



令和4年9月から清瀬市梅園の代替施設で事業運営をしてきましたが、新施設が令和6年12月20日に完成し、令和7年2月1日から再び練馬区西大泉で運営を開始しました。設計会社（株）新環境設計）や施工会社（株）三浦工務店）と打ち合わせながら、下記の写真のように工夫をしました。皆様ぜひ見学等でお越しください。

① 外観

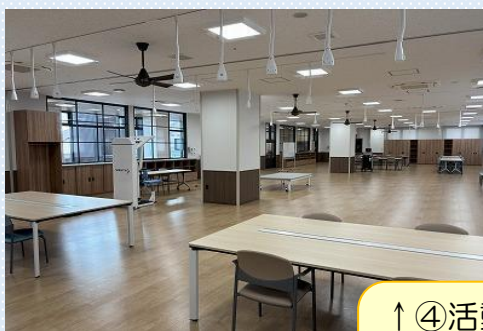


③居室（×50）↓

落ち着いた居住空間づくりを心掛けました

②交流スペース↓

利用者間、家族、関係機関等が自然に触れ合える空間を作りました



↑④活動室

ゆとりある空間づくりにしています

⑤自立訓練室（×4）↓

模擬的なグループホーム環境をつくり、グループホームや単身生活へスムーズに移行できるようにしました



⑥職能評価が行えるように、幕張ワークサンプルを導入しました↓





運動会



今年も 10 月 24 日（木）に HiBDy で運動会を開催しました。

昨年同様、利用者の皆さんには紅組・白組に分かれて頂き、輪投げ・ストラックアウト・ジャベリックスロー・フリースローの 4 種目から好きな競技を 1 種目選び参加していただきました。

競技開始前に各組のキャプテンから一言いただき、熱気あふれた状態でのスタートとなりました。今年は紅組が優勝し、見事に昨年のリベンジを果たしました。

参加した皆さんより楽しかったとのお言葉をいただき、入賞できなかった利用者も笑顔が見られ皆様満足していただけた様子でした。



ナイス、シュート!!



紅組、優勝おめでとうございます!!



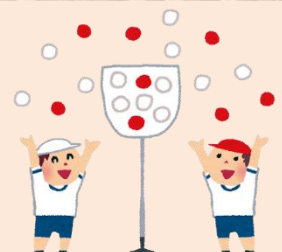
メダル、ゲット!!



目指せ! 高得点!



天まで届け~





忘年会行事



12月12日にHiBDy忘年会・食事会を開催致しました。
今回の行事食は利用者様からリクエスト多かったお寿司を提供させていただきました。
皆様、美味しいととても喜ばれていました。
午後からはお楽しみ会としてパフォーマーの「あんざいのりえ」さんをお招きしました。
素敵なアコーディオン演奏とトークで会場を盛り上げてくださいました。
忘年会では毎年恒例で職員と利用者による寸劇を行っています。今年は「ベルサイユのばら」
を元にした劇を上演し、派手な衣装とメイクで会場は大爆笑に包まれました。
今年は清瀬の施設のお別れ会も兼ねて、清瀬での思い出をスライドショーで振り返りました。
お楽しみ会後にはおやつとしてケーキを提供いたしました。
利用者の皆様も笑顔で素敵な1年の締めくくりとなりました。



今年の行事食は豪華!!



乾杯! 今年もお疲れ様です。



アコーディオンの弾き語り〜♪



お寿司、いただきま〜す



ケーキ、最高です!



私たち、ヒブディ歌劇団です!!



職員紹介



はじめまして。昨年 11 月より入職しました兎澤友里恵と申します。
私は人と関わることが好きで理学療法士という職に就きました。HiBDy では主に、障害がある方が生活の選択肢を増やすための支援に携わります。ご縁に感謝しながら、日々精進してまいります。よろしくお願いいたします。



昨年 12 月より入職しました生活支援員の姫野紘一と申します。
好きな食べ物はラーメンで、休日は食べ歩きをしています。
支援員のお仕事は初めてで不慣れな点も多いですが、利用者の皆様が笑顔で安心して過ごしていただけるよう努力して参ります。



初めまして 清水淳子です。
今年 1 月から HiBDy Tokyo で縁あって働かせてもらってます。
今、私のハマってることをみなさんに紹介します。
歌手 6 人グループ【いれいす】という 2.5 次元アイドルです。めちゃくちゃ面白く歌のうまいグループなので、もし興味のある方がいましたら私まで声を掛けてください。一緒に推し活しませんか？こんな私ですがよろしくお願いします。

自立利用者様 退所後の様子

M様 60代男性 記憶障害、遂行機能障害

寡黙で、ご自分の世界をお持ちの M さん。退所後はグループホームに入り、通所の生活介護施設に毎日通われ、プログラムにまじめに取り組まれているそうです。

F様 60代男性 失語症

うまく話せなくても、持ち前の明るさと気配りで皆さんと打ち解けておられました。ヒブディ卒業後は自宅に戻り、就労移行支援のパン屋さんで週 5 日働いています。趣味のカメラも、引き続き素敵な写真を撮っていただきたいですね。

栄養士からひとこと…

『痩せたい』と思ったとき、多くの人が運動を始めると思います。でも運動だけで体重減少を目指すのは大変です。

例えば、体重 60 kg の人が 30 分間のジョギングをした場合、消費カロリーは約 200～300kcal 程度です。これはおにぎり 1 個（約 200kcal）や菓子パン 1 個（約 300kcal）と同程度です。食べ過ぎた分を運動だけで消費するのは非常に大変です。

運動が無駄というわけではありません。運動をせずに、食事制限だけを行うと、脂肪とともに筋肉も落ちてしまいます。またウォーキングのような有酸素運動には食欲抑制や血圧を安定させる効果があります。健康的に痩せるためには食事と運動を組み合わせることが大切です。



- * 利用者様と交流して下さる方を募集しています。
- * 日中活動の補助(近隣散策・レクリエーション等)
- * 詳細はボランティア担当まで