

令和7年6月予定表						
日	月	火	水	木	金	土
1 休	2	3	4 休	5 卓球	6	7 お菓子を食べながら 話をする会 14:00~15:00
8 休	9	10 持ち込み MUSIC 14:00~15:00	11 休	12 卓球	13	14 ふれあい散歩 菖蒲まつり 13:00~15:00
15 休	16	17 職員会議 10:00~12:00 ハンドクラフト 14:00~15:00	18 休	19 卓球	20	21 セルフヘルプグループ 10:00~12:00 書道一直線 14:00~15:00
22 休	23	24	25 休	26 卓球	27	28 カレーの日 12:00~13:00
29 休	30					

電話がつながりにくくなります
お急ぎでない場合は午後におかけください

令和7年7月予定表						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2 休み	3 卓球	4	5 お菓子を食べながら 話をする会 14:00~15:00
6 休	7	8 持ち込み MUSIC 14:00~15:00	9 休	10 卓球	11	12 ふれあい散歩 カラオケ 10:00~12:00
13 休	14	15 職員会議 10:00~12:00 ハンドクラフト 14:00~15:00	16 休	17 卓球	18	19 セルフヘルプグループ 10:00~12:00 書道一直線 14:00~15:00
20 休	21 海の日	22	23 休	24 卓球	25	26 おんがくのじかん 13:00~14:00
27 休	28	29	30 休	31 卓球		

電話がつながりにくくなります
お急ぎでない場合は午後におかけください

東村山精神保健福祉コミュニティ誌

ふれあい通信

発行：社会福祉法人 東村山けやき会
地域生活支援センター“ふれあいの郷”
編集人：助迫水基・坂上恵美・大泉哲也
菊田裕幸・千葉陽子・佐藤えりか
発行人：當間丈仁・矢嶋拓
〒189-0014 東京都東村山市本町 2-8-2
プライムビル 207
TEL 042-397-6400
FAX 042-313-3137
http://www.hmkk.or.jp/fureai.html
E-mail: hureainosato@hmkk.or.jp

No. 155: 2025年6月1日 発行
社会福祉法人 東村山けやき会

ふれあいの郷は、東村山市から障害者総合支援法に基づく障害者基本相談支援事業及び地域活動支援センターI型事業を受託、運営しています。



平成の里の花壇
撮影：青田房子

プログラムのお知らせ

プログラムの参加にあたっては、参加人数を設定しての予約制とさせていただきます。
参加をご希望の方は、電話などで必ず事前に予約をお願いいたします。

お菓子を食べながら話をする会

(定員 15 名) 参加費: 100 円

第 1 土曜日 14:00~15:00

参加締切: 当日の 12:00 まで

みんなでお菓子を食べながら
楽しくお話をしたり、交流をする会です。

ハンドクラフト会

(定員 5 名)

第 3 火曜日 14:00~15:00

自分の取り組みたい
手芸・工芸・工作などを持ち寄って
おしゃべりしながら楽しめます。

セルフヘルプグループ

(定員 10 名)

第 3 土曜日 10:00~12:00

東村山中央公民館 第 4 集会室

病気や障害など同じ困難を抱える方同士で
お話をしたりグループワークを行います。
※初めて参加される方には事前に説明がございます

カレーの日 (定員 20 名)

偶数月 第 4 土曜日 12:00~13:00 参加費: 300 円

参加予約締切: 6 月 26 日 (木) まで

お昼ごはんの時間に、手作りカレーを配ります(※混雑状況によってお待たせする場合があります)。みんなでランチタイムを過ごしましょう。詳しくは職員までお声がけください。

⇒詳しい日程は、裏面の予定表をご確認ください

プログラムの予約をキャンセルする場合は、必ずご連絡をお願いします。

持ち込み MUSIC

(定員 6 名)

第 2 火曜日 14:00~15:00

今聴きたい音楽を、その日参加したメンバーで、
ゆったり味わう music day。ふれあい空間で
ぜひ音楽を楽しみましょう。

書道一直線

(定員 6 名)

第 3 土曜日 14:00~15:00

ボランティア講師の先生と書道を行います。
墨の香りに包まれて、集中して「書く」時間を
始めてみませんか?

おんがくの時間 (定員 6 名)

奇数月 第 4 土曜日 13:00~14:00

場所: 特別養護老人ホーム白十字ホーム 4 階
12:45 東村山駅西口発のバスで会場へ向かいます(片道 180 円)。12:30 にふれあいの郷に集合してください。現地集合でも OK です。

好きな楽器を持ち寄って、音楽を楽しみます。
歌の参加や、聞くだけ、手ぶら参加も OK

【ふれあい散歩レポート】4/12(土)北山公園でお花見をしました

長い冬が終わり、桜の季節がやってきました。今年は例年より少し早く桜が咲き始めたので、「ふれあい散歩の時にはもう散っちゃってるかも?」という声もありましたが、「満開の桜の下でなくても、春の陽気をみんなで感じる。それだけで十分。いや、そっちの方が大切!」という担当職員の言葉とともに、やや強引にお花見を決行。

前日まで雨続きでしたが、当日は奇跡の晴天で、うららかな陽気のなか、北山公園へゾロゾロと向かいます。道すがら、庭先の花に目を留めたり、山菜を見つけて笑い合ったり。そんな何気ない瞬間に、春の喜びがじんわりと胸に湧き起こります。

そして北山公園に着いて、私たちはわあっ!と歓声をあげます。「嘘ー!」「きれい!」なんと、満開の桜がお出迎え。八国山のふもとは少し寒いのか、まさに桜が見頃を迎えていました。最高のサプライズに感激しながら、レジャーシートを広げ、お団子とお茶で乾杯。

花びらが舞う中で、他愛ない話で笑い合ったり、静かに景色を眺めたり。それぞれの過ごし方の中に、温かい時間が流れました。小さな奇跡が重なった今年のお花見。来年もまた、桜の下をみなさんと過ごせたら嬉しいです。



【ふれあい散歩レポート】5/10(土)久米川ボウルへボウリングに行きました!

当日は 4 人参加でした。ふれあい利用者 2 名と職員 2 名でのボウリング大会です。今回は、全員に言えることですが、不思議なもので、グーターが出たと思うと急にストライクやスペアが取れたり、良い結果が続いたと思うと、急に球はあっち行ったりこっち行ったり…スポーツは難しいですね(笑)

さて、久米川ボウルまでは、久米川駅から徒歩で現地へ。途中、地元のパン屋さんの美味しそうな商品を目にして、食べて見たいなあと後ろ髪をひかれつつも、久米川ボウルに到着。そして現地で参加のおひとりと合流しました。場所は、ゆったりと広く、何より綺麗な久米川ボウル。そこでは、すでに当たり前となったスコアボードの海賊アニメが 4 人をお出迎えです。ピーターパンのフック船長のような海賊が私たちを愛嬌たっぷりに「ピンを沢山倒せるのかい!」とばかりに煽ってきます。さて、今回の 4 人、それぞれ久々のボウリングということもあり、軽く緊張しながらスタートです。ストライクあり、グーターあり、ピンが右と左に別れて残ったり(スプリットと言うそうですね、これはどうにも倒せない)…そのような一投ごとの変化に、参加者各々喜一憂しました(笑)。

とはいえ、2 ゲーム目ともなると緊張もほぐれ、慣れてくるものです。ひとりひとり笑顔の中でハイタッチも増え、そうすると、さらに声も出てくるもので盛り上がりも 1 ゲーム目の比ではありません。声を出しながらのゲームは楽しいものですね。利用者の方による 130 点越えの 1 位が最終結果!皆で思い思いに一生懸命に投球を「楽しみ」、満足のラストを迎えました。ちなみに久米川ボウルでは植物の種を無料で配っていただきましたよ。

2024年度 事業報告

フリースペース・プログラム延べ利用人数（月別）

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
231	231	272	223	215	164	216	216	276	195	190	238	2,667人

障害者基本相談支援事業

項目	件数
電話相談	7,675件
来所相談	697件
連絡調整	2,252件
訪問	304件
同行	187件
代行	168件

合計 11,283件

プログラム名	回数	参加人数
ハンドクラフト	9回	26人
書道一直線	6回	26人
おんがくのじかん	7回	33人
お菓子を食べながら話をする会	12回	111人
持ち込み MUSIC	11回	44人
単発プログラム	12回	65人
英会話	3回	7人
セルフヘルプグループ	11回	42人
Xmas会	1回	17人
大晦日鍋会	1回	14人
カレー会	1回	19人

合計 74回 404人

指定特定相談支援事業（計画相談）

サービス等計画作成	117件
モニタリング実施数	167件

会員と登録状況

107人（うち新規会員 23名）

指定一般相談支援事業

地域移行支援	1件
地域定着支援	1件

ボランティア

18回（3名 英会話・書道・おんがく講師）

ふれあい散歩【菖蒲まつりへ行こう】

日時：令和7年6月14日（土）
 場所：北山公園 定員：6名 小雨決行
 費用：出店の買い物代
 時間：13:00 ふれあいの郷集合・出発
 13:20～14:40 北山公園で過ごす
 15:00 ふれあいの郷到着

新東京百景にも選ばれている、北山菖蒲苑の菖蒲まつりへ行きます。
 彩り豊かな菖蒲と、お買い物を楽しみましょう。気温や天気の変化しやすい時期ですので、暑さ対策をしてお越しく下さい。

ふれあい散歩【カラオケで歌おう】

日時：令和7年7月12日（土）
 場所：カラオケバンバン東村山店
 定員：6名 費用：770円（ドリンクバー込）
 10:00 東村山駅東口（志村けんの銅像前）集合
 10:05～12:05 カラオケ♪
 12:10 終了・解散

リクエスト多数のカラオケプログラムです。歌って笑ってストレス解消しましょう。午前中のプログラムとなります。ご予約の際は時間にお気を付けてください。

減災への第一歩 防災訓練のお知らせ

日時：令和7年6月7日（土）時間：11:00～ 場所：ふれあいの郷
 千代田防災さんの指導のもと、消火器の訓練を行います。災害はいつ起こるかわからないもの。いざという時に使えるように、この機会に練習してみませんか。
 そのほか、フリースペースの防災設備の確認をしたり、避難場所である化成小学校までの道を確認します。皆様の参加をお待ちしています。

職員会議のお知らせ

毎月第3火曜日の午前中は、職員会議を実施いたします。
 そのため、以下の時間帯は電話相談が繋がりにくくなる可能性があります。

●6月17日（火）10:00～12:00

●7月15日（火）10:00～12:00

お急ぎでない場合は、午後の時間帯にお電話をかけていただけましたら幸いです。

電話相談についてご協力をお願い

現在、ふれあいの郷では多くの方からの電話相談をいただいております。お電話が繋がりにくい状況となっております。大変申し訳ございません。
 状況により電話での対応時間をあらかじめお伝えさせていただく場合がございます。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

マスク着用についてご協力をお願い

ふれあいの郷では、以下の対策を実施しております。

- フリースペース内、プログラム参加時、職員との面談時は、マスクの着用をお願いいたします。(※着用できない事情がある方は、職員までお声がけください。)
- 来所の際は、検温と手指消毒にご協力ください。
- 体調不良時や、発熱や咳などの症状がある場合は、来所を控えてください。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

投稿コーナー

『転んだ』

今日 道で 転んだ
コンクリートの
たいらな道で

一人 通りすぎた

女の人

知らんぷり

何もせず 声もかけずに

忙しいのかな

心ない人なのかな

コンクリートが

冷たかった

あー 痛かった

わたし 気を付けないと

ともこ

『平成の里の花壇にチューリップが咲きました』



青田房子

『マボロシ 失恋歌』

唇^{くちびる}に 少^{すこ}しだけ

あなたの ぬくもりが

残^{のこ}ってる

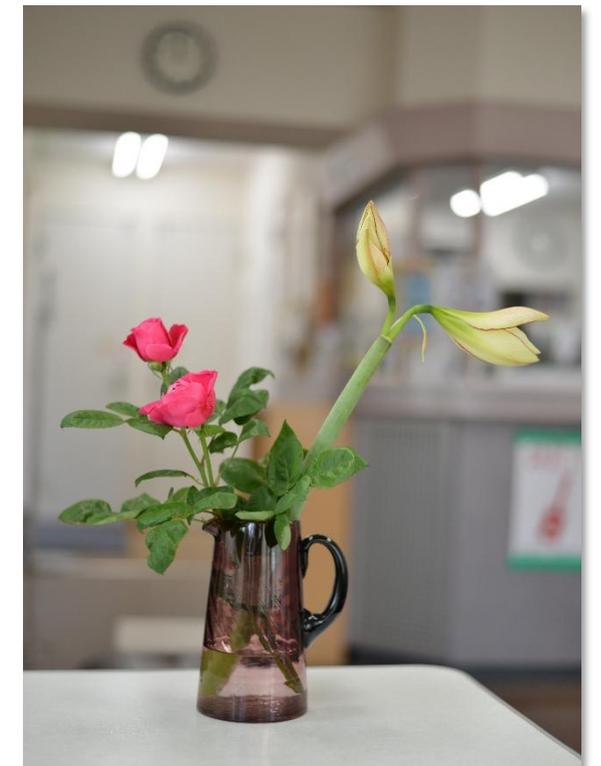
匿名希望

『絵葉書：あした天気になあれ』



加藤初美

『薔薇とアマリリス』



善春奈

【投稿作品募集中！】

ふれあい通信では、写真、作文、詩、イラスト、あらゆる形式の作品をお待ちしています。

郵送・メール・ふれあいの郷に直接持ち込みにてご提出ください。

●注意事項

- ・投稿作品はオリジナルの作品のみです(漫画やアニメのキャラクターのイラストはNGです)
- ・紙面の都合等により、ふれあい通信に掲載されない場合もございます。ご了承ください。