熱に弱いので、ビタミンC重視の方はサラダで、リコピンは熱に強く加熱すると細胞壁が壊れて体内への吸収率が高くなります。また脂溶性のため、オイルで加熱したり、スープにすると良いですよ。



う。リコピン重視の方は、ぜひ加熱して食べて下さいね。

「たづくりまつり」で 実演しました。

2026「たづくりまつり」(6月12日～14日)に深見先生のおかげで出店販売と組み紐実演で今年も参加させていただきました。(陶芸の活動で作成している陶器もたくさん展示させていただきました。)

実演に関しては、12日に3名のメンバーが今年も実演をしてくれました。

会場ではファミリーの方々や一般の方もいらつしやつて、実演しているメンバーに沢山声を掛けていただき良い雰囲気になっていました。実演メンバー3名にお話を伺うと、3名とも、「最初は緊張したけどだんだん慣れてきて組み紐もできるようになってきた」とお答えがあり、良い経験になったのだと思います。

深見先生には準備やご協力、ならびに貴重な機会を提供していただきありがとうございます。次回も参加させていたたくのでお時間会う方等、ぜひお待ちしております！
(呉)

社会福祉法人調布を耕す会第2期長期計画

3月15日の理事会において第2期(2026～2035年度)長期計画が承認されました。メンバーのみんなが「地域の中で生き生きとゆたかにゆかいにゆうゆうと」暮らす環境を作るために策定した「グランドデザイン」の実現を目指します。この10年で何をすべきなのか4つの柱からなる法人で出した計画です。成し遂げます。引き続きのご支援ご協力をお願い致します。(M)

①暮らす

- ◇新規グループホーム開設
- ◇ショートステイの確保
- ◇ホームヘルプ(利用者と事業所を繋ぐ)
- ◇相談機能(サービス利用計画のセルフプラン0)
- ◇余暇活動支援

②働く

- ◇しごと場大好き大規模修繕
- ◇特定医療機関との連携
- ◇新規作業所の開設
- ◇サービスの質の向上
- ◇工賃向上

③人財

- ◇人財育成・人財確保
- ◇労務管理
- ◇職員の福利厚生

④法人経営

- ◇法人周年事業
- ◇社会貢献事業の開始
- ◇広報の推進
- ◇事務局機能向上

Cafe 大好き

☆3か月連続の大入り♪☆☆

5月はポンテさんのポップで明るい雰囲気のカフェでした(、♪ 連休があつたのですが、5月はお天気に恵まれ、皆さんの頑張りのお陰で何と3か月連続の大入りでした！週末にはすべてのデザート、スープ、カレーなど売切れ続出となり、多くのお客様に喜んでいただけて嬉しい限りでした。お会計の際に、カボチャのプリン、カレー、デザートなど「美味しかった!!」とお客様に言って頂くたびに調理のみなさんにも直接お伝えしたい気持ちになります。カフェでは大量の洗い物、拭き物をしたり、混みあつた



席をご案内したり、おしぼりに絵を描いたり、それぞれメンバーさんが出来ることを頑張っていました。メンバーさんの真剣に頑張る姿が私たちにとっても大きな力となっています。真剣に働く姿はみなさんにとっても素敵です！

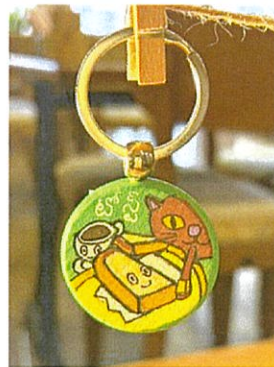
☆Jの先生 エスニック調カフェに黄色いガチャガチャマシンが登場☆☆☆

6月はカフェ○○さんご紹介のJ先生の展示で明るく楽しい雰囲気のカフェになっていきます。J先生ご本人も何度もカフェに立ち寄って下さりカフェの美味しいメニューをお楽しみいただきました

♪メンバーさん、職員と交流や、働く姿を優しい眼差しで見守って下さり、地域や働



く人を支え、人と人の繋がりを大切にしたいという温かい思いで活動されています。作品一つ一つにも温かみがあり、特にキーホルダーはカフェメニューや調布をモチーフにしており可愛い、たのしいで溢れています。



6月限定予定ですのでみなさんは是非カフェにお立ち寄りください♪ ※大当たりのカフェ大好きが出るかも?(、)



☆ポテトポタージュ (温と冷が選べるよ)

春らしいオレンジ色の新人参のポタージュから一新、新しく登場したポテトポタージュは、温かいと冷たいが選べるなめらか食感のポテトのポタージュで大好評です！優しい味わいなのにコクがあつてポテトの旨味を堪能できる、季節限定のポタージュです！定番のミネストローネも食欲が落ちる暑い日にもおすすめです。

☆7月の展示はミックスリースさん☆

12月のカフェを華やかなクリスマスグッズで楽しませてくれたミックスリースさんの作品たちが再び登場！夏はどんなグッズがカフェに来てくれるのでしょうか。カフェの棚にどんな「カワイイ」グッズが並ぶのか、今から楽しみです♪

ハンドメイド作品が多数登場しますので、皆さん是非カフェに遊びにいらして下さい♪