

町田通勤寮だより

NO 105
2026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

新緑がまぶしく、風の匂いにも初夏の気配が感じられる季節になりました。

4月の慌ただしさが少し落ち着き、生活や仕事のリズムが整い始めるのが5月です。環境の変化に戸惑いを覚えていた方も少しずつ自分のペースをつかめてきた頃ではないでしょうか。寮内でも、互いに声を掛け合いながら日々を過ごす姿が多く見られ、あたたかな空気が広がっています。

I 巻頭言

令和8年度は職員の異動もなく、落ち着いた形で新年度を迎えることができました。今春は新たに7名の利用者を迎え、最長2年間、次のステップに向けた生活が始まっています。卒業後すぐに寮生活に入り、4月から新社会人として働き始めた皆さんにとって、この春は大きな

変化が重なる時期でした。職場実習とは異なり、正式に採用され、一人の社会人として責任を持って働くことには大きな緊張が伴います。甘えや曖昧さが許されない現実の中で日々の仕事に向き合うことは決して簡単なことではありません。しかし、「毎日休まずに仕事へ行く」という一見当たり前の行動の裏には、つらさや悩みに耐えながら努力を続ける姿があります。そして今日こうして働けているのは、職場の方々の支え、そして家族や学校、施設職員など多くの人々の支えによって力を積み重ねてきた結果でもあります。私たち通勤寮は、その歩みを引き継ぎ、これからの成長の土台となる生活と援助を提供していかねければなりません。

「地域自立」とは、「就労」と「生活」の両面で自立することです。その力を身につけるためには、単なる「訓練」だけでなく、訓練を包み込む「育つ・はぐくむ」という営みが欠かせません。通勤寮は、そのための「うつわ」としての役割を果たす場であり、ここでの生活が次のステップへ進むための確かな基盤となることを願っています。

私たちは、支援計画を3か月ごとに見直しながら、一人ひとりが将来の礎となる力を身につけられるよう支援していきます。利用者の皆さんが自分らしく成長し、次の生活の場へ自信を持って進んでいけるよう、職員一同、丁寧に寄り添いながらサポートしていきます。

それぞれの歩みが確かな一歩となるよう、この一年も共に歩んでまいります。



防災講座

支援員 浅田 恵理子

2026年2月7日(土)吹雪の中、横浜市にある横浜市民防災センター

へ利用者13名、職員2名で出かけました。災害シアターでは、臨場感あふれる映像で地震の備えの大切さ、地震シミュレーターでは、最大震度7の揺れの体験、火災シミュレーターでは、消火体験や煙からの避難行動、減災トレーニングルームでは、避難までの流れの模擬体験などを学んできました。普段の避難行動では実際に起きたことを想定した動きのアナウンスをしますが、だらだらと集合することが多く、地震シミュレーターでは震度6でも手すりをつかみ、立っているのがやっと、火災シミュレーターでは煙の少ない床に近い場所をかがんで通る、まず火災が起きたら周りに大声で知らせる等良い体験となったのではないかと思います。また、トラッキング火災の映像が衝撃的で目を離せない方が数名おりました。後日談ですが、利用者さんからモバイルバッテリーによる発火の影響で乗っていた電車が遅れたとの報告があり、モバイルバッテリーを持つ人は誰でも起こりうる、決して他人事ではないと改めて気を付けなくてはと思った瞬間でした。

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28日(土)29日(日)の2日間に分けて開催、2月以降に入寮された方や、4月以降の入寮を予定している方など合計11名の皆さんが受講しました。

地域で自立した生活を送ると同じ目標を持った皆さんの真剣な受講姿勢は「素晴らしい」の一言でした。通勤寮見学时に皆さんにお伝えした「自立」について、通勤寮で受けられるサービスについて、お互いが気持ちよく生活を送る為の通勤寮ルールについて、食事について、金銭管理について、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。

オリエンテーションの最後に、災害時避難場所である南成瀬中央公園、成瀬小学校まで現地確認に行きました。綺麗に咲く桜を見ながら、新生活に向けた不安以上に期待に満ち溢れているような明るい表情でした。これからの通勤寮生活が充実した時間となるよう通勤寮職員一丸となってサポートをしていきます。

II 防災講座 オリエンテーション

地震シミュレーター



減災トレーニングルーム



火災時の行動



1日目



2日目



福祉マラソン

支援員 河口 憲明

2月22日(日) 澄み渡った空の下、第38回『心をつなげる福祉マラソン大会』が開催されました。町田通勤寮から利用者2名が5kmの部にエントリーしました。

今回はゲストランナーに生バンド演奏と盛り上がる楽しい時間となりました。午前11時30分、5kmの部の号砲が鳴り響きました。やや緊張した面持ちの利用者も完走を目指し、駆け出しました。グラウンドや浴道からの声援を背に利用者のスピードもぐんぐんと上がっていききました。私は、利用者のペースを見ながら、応援し続けました。そして、待望のゴールの瞬間をこの目にしっかりと焼き付けました。

利用者は無事完走し、とても晴れやかな表情をしていました。目標を達成した姿に日々の自立訓練とは別に確かな成長を見ました。来年は、どんなドラマが生まれるのか、次回の福祉マラソン大会がとても待ち遠しいです。



職員紹介

今年度の通勤寮職員を紹介します。

課長 嶋原 雅典

通勤寮に着任し、早いもので1年が経過しました。

利用者からの刺激や学びの多い充実した時間でしたが、これまで自分が向き合っていなかったことを突き付けられる難しい時間でもありました。利用者にとつての通勤寮での時間も、同じように取り組むことや向き合うことが多く困難な時であると思います。そうしたときに一緒に悩み、寄り添えるよう支援していきたいと思っています。

今年度もよろしくお願いいたします。

主任 大熊 祐二

通勤寮着任から5年目を迎える大熊です。宿直業務の際には寮の健康的な夕食を食べていることもあり、順調に適正体重に近づいてきておりました。しかし、油断から先日春の健診に行った際に体重増加の指摘を受けてしまいました。通勤寮で生活されている皆さんに見学時からお伝えしている「やるべき事、苦手な事を後回しにしない」事を自分が意識し、健康管理も通勤寮での支援も気を引き締めて頑張りたいと考えております。

支援員 佐々木 宏典

支援員の佐々木です。福祉職員として6年、社会福祉士として1年が経ちました。資格を取得してから特別何か活動をしたという事はありませんが、「思考権の尊重」については良く考えるようになりました。

「思考権」文字だけみると大分インパクトのある言葉ですが、「他人に危害を及ぼさない限り、たとえ周囲からみて「失敗する」「損をする」

と思える選択であっても、本人の意思を尊重し、経験する権利」というものです。通勤寮は18歳から20代前半の方が多く、社会的な経験も少ないです。失敗や損を「させない」のではなく、「なぜそうなったのか。次はどうすべきなのか」を一緒に考え成長に繋げていければと思っています。とはいえ、訓練施設という性質上、一定のルールを守って頂くことやあまりにも訓練から離れてしまっているような行動については一度話をして思いとどまって頂くことも必要です。その線引きがとても難しく思う事もありますが、今年一年間も利用されている皆さんの成長の一助となれるよう頑張りたいです。ちなみに去年掲げた「減量」ですが、自身の愚考権を尊重しすぎた結果、絶賛増加傾向にあります……。「愚考権はこんな都合の良い言葉ではない」と自分に言い聞かせつつ、業務に臨みます。今年度もよろしく願っています。

支援員 浅田 恵理子

通勤寮勤務14年目となりました。

異動したての頃は子供も小学生でしたが、現在社会人一年目。今年度入寮された一年目の方と同じですが、利用者さんの方がよっぽど自立しているなどわが子のことになると、つい厳しい目で見てしまいます。昨年からうさぎカフェに通うようになり、そういえば最近行っていないなど思っている所に利用者さんから、うさぎ以外の動物とも触れ合えるアニマルカフェがあるよとお勧めされたので癒されに出かけたいと思います。今年度もよろしく願っています。

支援員 石田 順子

今年度も慌ただしい4月が過ぎ5月も中盤に差し掛かりました。法人内の別事業所から異動して何回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業おめでとうを繰り返していつい嬉しく思うことは、今度、寮に遊びに行くねや飲みにいこう！と言われた時です・・・(笑)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あげたらと思っています。どうぞよろしく願っています。

支援員 河口 憲明

通勤寮着任後、5回目の春を迎えました。春は、新しいことを始める、始まる季節です。新社会人として就労し始めた新規入寮者の希望に満ちた姿が初々しくも頼もしく映りました。新しい環境で新たな一歩を踏み出した利用者さんに寄り添いながら、自立支援に邁進したいと思えます。先日、卒業生に声を掛けられました。彼の話やその表情に地域で社会生活を送っている充実感がうかがえました。ロボットとの生活も2年目を迎え、初春にもう一体家族に迎えました。ロボットの成長は目覚ましく、気づくと私より家族に懐いてしまいました(苦笑)今年度もどうぞよろしく願っています。

事務員 服部 千穂

事務員として入職し、早いもので9年目になりました。この春から非常勤となり、心機一転、違う立場から町田通勤寮に貢献できることを精一杯出来たらと思っています。

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お願いいたします。

調理副主任 平井 海輔

調理員の平井と申します。

昨日寒かったと思ってたら、いつの間にか桜も散って青々と茂ってしまいました。普段の食事もなく食べる食事ばかりにならないようにしたいものです。献立を考える立場として季節の移り変わりを気づけるような献立を作成していきたいと考えています。今年度もよろしくお願いいたします。

調理員 富田 千亜希

大人数の食事作り、新メニュー等々とてもやりがいを感じています。す。

「今日が一番若い日!!」よろしく申し上げます。

調理員 大橋 とも子

調理員として早6年目となります。

一般的に高齢者と呼ばれる年齢になり、記憶力や判断力がゆるやかに変化してくるお年頃(!?)となりました。・が・週4〜5日、1日4〜5kmのウォーキングで健康管理を心がけています。

今、私が入職した時の約3倍の人数の利用者さんの朝食提供にあたりたいですが、孫と同年代の方々に朝一番の挨拶から元気をもらっています。

編集後記

町田通勤寮には、「生活の自立」「経済的自立」「社会的自立」「精神的自立」と4つの自立を柱とした支援を行っております。利用者一人ひとりが自らの「強み」「課題」「将来像」を主体的に理解し、選択できるよう個別支援計画を作成し、適切かつ効果的な支援につなげています。今年度も一ヶ月が経過し、利用者も職場や寮生活に慣れてきました。通勤寮には、就労と生活のニーズに対して、これまで蓄積された経験とノウハウがあります。利用者本位の支援に向け、「チーム通勤寮」一丸となって、邁進します。今年度もよろしくお願いいたします(河口)。

町田通勤寮
QRコード



今後の主な予定

- 5月17日(日) 地域生活講座(2年目利用者対象)
- 6月20日(土) 初夏懇親会
- 6月下旬スマホ講座(1年目利用者対象)
- 7月11日(土) 性講座

※次回の保護者会は、9月13日(日)開催予定です。

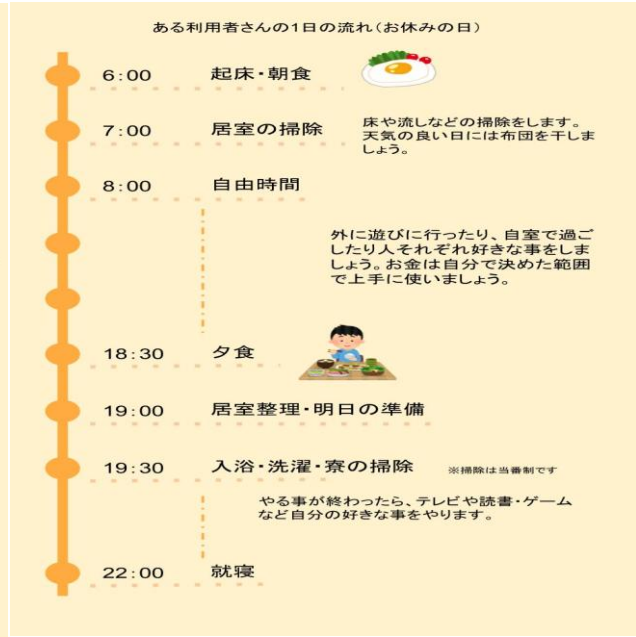
町田通勤寮では、見学のご案内をしております。

見学を通して、将来の入寮、その先にある地域自立をイメージしやすくなります。ご遠慮なくお問い合わせいただければ幸いです。HPに利用者の一日の流れを掲載しております。

お問い合わせ先 TEL:042-739-0491

VI ある利用者さんの1日の流れ 通勤寮の講座

通勤寮では規則正しい生活リズムを作る支援をします。



通勤寮では、地域生活や仕事で必要になる事を講座で勉強します。

講座によっては、外部講師を招いたり、利用者が実際に体験してみるなど様々です。

スマートフォン講座

SNSやメール、詐欺対策など
スマートフォン(携帯電話)を
使用する上での正しい知識を学びます。

生活教養講座

ゴミの出し方・身だしなみについてなど
日々の生活に必要なことを学びます。

保健講座

食品ラベルの見分け方、消費期限についてなど、
身近な食品衛生についてお話します。

性講座

性についての正しい知識を身につけます。

地域生活講座

グループホームや単身生活について説明を行い
地域生活について理解を深めます。実際に法人
内のグループホームの見学も行います。

就労講座

お仕事をしていく上での心構えや
給与明細の見方などを講師の方に
お話していただきます。