２００２年４月２３日第三種郵便物認可　（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　ＳＳＫＷ　増刊通巻第６９２３号

208

2026／10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
℡０４２－４８６－１０２２　ＦＡＸ ０４２－４８６－０２３２
http://www.tagayasukai.com/　メール tagayasukaijp@yahoo.co.jp










もうすぐハロウィン。

１０月１９日の音楽療法は目前に迫ったハロウィンのコスチュームを各々に製作。沢山の魔女や悪魔が出現しました。何やらみんな楽しんでいて満足気です。やっぱり仮装というのは別の物になれる魅力があるようです。渋谷に繰り出したりＳＮＳでバンバン配信する人達は何でも夏頃から準備するのが当たり前になっているとか、う～ん想像もつきませんが、今やすっかり立派な年中行事ですね。

「イイね！こんな居場所」＃２９－２
こぶしの会便り・こぶしの会活動報告３
通信衛星－４　しごと場大好き国領－５

２００２年４月２３日第三種郵便物認可　（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　ＳＳＫＷ　増刊通巻第６９２３号

「イイね！こんな居場所」#29

ふらっとなんぶ

― 「来てくれる方々」ファーストの一軒家 ―



調布のお隣の狛江市の南部は静かな住宅が広がる地域だが、その一角、駒井町にある大きな一軒家が多世代交流のための居場所「ふらっとなんぶ」だ。この地域で初めて地域の「居場所」として開設されて３年になるが、年間で高齢者や子育て中のお母さんたち、乳幼児から小・中学生を中心に、延べ約７，０００人が利用している。

家の中には訪れてきた人が自由に過ごせるフリースペースや和室、相談室や授乳スペース、庭では野菜作りなどができ、地域の人たちのためのイベントも多く企画されている。歌ってのどトレ、将棋や健康マージャン、ふらっとＣａｆｅや体操教室があり、１０月には市内のパン屋さんの出張販売、楽器作りワークショップや子どもが仮装をして近隣施設を回るハロウィンイベントが予定されている。

もともとは、市内地域に居場所を作ろうという狛江市の方針があり、ほかの２つの地域では実現していたが、空白地帯だった南部の空き家を提供してくれる市民が居たことから始まった。まず、どのような居場所にするか市民や地域団体を巻き込みながら検討し、家の改装もした。市は社会福祉法人狛江市社会福祉協議会に運営を委託し、同会が子育てを支援する市民団体「子育ての輪」と高齢者支援に詳しい社会福祉法人狛江福祉会の２団体に運営の一部を再委託し、それぞれの専門性や、実務経験、ネットワークを活かしながら協働することになった。今は月曜から金曜まで、毎日職員が常駐し、近隣の方々の輪を広げている。

イベントがない日は、主に２階の「こそだてのわ」スペースに、乳幼児を連れたお母さんなどがやってきて静かにゆっくりと過ごしたり、専門職の方に子育ての悩みを相談できる機会も設けたりしている。１階では、利用者が数人でお茶やおしゃべりを自由に楽しみ、絵を描くなどの創作活動を楽しむ様子もある。放課後の時間には、小学生が中心に待ち合わせ場所に使ったり、ゲームを楽しんだり、自習勉強をするために来る。訪れてくる小学生が「やってほしいこと」を書いた付箋を大紙に張り出したのを見ると「ゲーム大会」、「計算大会」、「料理教室」など多くの期待があるのがわかる。大人からは古着カフェ開催などの提案もあったそうだ。各室内にも様々な飾り付けや備品が工夫され、家の外壁にはお知らせやイベントカレンダーが張り出され、運営側のアウトリーチ力が感じられる。

「ここに来る人たちが求めていることを実現したい」と社会福祉法人狛江市社会福祉協議会の鈴木誠人さんはいう。「クチコミの力は大きいですよ」というのは社会福祉法人狛江福祉会の宮川直繁さん、子ども達同士、高齢者同士の情報伝播の力が人を呼び寄せるのだという。そして、子育ての輪の花岡藍子さんは、「福祉は建物の中だけにあるのでなく、道端ですれ違いに交わされる言葉や情報を元にちょっと外に出ることからも広がります」という。運営を任された３者３様の熱意は力強いコーラスのように響く。行政が基盤となって始まった施設が地域に根ざした「居場所に」なっていく姿がここにあるような気がする。

村上むつ子

多世代・多機能型交流拠点「ふらっとなんぶ」
東京都狛江市狛江市駒井町３－７－１tel　03-6774-4160
website: https://welfare.komae.org/s_list/reg_volunteer/flat_nanbu/
利用可能日／時間：月曜日～金曜日　9：00～17：00

２００２年４月２３日第三種郵便物認可　（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　ＳＳＫＷ　増刊通巻第６９２３号



こぶしの会だより

座右の銘　「運」　「鈍」　「根」

物事を成し遂げて成功するためには、「運」「鈍」「根」の三つの要素が必要であるという意味で「運・鈍・根」という言葉を耳にされたことは有りますか。
「運」―幸運に恵まれる
「鈍」―多少の失敗や逆境や他口を気にしない鈍感力
「根」―根気

この言葉を知ったのは、三十代の頃、会社の就労後の部活で書道講師をさせて頂く機会に恵まれ、数十年丸の内に通ったのが、古河グループの会社でした。

ある時、有名企業数十社のトップが、座右の銘を筆で書いて、銀座で展覧会をやることになり、その見本を書いて渡したのが、「運・鈍・根」の三文字でした。
もともと明治時代、実業家の古河市兵衛（古河財閥の創業者）が、座右の銘として掲げていたのが、この言葉で、代々社運をかけて大切にされてきた言葉のようです。

それ以来、私もこの言葉に魅せられて、子育てとの両立をしていくためにも、自分の銘にしていこうと思いました。
これからも、しごと場の皆さんと共に与えられた試練を生きる活力と受け止めて、前向きにこの子達を見守っていきたいと思います。

Ｉ・Ｓ

こぶしの会　活動報告

9/26（土）・27（日）　桐朋学園文化祭　外販お手伝い　７名

10/3（日）　彩咲祭　外販お手伝い　２名

10/11（日）　多摩川住宅ふるさと祭り　外販お手伝い　５名

10/17（土）　京王アリーナ感謝祭　外販お手伝い　２名

10/25（日）　こころセンターわくわく祭り　外販お手伝い　１名

２００２年４月２３日第三種郵便物認可　（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　ＳＳＫＷ　増刊通巻第６９２３号

通信衛星 2026.10

活動報告

『法人本部』

９月
１１日　将来構想プロジェクト
１２日　きょうだいの会
１３日　理事会
２８日　法人事務局
１０月
１日　2025 年度年次レポート発行
２４日　会報発送
２６日　法人事務局

『しごと場 大好き』

９月
１日　新しごと場大好き国領始動
２日　職員会議
４日　非常食試食
７日　プール（女性）
１４日　プール（男性）
リスクマネジメント委員会
１５日　通報訓練
１６日　ケース会議
１９日　晃華学園文化祭出店（･20 日）
２６日　ファミリー
桐朋学園文化祭出店（･27 日）
２８日　グループ活動・言語聴覚士来所
慈恵医大実習生受入れ（～ 10/9）
２９日　理学療法士来所
１０月
１日　職員会議
２日　杜のマルシェ出品（･3 日）
３日　彩・咲・祭出店
５日　避難訓練
９日　上半期特別ボーナス支給
１７日　京王アリーナスポーツ祭り出店
１８日　緑ヶ丘児童館まつり出店
１９日　音楽療法
２４日　ファミリー
２５日　わくわく広場まつり出店
２７日　理学療法士来所
インフルエンザ予防接種集団接種
３１日　ＹＷＣＡ秋祭り出店

＜ありがとうございました＞

【寄附金】原郁子様・匿名の方
【シャインマスカット】小野勝志様

『カフェ大好き』

９月
４日　やさしい写真教室
１０月
２日　やさしい写真教室
９日　上半期特別ボーナス支給

＜ギャラリー企画＞

９月　ひこばえ展
１０月　しごと場大好き作品展

＜いらっしゃいませ＞

9/5　ちょうふだぞう様　12 名ご来店
9/18　はあとふるえりあ様　11 名ご来店

活動予定

『法人本部』

１１月
５日　将来構想プロジェクト
１５日　理事会
１６日　法人事務局
１２月
１９日　会報発送

『しごと場 大好き』

１１月
４日　職員会議
９日　**ディズニー合宿（･10 日）**
１２日　みんなを守ろう委員会
１６日　グループ活動
１８日　ケース会議
１９日　内部研修：みんなを守ろう委員会
２１日　ファミリー
２４日　理学療法士来所
２６日　みんなを守ろう委員会
３０日　運動定着プログラム
福祉まつり準備・ＢＣＰ内部研修
１２月
２日　職員会議
５日　福祉まつり出店
７日　音楽療法
１０日　冬期ボーナス支給
１４日　社会体験活動（買い物）
１６日　ケース会議
１９日　ファミリー
２１日　クリスマス会
２２日　理学療法士来所
２５日　大掃除
２６～１／３日　冬休み

『カフェ大好き』

１１月
６日　やさしい写真教室
１２月
４日　やさしい写真教室
５日　福祉まつり出店
１０日　冬期ボーナス支給
１２日　女子美大実習生主催ワークショップ

＜ギャラリー企画＞

１１月　愛染てらにし展
１２月　ミックスリーブス展

【11・12 月の定休日】

11 月
2 日（月）3 日（祝）8 ～ 11 日（イベントの為臨時休業）16 日（月）23 日（月祝）30 日（月）
12 月
5 日（福祉まつり出店の為）7 日（月）14 日（月）21 日（月）26 日～ 1/3 日（冬期休業）

２００２年４月２３日第三種郵便物認可（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　ＳＳＫＷ　増刊通巻第６９２３号

しごと場大好き　国領

shigotoba daisuki kokuryo

活動紹介【2026 年９月～】





新国領開始！！

無事移転が終わり、９月から新国領としてスタートしました！
早々にメンバーさんも新しい生活に慣れ、頼もしいです★☆





可愛くて素敵なみんなの絵と
余暇グッズなどいろいろ展開→→→

課外活動









夢見ヶ崎動物公園に行きました♪
だいぶ過ごしやすい気候になってきて良かったです

季節のおやつづくり＆季節壁装飾づくり♪



９月２５日はお月見☾
団子づくりをしてみんなで食べました









10/31 はハロウィン🎃
みんなでクラフトをして飾りました

インスタグラムにも活動の写真を投稿しています→

２００２年４月２３日第三種郵便物認可　（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　ＳＳＫＷ　増刊通巻第６９２３号

大好き

題字　川崎　誠

地域の中で生き生きと　201　ゆたかにゆかいにゆうゆうと

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―一七ヴェルドゥーラ祖師谷一〇二
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



パラアートアワード賞受賞おめでとう!!

今年度のアワードのテーマは「私の推し」みんな思い思いに好きな物を描いてくれました。その中で３名の方が各賞を受賞されました。おめでとうございます！「大好き」にとってもとても励みになる嬉しい受賞です。ありがとう！これからも自由に思いきり描いてくださいね。調布市長賞「レッサーパンダ」清野里美さん、調布市議会議長賞「じんべいさん」菊池亜美さん、シダックスオフィスパートナー株式会社賞「ぼく」増渕健さん。

今号の主な内容

特集／パラアート展・Ｅスポーツ－２
メンバーコーナー　「ハローランチ徹底解剖」　－３
しごと場大好き／ヘルシーコラム72／　「ようこそいらっしゃい」
／パルコ芸術祭・お知らせ－4
カフェ大好き／復活の大入り袋／ギャラリー報告＆予定／レモンシリーズ　－　５

２００２年４月２３日第三種郵便物認可　（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　ＳＳＫＷ　増刊通巻第６９２３号

パラアート展





10月3日（土）～10月8日（木）、調布市文化会館たづくり2階南北ギャラリーにてパラアート展が開催されました。今年のパラアート展では「私の推し」をテーマとするアワード部門と、テーマを設けない自由制作部門が開催され、毎週木曜日の芸術の時間にメンバーが丹精込めて制作した作品が多数展示されました。（アワード部門では3名のメンバーの作品が受賞しています。おめでとうございます！）また、会場では来場者が「いいねシール」でお気に入りの作品に投票する企画も実施されました。

10月5日（月）には、みんなでたづくりへ出掛けて、しごと場のメンバーの作品や市内の他の事業所の方の作品を鑑賞しました。展示された作品は絵画だけでなく、オブジェもあり、どれも作り手の個性や感性が光る力作でした。自分の描いた作品が飾られているのを見て思わず笑みをこぼしたり、顔を近づけて作品を堪能したり、中にはアートはあまり興味のない人もいたりと、さまざまな反応がありました。芸術は作品をつくるだけでなく、鑑賞することも楽しみ方のひとつです。芸術に参加しているメンバーも、普段は別の作業に参加しているメンバーも、作品を鑑賞して何か感じるものがあったのではないでしょうか。芸術の秋ですので、近隣の美術館に足を運ぶのも良いかもしれませんね。

芸術の時間では、色んな画材や色を組み合わせてみたり、線の太さの描き分けや点描で表現を工夫してみたり、モチーフを細部まで描写したりと、メンバーのみなさんの豊かな感性にはいつも驚かされます。たとえ2人のメンバーが同じモチーフを見て作品を作っても、同じものをみているはずなのにそれぞれの個性が反映された全く違う作品に仕上がるのです。1枚の絵を時間をかけてじっくりと制作するメンバーもいれば、どんどん新しい作品を生み出すメンバーもいて、制作のテンポもメンバーそれぞれ。自分の作品とひたすら向き合い、完成を目指していく過程も素晴らしいですが、こうして完成した作品を展示し、展示された作品を自分自身で見ること、多くの方の目に触れることは達成感や次の作品づくりの原動力にも繋がるのではないでしょうか。これからも多様な表現方法やモチーフにトライし、素敵な作品をたくさん生み出したいですね！（宮川）

しごと場大好き

みんなで楽しむ Eスポーツ体験！

ゲームでつながる、笑顔とつながりの時間。

みんなで楽しめて good！簡単で～す。施設対抗戦もあると か、楽しみです。。

みんなで一緒に楽しみました！

今回、都のプログラムにより、
しごと場でEスポーツ体験を行いました。
ルールに合わせてボタンを連打したり、
正しいボタンを選んだりと
数多くのゲームがありました！皆さん
楽しく参加されていました！



ゲーム内容例

- ボタンを連打！かけっこ
- 相手をよく見て！ジャンケン
- 正解の色はどれ？玉入れ

等





ゲームでつながる、みんなの笑顔。

これからも、一人ひとりが
自分らしく楽しめる活動を
大切にしていきます！

２００２年４月２３日第三種郵便物認可（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　　SSKW 増刊通巻第６９２３号

DAISUKI

Member Corner

貼り絵
Ikuyo Hara



ハローランチ徹底解剖！

メンバーの日々の楽しみでもある仕出し弁当＝ハローランチ。
今回はその中身や人気メニューを探って徹底解剖していきたいと思います。

どんな中身？



① メインおかず：メニュー表記載のおかず。この日はハンバーグ！メインはボリュームのある揚げ物やハンバーグなど。時にはカレー＋カツの組み合わせも！
② 副菜１：日替わり、この日は切干大根
③ 副菜２：日替わり、この日はわかめの和え物
副菜は他にひじき煮、糸こんにゃくの煮物など
大福のような中にあんこが入った和菓子が入っていることも！
④ ごはん：たくあん等の漬物が添えられていることが多い。この日はご飯にかける明太子付き！
⑤ お味噌汁：お弁当に加え、インスタント味噌汁が付きます

みんなが好きなメニューは？

からあげ



エビ





お肉全般



今号担当：土屋

２００２年４月２３日第三種郵便物認可　（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　ＳＳＫＷ　増刊通巻第６９２３号

しごと場 大好き

～さえちゃんのヘルシーコラム～ No.72

近所の八百屋に行くと白菜1玉で350円！（泣）長雨と日照不足で野菜に生育不良や出荷量の減少が起きているらしい…。野菜が高くて買い控える人が増加中とのことでした。長く続くと野菜の摂取不足による身体への影響が心配です。

食物繊維が不足すると便秘になりやすく生活習慣病のリスクも高まります。エネルギー代謝に関わるビタミンB群やミネラルが不足すると、疲労感が抜けきらなかったり、カルシウム、マグネシウム、ミネラル不足で精神的に不安定になったりと不調が現れます。粘膜を丈夫にして菌の侵入を防ぐビタミンA、白血球の働きを強化するビタミンCが不足するとか免疫力が低下して風邪をひきやすくなります。

安い価格の豆苗や比較的安定価格のイモ、人参、玉ねぎ、カボチャはマスト。安い時に買って冷凍保存、作り置き総菜といった工夫も良いですね。トマトジュースや青汁等の加工品や、こんな時にはサプリメントや補助食品の使用も上手に取り入れてもOKです。野菜不足（栄養不足）にならないよう工夫して生活しましょうね。

◇ようこそ大好きへ



9月より入職しております土橋健一郎と申します。前職は特別養護老人ホームにて8年ほど働いておりました。生まれも育ちも調布市で、飯野病院にて産湯を使い、のらりくらりと自分のやりたい仕事、建設現場の監督やリハビリの仕事、ケアマネージャーなどを流転しておりまして、今回ひょっこり地元調布の仕事場大好きさんにお世話になることになりました。

まだまだメンバー皆さんの元気に圧されておりますが、皆さんに元気を返せるようパワーアップしていきたいと思っています。宜しくお願い致します。

◇パルコ芸術祭参加

調布パルコ芸術祭が10月9日から11月3日迄パルコで開催されています。今回の芸術祭にはKIさんの作品がユニクロ店舗で展示されると同時にTシャツで販売されるという形で参加させていただきました。これまで展示の経験はありますがTシャツになるのは初めて。しかもユニクロとあってみんな大喜び！大きい作品なので新しく額縁を設えてお渡ししていましたが、ベストポジションに飾っていただいてその下にTシャツが並びとても良い感じです。ご準備頂いたパルコさん、ユニクロさんありがとうございました。3種類のデザインがあってお値段も手頃とあって早速職員やメンバーがお買い求め。お揃いが発生していました。みなさん是非、お立ち寄り下さい。



◇もろもろお知らせ

9月1日に「しごと場大好き国領」が国領7丁目から3丁目へ移転しました。今度は3階建ての一軒家です。国領駅からすぐなので近くにお越しの際はお立ち寄りください。

その他9月10月は外部イベントが目白押しで週末のキッチンカー出動がフル稼働。ジェラートやお菓子作りも大忙しでした。この後年末にかけては主催、共催のイベントが続きます。11月9，10日はみんなが待ってる「ディズニー1泊旅行」11月9日～20日は「市役所ロビー展」12月5日は「福祉まつり」。ロビー展、福祉まつりは是非、お出掛け下さい。商品をご用意してお待ちしています。尚、11月9～11日は全事業所お休みとなりま

２００２年４月２３日第三種郵便物認可　（毎月３回５の日発行）
２０２６年１０月２６日発行　ＳＳＫＷ　増刊通巻第６９２３号



Cafe大好き

☆8月は大入りならずも9月復活！

8月は営業日数が少なく大入りならずでしたが、9月は再び大入り復活。4～9月末限定の水出しコーヒーは常連さんや始めて飲むお客様からも大好評でした！冷製のコーンスープ・じゃがいも、ナスなど季節ならではの限定ポタージュは、暑い夏でも美味しく、沢山の方から「美味しかった～」と言って頂き嬉しかったです♪

焼き菓子、アイスも大好評で、ワッフルのままお持ち帰りしながらたべるお客様もいらっしゃいました。

☆9月の展示は、2回目となる【わーくはうすひこばえ】さん。

前回同様の木製作品に加え、大きなバックから小さいキーケースまで、カラフルで独創的なおしゃれ雑貨が並び、初めてカフェに来店したお客様もとっても喜んでバックから小物まで大量に購入されました。常連のお客様もお財布を愛用して下さり、パンも大好評でした！



☆10月の展示は「大好き展」

10月の作家さんが急遽お休みとなり、10月はしごと場メンバーの作品を飾っています！カフェのメンバーさんが選び店内に飾りました。個性とセンスの光る作品を展示しています！是非見に来てください！！

☆レモンシリーズ☆

レモンのシフォンケーキは程よい甘さと酸味で、食欲の落ちる夏でも美味しく頂ける新作となっております♪

レモンフィナンシェはほっとれーるさんにカフェ活動で伺った時に置いてあり、店員さんから美味しくて大人気と聞いて調理も入っているカフェメンバーさんみんな嬉しそうでした！



☆9月は大忙し！

花火の中止も何のその京王閣のイベントもあったりして9月は100人超えの日もあり大盛況！そんな訳でワッフルやアイスコーヒー、水出しコーヒーの仕込みに追われた9月でしたが、フロアや洗い物などメンバーさんがお仕事をきっちりこなしてくれたので、おかげさまで職員は仕込みを頑張れました！　メンバーさんも大変なのに、職員に「大変だね、休憩まだ？」と声を掛けてくれたり、休みにの話し、グルメの話しを笑顔で教えてくれたり、メンバーさんの笑顔や優しさ、頑張る姿がとても力になりました♪　いつもカフェを支えて下さる皆さん、本当にありがとうございました☆



日々進化を続ける丁寧な接客。



スタンプ押しも大事な仕事です。