



発行所：特定非営利活動法人 K I T A R U

就労支援センター K I T A R U

〒180-0006 武蔵野市中町 1-19-2 矢島ビル 201 号室

TEL：0422-36-3577

E-mail : npo@kitaru.or.jp

## 生活訓練のプログラム「梅ジュース作り」6月10日

作業体験プログラムの内容は、メンバーと話し合っていて決めています。今回、「季節を感じる手仕事をしよう」と話し合い、メンバーの「おじいちゃんが作ってくれていました」という声から“梅ジュース作り”を行いました。日々変化していく青梅の様子に、来所する楽しみがひとつ増えました。



梅についている  
ヘタを竹串で取る  
作業している  
ところです



ビンに梅と氷砂糖  
を交互に詰めてい  
るところです



仕込み終了。エキスが  
出るのを待ちます。  
向かって左側にはリン  
ゴ酢が入っています。



仕込みから約1週  
間後、エキスが  
溜まってきました  
(6/17撮影)

### <参加した感想>

- ・KITARUに入って、早2ヵ月。初めての梅ジュース作りに、挑戦しました。私が担当したのは、梅ジュースに、りんご酢を入れました。200ml。すごく、興味があって、面白かったです。
- ・思った以上に簡単に作業ができて楽しめました！自宅でも、出来そうなのでやってみたいと思います！

## 第5回 通常総会を開催

6/21(土)に第5回の通常総会を開催しました。総会では、2024年度事業報告、2024年度決算、2024年度監査報告、2025年度事業計画、2025年度予算、2025～2026年度の役員体制について承認を得ました。

・今年度、就労支援センターKITARUでは、より魅力のあるプログラム作りを目指していきます。具体的には、就労移行支援では、NPO法人のネットワークを活かしながら様々な就労体験が実施できるように工夫します。また生活訓練では、気づきや楽しさが感じられるプログラムを通して「予定のある暮らし」が送れるようなサポートを心がけます。

・NPO法人としての取り組みは、主にレゴ®シリアスプレイ®メソッドと教材を活用したワークショップやしめ縄づくり等、ワークショップ形式の場づくりを定期的で開催して地域の方々との交流、意見交換を行う機会を企画します。他にも、より多くの方にKITARUの活動を知っていただけるよう、WEBサイトのリニューアルしました。今後もSNSを活用して広報活動にも一層力を注いでいきます。

私たちKITARUの活動は、正会員をはじめ地域の関係者の皆さまからの多大なご支援のおかげであると、改めて感謝申し上げます。

# 7 月予定表 (就労移行支援事業)

	日	月	火	水	木	金	土
10:00			1 ディプログラム 事務G	2 ディプログラム 事務G、キッチンG	3 自習	4 ディプログラム 事務G、キッチンG	5
12:00 13:30			就労に関する勉強会	メンタルヘルスに 関する勉強会	パソコン講座 (PowerPoint)	私に関する勉強会  動画で星空観察 (短冊作り)	MOS(マイクロソフト・ オフィス・スペシャリスト) 資格対策講座
15:15 17:00							
6	7 事務Gミーティング	8 ディプログラム 事務G	9 ディプログラム 事務G、キッチンG	10 自習	11 ディプログラム 事務G、キッチンG	12	
12:00 13:30	パソコン講座 (Excel)	全体会議	清掃体験	パソコン講座 (PowerPoint)	私に関する勉強会		
15:15 17:00					ストレッチ ワーカーズミーティング		
13	14 広報誌作成委員会	15 広報誌作成委員会	16 ディプログラム 事務G、キッチンG	17 自習	18 ディプログラム 事務G、キッチンG	19	
12:00 13:30	パソコン講座 (Excel)	広報誌作成委員会	ビジネスマナーに 関する勉強会	パソコン講座 (PowerPoint)	私に関する勉強会		MOS(マイクロソフト・ オフィス・スペシャリスト) 資格対策講座
15:15 17:00					語り合う会		
20	21 ディプログラム 事務G	22 ディプログラム 事務G	23 ディプログラム 事務G、キッチンG	24 自習	25 ディプログラム 事務G、キッチンG	26	
12:00 13:30	パソコン講座 (Excel)	就労に関する勉強会	清掃体験	パソコン講座 (Word)	私に関する勉強会		
15:15 17:00					ブロックで物語作り ワーカーズミーティング		
27	28 ディプログラム 事務G	29 ディプログラム 事務G	30 ディプログラム 事務G、キッチンG	31 自習			
12:00 13:30	パソコン講座 (Excel)	朝起きるために	ストレッチ	身だしなみ			
15:15 17:00							

## <今月のお知らせ>

- MOS(マイクロソフト・オフィス・スペシャリスト)の資格対策講座のプログラムを  
7月5日(土)、19日(土) 13:30~15:00に行います。
- 7月8日(火)全体会議があります。メンバーの方は、出席するようお願いいたします。
- 7月11日(金) ~14日(月)10:00~19:00 武蔵野市立吉祥寺美術館で  
武蔵野アール・ブリュット2025を開催します。興味のある方は足をお運びください。
- 7月31日(木)パソコン講座がお休みです。「身だしなみ」のプログラムになります。

## <一日のスケジュール>

- 9:30 開所
- 9:45 朝のミーティング  
ディプログラム(木曜自習)
- 12:00 - 13:00 昼休み
- 13:30 - 15:00 午後のプログラム①
- 15:15 - 16:30 午後のプログラム②
- 16:30 閉所

就労支援センターKITARU 0422-36-3577 (電話相談 9:00~17:00まで)

# 7 月予定表 (生活訓練)

	日	月	火	水	木	金	土
10:00			1 作業体験	2 作業体験ミーティング	3 自習	4 私に関する勉強会	5
12:00 13:30			LEGO®カフェ	パソコン講座	衣類に関する勉強会	創作活動の時間 動画で星空観察 (短冊作り)	MOS(マイクロソフト・ オフィス・スペシャリスト) 資格対策講座
15:15 17:00							
6	7 作業体験	8 作業体験	9 作業体験	10 自習	11 私に関する勉強会	12	
12:00 13:30	ウォーキング	全体会議	言葉に関する勉強会	食事に関する勉強会	創作活動の時間		
15:15 17:00					ストレッチ ワーカーズミーティング		
13	14 作業体験	15 作業体験	16 作業体験	17 自習	18 私に関する勉強会	19	
12:00 13:30	ウォーキング	スマホ講座	LEGO®カフェ	住まいに関する勉強会	創作活動の時間	MOS(マイクロソフト・ オフィス・スペシャリスト) 資格対策講座	
15:15 17:00					語り合う会		
20	21 作業体験	22 作業体験	23 作業体験	24 自習	25 私に関する勉強会	26	
12:00 13:30	ウォーキング	スマホ講座	言葉に関する勉強会	メンタルヘルスに関する勉強会	創作活動の時間		
15:15 17:00					ブロックで物語作り ワーカーズミーティング		
27	28 料理	29 作業体験	30 作業体験	31 自習			
12:00 13:30	ストレッチ	SST(対人関係)	ストレッチ	トランプ			
15:15 17:00							

## <今月のお知らせ>

- MOS(マイクロソフト・オフィス・スペシャリスト)の資格対策講座のプログラムを7月5日(土)、19日(土) 13:30~15:00に行います。
- 7月8日(火) 全体会議があります。メンバーの方は、出席するようお願いいたします。
- 7月11日(金) ~14日(月)10:00~19:00 武蔵野市立吉祥寺美術館で武蔵野オール・プリュット2025を開催します。興味のある方は足をお運び下さい。
- 7月28日(月)の料理については参加された方のみが食べられます。

## <一日のスケジュール>

- 9:30 開所
- 9:45 朝のミーティング  
作業体験  
(木曜自習、金曜私に関する勉強会)
- 12:00 - 13:00 昼休み
- 13:30 - 15:00 午後のプログラム①
- 15:15 - 16:30 午後のプログラム②

就労支援センターKITARU 0422-36-3577 (電話相談 9:00~17:00まで)

# KITARU あるある

## ～昼休みの過ごし方～

- 「昼休み、どう過ごせばいいんだろう…」と休憩について困っている方もいらっしゃるかもしれません。そこで KITARU のスペース、過ごし方について紹介します。
- KITARU には、テレビが設置されているところ、大きな窓がある開放的なスペース、一人で落ち着いて過ごせるスペースがあります。
- 昼休みは、お昼を食べながら番組を楽しむ方もいれば、静かに食事をする人、落ち着いて過ごせる椅子に座って、本を読んだり、ゆったりと休憩をとる方、パソコンやゲームを楽しんで過ごす方等、様々な過ごし方があります。
- 最近では、連続テレビ小説を観る方が増えており、何気ない会話のきっかけになることもあります。



## 新規登録者の募集

就労移行支援、生活訓練ともに、新規登録者を募集しています。見学、体験も可能です。いつでもお気軽にご連絡ください。

皆様からのご連絡をお待ちしております。

**募集中!**



## SNS について

- KITARU の活動につきましては、X(旧 Twitter)にて随時発信しております。ぜひご覧いただけますと幸いです。→アカウント名:@npo\_kitaru
- また、代表理事・森が行っている「no+e」でも、発信をしています。ご利用を検討されている方や、見学・体験を迷われている方、さらには他事業者の皆さまにもご参考いただける内容となっておりますので、ぜひご一読ください。

## ご寄付のお願い

個人や企業の方からのご寄付を随時、受け付けております。いただいた寄付金は、NPO 法人 KITARU で開催するイベント等、運営に係わる費用として使用いたします。ご支援を心よりお待ちしております。

※ご寄付にご協力して頂ける方は、KITARU の公式 HP よりお願いいたします。

## レゴ®ブロックの寄付

KITARU では、タワーズマルシェにて、子どもたちがブロックで遊べるブースを出展しています。ご寄付いただいたブロックは、タワーズマルシェのブースでも活用しています。



## ★アクセス



WEB も  
ご覧ください