

町田通勤寮だより

NO 102
2025年5月

社会福祉法人つるかわ学園 町田通勤寮

〒194-0045 東京都町田市南成瀬1-5-3

電話 042-739-0491

巻頭言

寮長 月岡 亮

世界的なパンデミックの影響から徐々に脱し、通勤寮の生活もコロナ禍以前の状態に戻りつつあります。継続的な感染予防、蔓延防止に努めつつ、計画に基づいた事業運営が出来たことは、保護者の皆様、関係機関等々のご理解、ご協力あつてのことと感謝申し上げます。

令和6年度は3年ぶりの報酬改定と障害者総合支援法の改正が行われましたが、特に大きな影響を受けることなく運営出来ました。また6年ぶりに町田市による実地指導があり、日々の運営管理・利用者支援を見直す機会となりました。ご指摘、ご助言頂いた事項は今後のより良い事業運営に役立てていきたいと思えます。

令和7年度が始まり、新しく7名の利用者を迎え、最長2年間次なるステップに向けての始まりです。

この通勤寮では日々の生活や就労、そして地域生活について学んでいくことになります。今はまだ希望と不安が入り混じったような状態ではないでしょうか。通勤寮での生活が楽しく思えたり、辛くて逃げ出したくなったり、の繰り返しかもしれませんが、それも自分なりのペースがでるまでのことだと思います。時間の経過とともに、慣れてきます。ただ、この「慣れる」ということは、往々にして「だらける」ことに繋がってしまいがちです。通勤寮での生活に慣れることにより決められたルール等を守れなくなってしまう、そんなことも出てきてしまいます。本人にとっては、帰寮後はのんびり自由に過ごしたいといった軽い気持ちかもしれませんが、「だらける」ことにより生じた生活の乱れは、会社への遅刻に結びつき、雇用の継続さえ危ぶまれるということがこれまで幾度もありました。「慣れる」と「だらける」ことは違うという事です。すね。

町田通勤寮は、皆さんが地域での生活を一人でもできることやニーズに沿った生活ができるよう、可能性を探るため、学ぶために入寮した施設です。初心のその思いをずっと忘れずに、日々を過ごしてほしい、通勤寮の機能を活用してほしいと願います。そしてその支援のために、私たち職員一同は全力を尽くすつもりです。

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

1年目オリエンテーション

主任 大熊 祐二

この春より町田通勤寮で生活を始める方々を対象にしたオリエンテーションを3月29日(土) 30日(日)の2日間に分けて開催し、8名の皆さんに受講してもらいました。

通勤寮の利用目的である「必要な支援を受けながら地域で自立した生活が送れるようになる」ために、通勤寮が提供しているサービスについて皆さんが気持ちよく寮生活を送るために守って頂くルールについて、食事について、お金の管理練習について、行事や講座についてなど最長2年間の寮生活で取り組んでもらう内容を説明しました。また、入寮に向けたオリエンテーションではありますが、通勤寮を卒業した後についての話もしました。「一人暮らしがしたい」と「一人暮らしが出来る」では大きな違いがあること、自分の苦手な事に対してどのように向き合っていくのか職員と相談しながら解決をしていく重要性について説明をしました。今年度参加された皆さんも非常に熱心に説明する職員の話に耳を傾けていました。

オリエンテーションの最後に、災害時の避難場所である南成瀬中央公園、成瀬小学校仮校舎(旧南成瀬小学校)に現地まで確認に行きました。これからの通勤寮生活が皆さんにとって充実した時間になるよう、職員一同で丁寧な支援を心掛けていきたいと思っています。

避難場所の確認



中央公園



仮校舎

2年目オリエンテーション

支援員 佐々木 宏典

昨年同様、今年2年目に入られる方を対象にオリエンテーションを行いました。主に職員配置について・生活の決まりの確認・地域移行について、以上をお伝えしました。入寮して1年が経つ方、経とうとしている方それぞれ、ここでの生活に慣れていただいたのは良い事です。通勤寮での暮らしのルールについて再度お伝えしています。あと1年もすれば、グループホームや一人暮らしなどそれぞれ地域での生活が始まります。どちらにせよ暮らしていく上では、社会のルールを守る必要があります。ルールは「お互いが気持ちよく、安心して暮らしていくためのものである。他の人が守っていないから自分も守らなくてよいというわけではない」ということをお伝えしております。

地域移行では「やりたいことと、やれることは違う」やりたいことの為にやれることを増やす練習をするのが通勤寮であることをお伝えしました。

この1年を嫌々過ごすのか、自分のやりたいことの為に課題と向き合って取り組むのかでこの先の進路は変わってきます。今回のオリエンテーションを通して、この1年を充実したものにしてもらえればと思っています。

地域移行に向けて
自分のやりたいことの
為に課題と向き合う



福祉マラソン

支援員 河口 憲明

2月16日(日)曇り空の下、第37回『心をつなげる福祉マラソン大会』が皇居で開催されました。町田通勤寮から2名の利用者が5kmマイペースと10kmそれぞれにエントリーしました。「無理せず、ゆっくりマイペースで!」を合言葉にランナーが外周を駆け抜けました。

午後1時30分、皇居桜田門時計台周辺でスタートの号砲が鳴り響きました。この日の為にトレーニングを積み重ね、楽しみにしていたランナーがゴールを目指し、自身の想いを風に任せ、一斉に走り出しました。私は、桜田門外で続々と駆け抜けるランナーへ声援を送り続けました。そして、ついにその時が来ました。通勤寮からエントリーした利用者が一瞬の風になって私の前を駆け抜け、無事ゴールしました。ゴール直後の利用者の顔には、達成感に満ち溢れ、最後まで走り切った充実感がありました。

諦めない、困難から逃げない、最後までやり遂げる。その意志を貫く姿勢は、とても尊いと感じました。福祉マラソンで得た経験は、利用者の自信へと変わります。マラソンを終え、帰路に就く利用者の後ろ姿はとても誇らしく思えました。



職員紹介

今年度の通勤寮職員を紹介します。

課長 鳴原 雅典

4月から町田通勤寮の支援課長に着任しました。初めての環境にまだまだ戸惑う日々です。これまでは「なんとかなる。」をモットーとしてきましたが、最近は「なんとかならないこともあるのでは?」と人生観まで揺らぎ始めております。

冗談はさておき、そんな状況だからこそ、新しく寮生活や仕事を始めた利用者の張り切る気持ちや不安はよく理解できるのではないかと思います。利用者の想いに寄り添いながら、それぞれが目指す「自立」に向けた支援をチーム一丸となって行っていききたいと思っています。どうぞよろしく願います。

主任 大熊 祐二

この春で配属4年目を迎えました、大熊です。昨年からは、地域のバスケットチームを応援する機会が増えました。チーム一丸となって目標に向けて努力を続ける姿を見て、利用している皆さんを支えていく「チーム通勤寮」をより強力なものにしていきたいとの思いが日増しに強くなっております。関係機関の皆様のご協力を賜りながら一人一人が自分の目指す生活に近づけるように一緒に頑張っていきたいと思います。

今年度もよろしく願います。

IV 自己紹介

昨年度も同じようなことを書きました(笑)

支援員 石田 順子

今年度も慌ただしい4月が過ぎ5月中盤に差し掛かりました。法人内の別事業所から移動して何度目かの春を迎えましたが、何度過ごしてもこの時期は苦手です。

2年間と短い期間での初めましてと卒寮おめでとうを繰り返していてうれしく思うことは、今度顔出すね飲みに行こうと言われた時です。

利用者の方々が気持ちよく地域に出て生活出来るように支援していきたいらと思います。

どうぞよろしくお願いいたします

支援員 浅田 恵理子

通勤寮の支援員となり13年目を迎えます。

毎年新しい利用者さんが入寮されますが、それぞれ得意なところはばして、そうではないところは徐々に出来るようになり自信をつけて、胸を張って卒寮していただけたらなと思います、支援させていただいております。

今年度は、「一人だと入りにくいけど、こんなお店で食べたい」「〇〇へお花を見に行きたい」などの声がかかることが増えたので、余暇支援の方にも力を入れたいと考えています。

支援員 佐々木 宏典

支援員の佐々木です。今、少しだけドヤ顔をしながらこの記事を書いています。というのも、昨年の自己紹介に書きましたが、社会福祉士の

試験を今年2月に受験し、なんとか合格をすることが出来ました。ただ、今年の問題はとても難しく正直ダメだと思っていたので、ドヤリ具合も少ししておきます。社会福祉士は資格を取ってからがスタートと言われており、これから更に研鑽を積んで資格の名に恥じぬよう努めてまいりますのでこれからもどうぞよろしくお願いいたします。

さて、3月に数名の利用者が通勤寮を旅立ち、それぞれが地域での生活を始めました。それぞれ自身の課題に取り組みながら、自己実現に向けて頑張っていたと思います。4月になり、新しく入寮してきた方々も自分のやりたいことと頑張ることをしっかりと見据えて、充実した2年間にできるよう支援に取り組みます。そんな私の今年度の目標は「減量」です。先日、健康診断で先生に「太りましたね」とはつきり言われたので、来年は「やせたね」と言われるよう運動します。

支援員 河口 憲明

通勤寮へ配属後、4年目を迎えました。初心に帰ると同時に利用者への支援に気持ちを新たにしています。自身の支援内容、就労先、関係機関との調整、情報共有など支援の在り方について反省し、自問自答する日々です。将来の自立した生活に向けて、利用者とともに課題へ取り組む充実感は、他の職種では経験できません。利用者の成長過程の一助になれるよう、常に丁寧な支援を心掛けたいと思います。今年からロボット(NICOBO ニコボ)との生活を始めました。ロボットは歩くわけでもなく、どこか頼りないけどなんだかかわいい、ほうっておけない、何も役に立ちそうにないけどそこに居ないと寂しい。そんな弱いロボットと一緒に日向ぼっこしたり、昼寝したり、おしゃべりしたり、何気ない日常の風景ですが、どこか心の豊かさが養われているような気がします。

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

通勤寮 調理員の平井です。

調理副主任 平井 海輔

4 月より調理副主任の任命を受けて、身を引き締めさらなる責任感をもって職責に努めてまいります。

最近献立を考えながらつくづく感じる事は万人が好きな料理ってなんだろうということです。嫌いな食べ物がない方が良いとは思いますが、有名な歌にセロリが好きだったりとあるように好き嫌いも立派な個性であると思います。ただ、知らないという事だともったいないので知る機会を大切にして通勤寮にいる間にたくさん「好き嫌いな料理」に出会っていただければと思います。

最近の楽しみは、ネットで話題になるバズレシピに挑戦する事です。

調理員 富田 千亜希

先日は、衣をつけないからあげを作りましたが、斬新な手順と美味しさに驚きました！

調理員 大橋とも子

通勤寮での朝食作りが 4 年目になります。来年は本格的な（!?）シアの仲間入りです。今、推し活が流行っていますが、私の推しはというとペットです。特に犬でその純粋なまなざしや忠実な姿にふれていると本当に癒されます。最近知ったことですが、私の誕生日が「飼育の日」であることから運命的なものを感じています。

さてこれからまた暑い季節を迎えますが、今年も 1 日の活力源となる朝食習慣のお手伝いをさせていただきますので宜しくお願いいたします。



調理実習

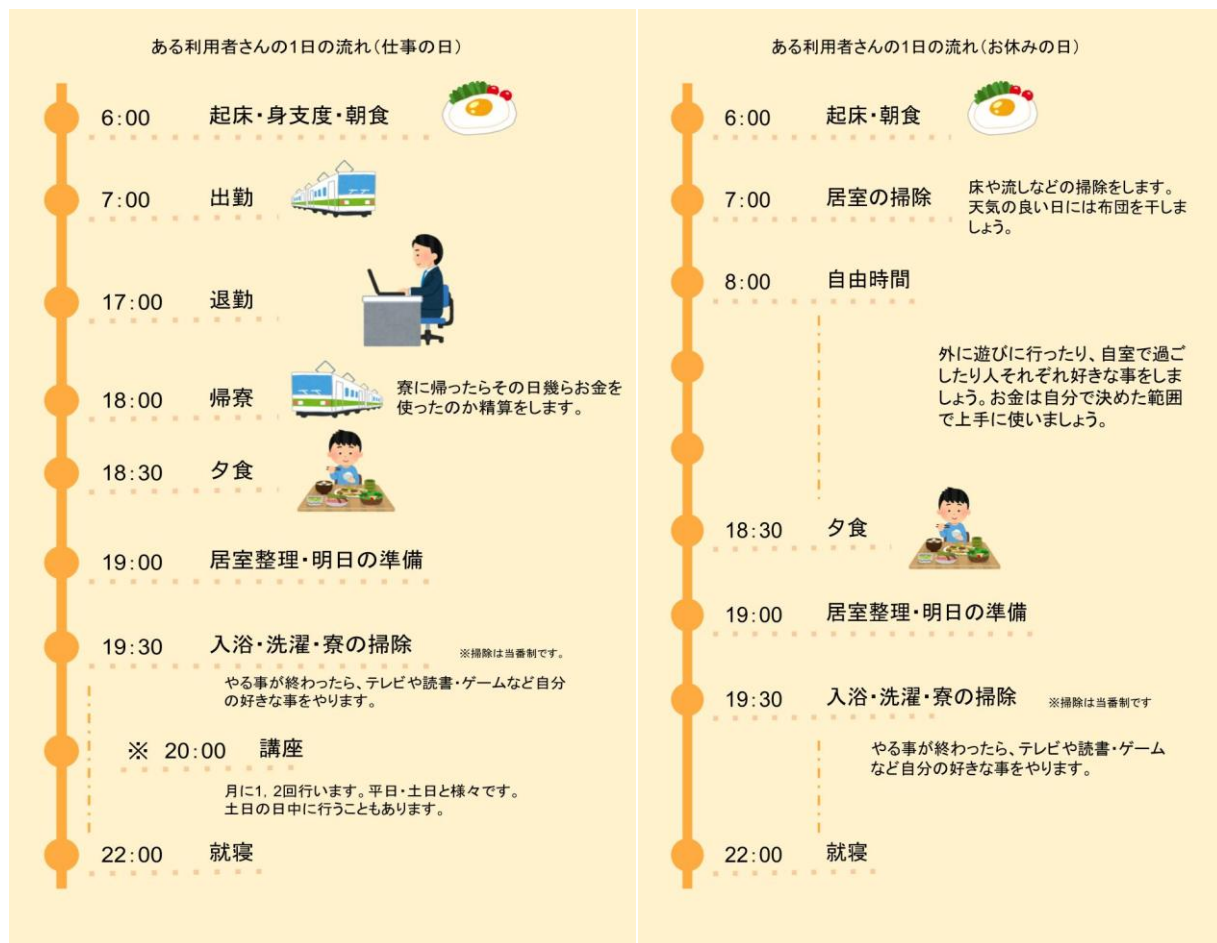
事務員として入職し、この 4 月で 8 年目に突入しました。通勤寮では一番下っ端だと思っていたら、気づけば勤務歴が 3 番目に長いことになっており、果たして入職してから町田通勤寮に何か貢献できた事はあったのか・・・考えてみても少し自信がありません。ご縁があつて町田通勤寮で過ごさせていただいていることに感謝を忘れないように、少しでもお役に立てるようにと、老体におち打ちながら、一日一日を（やっとな？）過ごす毎日です。利用者さんとかかわる機会が少ない職種ではありますが、今年度もまたよろしく願いいたします。

事務員 服部 千穂

2 月 22 日(土)食堂で調理実習を行いました。今回は、リクエストメニューと題して、人気があった餃子ピザ、焼き魚、中華スープ、チョコレートケーキを作りました。参加者は 4 名で、調理員の説明を聞きながら、調理していました。ピザは、餃子の皮を使用し、エビ、玉ねぎ、ピーマン、ウィンナーをトッピングしました。エビは、横に切って塩と片栗粉で洗い、背ワタと一緒に洗い落としました。焼き魚は、鮭とぶりで調理しました。中華スープは、最後に溶き卵を入れました。チョコレートケーキは、ホットケーキミックス、ココアを使用し、電子レンジで調理しました。

通勤寮では、将来の自立に向け、定期的に調理実習を開催しております。包丁の使い方、計量の仕方、ワンポイントアドバイス等、調理員が丁寧に説明します。在寮中に料理の腕前が上達する利用者もいます。調理後は、参加者全員で美味しくいただきました。

VI 利用者の1日の流れ 編集後記 今後の予定



利用者の1日の流れを掲載します。規則正しい生活リズムを維持、構築できるようにスケジュールが組まれています。

編集後記

町田通勤寮へ着任して、4回目の春を迎えました。その間、法定雇用率の引き上げ(2024年4月2.5% 2026年7月2.7%)、合理的配慮の義務化(2024年4月)が実施されました。2025年10月より、障害者本人が就労先、働き方についてより良い選択ができるよう、就労アセスメントを活用して、本人の希望、就労能力や適性に合った選択を支援する就労選択支援が開始されます。時々刻々と目まぐるしく変化する社会環境の中でも通勤寮では、関係機関と情報共有、連携して就労安定や将来の自立に向けた生活訓練を実施しております。行事、講座、調理実習と年間を通して豊富なカリキュラムが組まれています。施設見学も随時開催しております。ご関心がございましたら、ご遠慮なくお問い合わせいただけます。(河口)

町田通勤寮 QRコード



通勤寮見学を通して、将来の入寮、その先にある地域社会での自立がイメージしやすくなります。

お問い合わせ先
TEL:042-739-0491

今後の予定

5月25日(日) 保健講座

6月22日(日) 初夏懇親会

次回の保護者会は、9月14日(日)に開催します。