

お元気ですか

2025年11月208号



発行所 (福)横浜市社会福祉協議会
障害者支援センター
〒231-8482 横浜市中区桜木町1丁目1番地
横浜市健康福祉総合センター9階
☎045-681-1211(代表) ☎045-680-1550
🌐<https://www.yokohamashakyo.jp/siencenter/>
編集発行人 内嶋 順一

横浜市 障害者支援センター

🔍 検索

「進路対策研究会」
「障害福祉入門研修」
「S-net研修」



まつぼっくり会 X パソコン工房DELTA

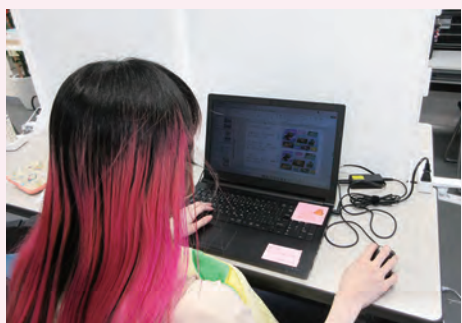


パソコン教室を通じたつながり

西区にある精神障害者地域作業所型パソコン工房 DELTA では、地域との交流を目的として障害児地域訓練会まつぼっくり会のお子さんや地域の方を対象に、パソコン教室を開催しています。

パソコン教室の講師をすることで、コミュニケーション力に自信がついた DELTA 通所者のIさん。パソコン教室に通ったことで、気持ちの切り替えや集中力が保てるようになったまつぼっくり会の昊太くん。それぞれの成長につながっている活動取材しました。

パソコン教室で講師をしている通所者Iさんにお話をうかがいました



パソコン工房DELTA 通所者Iさん

生徒さんとの何気ない会話から好きなものを聞き出し、楽しみながら学べるように工夫して課題を作成しています。教えるたびに記録をしており、何がどのくらいできるようになったのか把握し、毎回の課題の難易度を調整しています。

本人をどれだけやる気にさせられるかを常に考えています。

講師を経験したことで、コミュニケーション力がつき、人との距離感がつかめるようになりました。

まずは話してみよう!という気持ちが持てるようになりました。

パソコン教室 DELTA 職員 南さんより



パソコン教室DELTA
職員 南さんより

最初は地域での出張パソコン教室から始まり、あっという間に20年ほどが経ちました。

地域に住む障害のある方の親御さんから、「外に出てほしい。」という声を聞き、決まった日に外へ出てパソコンを楽しんでもらおう!というのが、この活動が始まったきっかけです。

現在はまつぼっくり会や地域の方、施設を対象に、DELTAメンバーの就労訓練の一環としてパソコン講師を担っています。今では、障害のあるお子さんや地域の方と交流する大切な場となっております。





まつぼっくり会
会員の母親
須貝 奈都子さん

パソコン教室に通うきっかけ

まつぼっくり会の活動が色々ある中で、パソコン教室があることを知りました。DELTAのパソコン教室に通って3年目。

息子はパソコンをおもちゃとしか認識しておらず、この先パソコンを乱暴に扱ったり、壊したりしてしまい、トラブルを起こしてしまうのではないかと不安に思うことがあり、パソコン教室に通うことにしました。

パソコン教室に通うようになり、パソコンを開くことに興味を持ち、大切に扱わないといけないと理解を深めています。

パソコン教室に通ってからの変化

今までは目の前にあることしか考えられなかったり、言われたことしかできなかったりしましたが、一週間のスケジュールを張り出すことで、「この日はパソコン教室だからここまでに何をやりたいか考えておこう」というように、目の前のことだけでなく、計画を立てて生活していく力がついてきていると感じています。計画を立てて自分で褒美(パソコン教室)を作って生活をしていくという、小さい頃の成功体験があることで、自己肯定感もあがるのではないかと思います。また、日常生活で気持ちの切り替えや集中力が保てるようになったことも成長を感じています。パソコン教室に行くために、嫌なことを後回しにしないようになりました。

パソコンが
上手くなって
良かったです。



まつぼっくり会 須貝 呉太くん

パソコン教室に通ってよかったこと

気分にもうが出ることもあり、集中力が続かない時は、月2回から1回に変更したり、体調が悪い場合もフレキシブルに対応してくださることが、本人の励みにもなり続けられています。やりたいことがあり落ち着かない時も、冷静に対応してくださることも非常に感謝しています。親以外の頼れる大人の存在は大きいと感じています。



今回の取材を通して、単なる技術習得の場ではなく、自己肯定感や社会とのつながりを育む場でもあったと感じました。また、誰もが自分らしく学んだり、楽しんだりできる居場所の大切さを実感しました。

パソコン工房DELTA

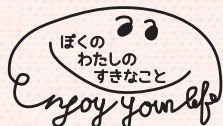
精神障害があっても“就職したい・働きたい!”そんな思いを持っている方々が通所し、「自分らしい働き方」を実現するために必要な知識・技能・対人関係スキルの向上を目指していく施設です。

主な活動内容としては、日々のプログラム参加(WRAP(元気回復行動プラン)、マナー講座、模擬就労)やPCのスキルアップをメインとしています。その他に依頼品の製作、チラシ作成などの受注作業、他施設、団体および市民向けのパソコン教室を就労訓練の一環として行っています。



まつぼっくり会

まつぼっくり会は、西区を中心に学齢期に支援の必要な子どもたちと家族が専任講師やボランティアさん等の手を借りながら、生活力を身に付けるためのいろいろな行事や学習活動を行っているグループです。



ぼくの わたしの すきなこと

えだ福祉ホーム

おがわ
小川

さちこ

幸子さん／キッチンわかば

かわかみ

あつお

川上 敦郎さん

小川さんと川上さんは、「t.m.d.」というバンドでボーカルをしており、「バリアフリーWITHコンサート（以下WITHコンサート）」で披露するために日々練習を重ねています。WITHコンサートは、笑顔・元気・絆をテーマとして、1998年に誕生しこれまでに27回、年1回開催されています。

小川さんがバンドをはじめたきっかけは、WITHコンサートの立ち上げから共に関わっている長田恵美子さんの歌声に惚れ込んだことです。小川さんもう一緒に歌ってみたいとt.m.d.を結成しました。

川上さんは、2022年にWITHコンサートを観客席で見ていたところを、小川さんに誘われてt.m.d.のメンバーとなりました。

t.m.d.のメンバーが揃っての練習は、月に一度。それ以外は個人練習です。個人練習では、川上さんはカラオケで歌い込みますが、テンポが速い曲だと音源と合わせるのが難しいそうです。メンバーが揃って

音を合わせるときは、演奏のテンポを落として練習できるため、貴重な機会となっています。

小川さんは、演奏と声が合わず、お客さんの前で声を出しにくいのが悩みでしたが、言語聴覚士の先生とリハビリを重ね、トレーニングによって声が出やすくなりました。

今後の展望をきくと、t.m.d.に新しい仲間を迎えたいと笑顔を向けてくれました。

今年のバリアフリーWITHコンサートは11月15日（土）アートフォーラムあざみ野で開催です。出演に向けて、3曲を猛練習中です。ぜひt.m.d.の熱演を見にいらしてください。



t.m.d.バンドメンバー
小川さん(前列右から2番目)
川上さん(前列左から2番目)

祝

横浜あゆみ荘 利用者数160万人突破！

このたび、日頃よりご来荘いただいている皆様のおかげで横浜あゆみ荘の利用者数が160万人を突破したことを記念し、7月20日にセレモニーを開催しました。160万人目のお客様として、グループホーム ぽけっとの齊藤 朋也様に、あゆみ荘から感謝状・花束・記念品を贈呈しました。

記念セレモニー

齊藤 朋也 様より

齊藤様に今の気持ちについて何うと、素敵な笑顔で「嬉しい」と話してくださり、続けて「あゆみ荘(を利用するのを)楽しみにしていた。」とも語ってくださりました。

齊藤様はサプライズ等のイベント事が大好きとのことで、感謝状等の贈呈時は特に喜んでくださりました。



『お元気ですか』発行を支える「あいの木にじ」の皆さん

機関紙『お元気ですか』の梱包などの発送作業には、特定非営利活動法人地域活動支援センター「あいの木にじ」(南区)の皆さんに20年以上関わっていただいています。普段はボールペンの組み立てなどの受注作業やお菓子の製造・販売を行っています。今回は『お元気ですか』207号の発送作業中にお邪魔し、メンバーの磯部さんと職員の方にお話を伺いました。

Q.「どのような作業を担当されていますか。」

A. 磯部さん 封筒への宛名ラベルシール貼りと三つ折りされた機関紙の封入をしています。

Q.「メンバーさんの作業する様子を教えてください。」

A. 職員 メンバー全員が関わることができる仕事になっています。それぞれが得意な作業を担当し、分担して進めることで、楽しみながら自信を持って取り組んでいます。

Q.「『お元気ですか』に込める思いを教えてください。」

A. 磯部さん 読者のところに、しっかり届いているか心配です。届いたらぜひ読んでもらいたいです。長年関わっているのも、責任を持ってやりたいです。

A. 職員 障害理解の啓発にもつながる『お元気ですか』の発送作業に事業所の代表として「あいの木にじ」が携わることができているので誇りを持って取り組みたいと思っています。



磯部さん



メンバーさんと職員の作業の様子

本号も「あいの木にじ」の皆さんのお力添えがあり、読者のもとへ届いています。
今後も皆さんに支えられながら発行していきます。

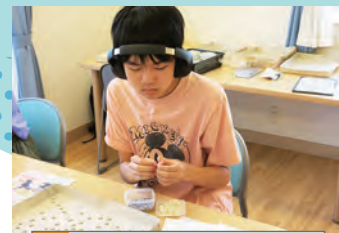
地域作業所浜風・第二はまかぜ 親子体験会



オリエンテーション

保土ヶ谷区にある「地域作業所浜風」と「第二はまかぜ」では親子で参加できる活動体験会を2018年から実施しています。取材した当日は、支援学校高等部1年生のお二人とその親御さんが参加されていました。藤田所長のオリエンテーションから始まり、メンバーの方と一緒に、写真のような細かい軽作業に挑戦されました。

参加されたお母さんからは「進路選択のための体験会に参加したのは初めてです。息子は言葉のやりとりが難しいので作業所への通所は難しいと思っていました。でも、息子が作業する姿を見ることができて、作業所に通える可能性を感じ、進路選択の幅が広がりました」と話されました。



軽作業



浜風所長 藤田さん

「支援学校の先生のアドバイスをきっかけに、『浜風』をもっとたくさんの方に知ってもらいたいとの思いから親子体験会を始めました。参加された方には、できたという達成感を感じていただけるよう、作業を采配しています。言葉での説明だけでなく視覚で分かりやすく、実践を交えた説明をするよう心がけています。」と藤田所長「親子体験会が新しいつながりを作っています」とお話しくださいました。