



KITARU's COMPASS

1月号
NO.12

発行所：特定非営利活動法人 KITARU

就労支援センター KITARU

〒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



2026 年もよろしくお願ひします。

～2025 年 1 年を振り返り～

～KITARU のメンバーの今年の抱負～

去年は、さまざまな変化があり、行事やプログラムも新しい取り組みが増えた一年でした。

大きな変化

- ・生活訓練が始まった。
- ・スタッフが増えて、サポート体制がより充実した。
- ・生活訓練の開始に伴い、室内のレイアウトを変えました。

KITARU の行事

- ・お花見会(4 月)
- ・MUSASHINO BLOCK FARM
(7 月、8 月、9 月、10 月、11 月、12 月)
- ・納涼会(9 月)
- ・MUSAHINO BLOCK CAFE
(11 月)

プログラムの変化

- ・非常勤スタッフによる専門的なプログラムが増え、学びの幅が広がった。
- ・午後②のプログラムでは、メンバーからの提案をきっかけに、運動系や創作系など、さまざまな内容に広がった。

- ・ウォーキングをしたり、野菜を食べたりして健康に暮らす。
- ・継続力をつける。
- ・来年も多くの人と沢山会話して、自分と他の人を知って、たくさん行動する。
- ・心身の健康管理(運動習慣や食事、睡眠)
- ・良い企業を見つける。
- ・就職に問題ない程度に心身を安定させる。
- ・絵とドリルです。
- ・買いたいものを買うように金銭管理をしっかりする。
- ・就職するぞ。
- ・自分に合った職に就きたい。
- ・1 年間、美しさを大切に、心と体を磨こうと思う。

生活訓練

言葉に関する勉強会



毎月第 2 週目と第 4 週目の水曜日の午後に実施しております。ペン字、俳句・川柳などの言葉にまつわることを楽しく学んでいます。最近、自分の好きなもの(趣味など何でも)をメンバーの前で語る即興プレゼンテーションを始めました。

【感想】

- ・デジタル以外での文字を書く機会が少なくなってしまった今の時代に、アナログで字を書く時間はデジタルとは別の没頭できる感覚を養えると思いました。
- ・川柳や俳句など、普段やらないことをするので、いい体験ができて良いなと思います。

川柳をみんなで考えているところです。



就労移行

事務グループ



■“毎日の業務”について

事務グループは、午前中に行っており、事務系の仕事を想定した作業を体験してもらうプログラムです。プログラムの最初に、“毎日の業務”から始めます。

毎日の業務には、「新聞をラックに挟む」「防災点検表の確認」「加湿器のタンクの水交換」「トイレ前の床や洗面台の清掃」などがあり、メンバー同士で声をかけあいながら、手分けして取り組んでいます。

防災点検表のチェック



消火器 4 か所の使用期限が切れていないか、ピンが刺さっているかの確認をしています。使用期限が切れそうなときは、スタッフに報告します。

洗面台掃除

洗面台はクリーナーを吹きかけたスポンジでこすり、ふきんで拭きます。床はマイバットを吹きかけ、シートをつけたワイパーで拭きます。



1 月予定表 (就労移行支援事業)

日	月	火	水	木	金	土
10:00				1	2	3
12:00 13:30						
15:15 17:00						
4	5	6	7	8	9	10
10:00	すごろく	移行team会議	ディプログラム 事務G、キッチンG	自習	ディプログラム 事務G、キッチンG	
12:00 13:30	初詣(延命寺)	就労に関する勉強会	就労体験(清掃)	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					年賀カード作り ワーカーズミーティング	
11	12	13	14	15	16	17
10:00		ディプログラム 事務G	ディプログラム 事務G、キッチンG	自習	ディプログラム 事務G、キッチンG	
12:00 13:30		全体会議	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	
15:15 17:00					※15時閉所	
18	19	20	21	22	23	24
10:00	広報誌作成委員会	広報誌作成委員会	ディプログラム 事務G、キッチンG	自習	ディプログラム 事務G、キッチンG	
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	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					かるた&福笑い	
25	26	27	28	29	30	31
10:00	ディプログラム 事務G	ディプログラム 事務G	ディプログラム 事務G、キッチンG	自習	ディプログラム 事務G、キッチンG	
12:00 13:30	パソコン講座 (Excel)	就労に関する勉強会	就労体験(清掃)	パソコン講座 (word)	私に関する勉強会	
15:15 17:00					新年会	

<今月のお知らせ>

- 年始休みは1月4日(日)までです。
- 1月5日(月)はAMすごろく、PMは初詣の予定です。
- 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1月10日(土)、24日(土)13:30~15:00に行います。
- 1月13(火) 13:30~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。
- 1月16日(金)はスタッフの研修のため15時に閉所します。
- 1月19日(月)午前、20日(火)終日に広報誌作成を行う予定です。
- 1月30日(金)は18時から新年会です。午後②の時間は、新年会の準備をします。
- ディプロミーティングの名称を「移行team会議」に変更しました。
事務Gを含め、就労移行のプログラムについて話し合います。
メンバーの方は参加をお願いします。

<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)

1 月予定表 (生活訓練)

日	月	火	水	木	金	土
10:00 12:00 13:30 15:15 17:00				1	2	3
4	5 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	6 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	7 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	8 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	9 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	10 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00
	すごろく	備品管理業務	作業体験	自習	私に関する勉強会	
	初詣(延命寺)	くらしラボ	LEGO®カフェ	暮らしに関する勉強会	創作活動 年賀カード作り ワーカーズミーティング	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
11	12	13 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	14 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	15 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	16 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	17 10:00 12:00 13:30 15:15 17:00
		生訓team会議	作業体験	野外活動 国立科学博物館 「大絶滅展」	私に関する勉強会	
		全体会議	言葉に関する勉強会		創作活動 ※15時閉所	
18	19	20	21	22	23	24
10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	作業体験	料理	作業体験	自習	私に関する勉強会	
	ウォーキング	PC作業体験	LEGO®カフェ	設備管理義務	創作活動 かるた&福笑い	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
25	26	27	28	29	30	31
10:00 12:00 13:30 15:15 17:00	作業体験	作業体験	作業体験	自習	私に関する勉強会	
	ストレッチ	ボードゲーム	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 新年会	

<今月のお知らせ>

- 年始休みは1月4日(日)までです。
- 1月は、プログラム等の都合により、備品管理業務を1月6日(火)の午前中に行います。
- 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、1月10日(土)、1月24(土)13:30~15:00に行います。
- 1月13日(火)午後に全体会議があります。
メンバーの方は、参加するようお願いいたします。
- 1月16日(金)はスタッフの研修のため、15時に閉所します。
- 1月30日(金)は18時から新年会です。
午後②の時間は新年会の準備をします。
- 作業体験ミーティングの名称を「生訓team会議」に変更しました。
作業体験も含め生活訓練のプログラムについて話し合います。
メンバーの方は参加をお願いします。
- 「衣・住の勉強会」を「暮らしに関する勉強会」に改めました。

<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
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)

見学から KITARU 利用までの流れ

見学

どのように利用したいか、希望や生活状況を伺いながら、KITARU の説明や室内の見学をします。

ご本人だけでなく、ご家族などの同伴者とご一緒に来所いただけます。

★当日、メンバーから、お話を聞くことも出来ます。

体験通所・振り返り面談

3～5 日間程度の体験通所をする事が出来ます。また、体験利用は、生活訓練・就労移行のどちらも選択することが可能です。

★体験の日ごとに振り返りをし、体験中の質問や不安に、その都度お答えします。

利用申請と契約

居住地となる区や市町村へ利用申請をしていただき、受給者証の発行をもって、利用契約を行います。

申請手続きについてもご相談・お伝えします。

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 の活動は、X(旧 Twitter)にて随時発信しております。ぜひご覧ください

→アカウント名:@np0_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お気軽にご覧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。

URL : https://note.com/shintaro_u_u

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

11 月 30 日(日)11 時～16 時、「タワーズマルシェ@むさしの」が開催され、レゴ®ブロックを使ったブースを出展しました。ご寄付頂いたブロックで、たくさんの子供が楽しく遊ぶことが出来ました。

ご家庭で使わなくなったレゴ®ブロックの寄付を受け付けております。どうぞ、お気軽にご連絡ください。



編集後記

広報誌をいつも読んでいただきありがとうございます。昨年、KITARU ではさまざまな変化がありました。また、多くの方々と関わる事ができ、非常に充実した一年となりました。

今後も地域とのつながりを大切に、引き続き多くの方々のご協力を得ながら、より充実した KITARU にしていきたいと思ひます。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。

