

発行者：社会福祉法人東京援護協会
中村橋福祉ケアセンター

〒176-0072

東京都練馬区光が丘 2-6-1 光が丘第七小学校跡施設

TEL 03-6904-0144（生活介護事業）

03-6904-0145（中途障害者通所事業）

FAX 03-6904-0140（共通）



あいさつ ご挨拶

まいにちあつ 毎日暑くなり、夏本番になってきました。皆さま、しっかり水分補給はされていますでしょうか。
なかむらばしふくし 中村橋福祉ケアセンターは令和6年2月から 光が丘第七小学校跡施設で運営してきましたが、
なかむらばしふくし 中村橋福祉ケアセンターの改修が完了し、今年の11月に中村橋に戻ります。

すうかげつ ひかり おか せいかつ お あと数カ月で 光が丘の生活は終わってしまうのは寂しいですが、準備はすでに始まっています。
あたらしい なかむらばしふくし 新しい中村橋福祉ケアセンターを想像し、中村橋に戻っても安心して生活・訓練できる場にする
ために、楽しみながら利用者の皆さんと一緒に引越しを進めていきます。

なかむらばしふくし 中村橋福祉ケアセンター
しせつちょう 施設長
いまい 今井
かつみ 克

アイシーティー インフォメーション アンド コミュニケーション テクノロジー ICT (Information and Communication Technology) の かつよう 活用について

なかむらばしふくし 中村橋福祉ケアセンターでは、区民で障害のある方を対象に、ICT相談窓口にてコミュニケーションや情報の取得でお困りの方の相談を受けています。
じぜん 事前にメールや電話でお困りごとを確認し、後日来所にて、いくつかの提案事項を実際に ICT
機器に触っていたきながらご紹介させていただきます。

ひとつご紹介します。iPhone、iPad には iOS という OS が搭載されていますが、アクセシ
ビリティという機能が標準装備されており、例えば目が見えない人でも操作できる機能が
最初から使えます。そして「Hey Siri (シリ)」と話しかけるだけで、あらゆる操作が出来ます。
これらは障害者用の特別な機能ではなく、障害者・健常者に関係なく、使いやすくなる
機能であり、誰でも使えるツールになっています。私も関わるまでは知らなかったこと
ですが、知ることによって違った使い方が生まれます。有用な情報を、少しでも皆さんに伝えられ
らと思っています。

ハラスメント研修

7月17日(木)に研修講師の小原俊治氏を招き、職場のハラスメント研修を開催しました。ハラスメントは多種存在し、特にパワーハラスメントについては、業務と特に関わりがあり丁寧に説明を受けました。グループワークでは、いくつかの事例に対しハラスメントに該当するか否かをディスカッションし、理解を深めることができました。ハラスメント防止には特効薬はなく、継続した取り組みがあるのみ、との講師の言葉が印象的でしたが、研修を重ね、職員全体が正しく理解し、ハラスメントを絶対に許さない職場でありたいと思いました。

せいかつしえんがかり 生活支援係
やまさき 山崎
さきこ 早希子

リフレクソロジー

6月4日(水)に職員対象で自分の足を使った「リフレクソロジー体験勉強会」を開催しました。和やかな雰囲気の中、生活介護・だんだんの交流を深める場ともなり、足の反射区（足裏などに体の各器官などに対応する末梢神経が集まっている場所）についても知りました。参加者からは「足が軽くなった気がする」「他部署の方と一緒に歩いてよかった」など声があり、心身のリフレッシュと交流の機会となり、良い時間でした。



校庭の様子

昨年度は校庭で「ラベンダー」や「レモン、ミント」などハーブ系を中心に育てましたが、今年度はピーマン、ミニトマトなど王道の夏野菜からパッションフルーツ、メロン、さくらんぼ、などフルーツ系にもチャレンジしました。利用者の皆様と種植えから水やりをし、日々成長していく姿を楽しみました！ナスやピーマンはのびのびと育ち収穫を楽しんでいます。



ねんめこうりゅうかい 2年目交流会



5月22日(木)に高島平福祉園にて『令和7年度 2年目職員交流会』が開催されました。久しぶりに同期の方々にお会いし、『今、困っていることや悩んでいること』『仕事の楽しさ、やりがいや今後やりたいこと』などについて意見交換をしました。みんなの近況や元気な姿を見ることができ、とても有意義な時間となりました。

せいかつしえんがかり 生活支援係
てるい 照井
けん 健人

編集後記

先月から既に夏日が続いていますね。まだ7月ですが、夏の疲れを感じていらっしゃる方もいるのではないのでしょうか？当センターは11月に中村橋へ戻る予定です。光が丘での最後の夏を堪能し、次号では新しい中村橋福祉ケアセンターでの取り組みをご紹介出来たらと考えております。どうぞお楽しみに！！(^)♪