



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

SNSもやっていますので

良ければこちらもお覧ください。



HP



no+e



行事(お花見)

4月3日(金)18時~20時に、井の頭公園へお花見に行きました。スタッフ、0B・0Gも含めて12人が参加しました。食べ物や食器の買い出しする人と、場所取りをする人に分かれて準備をしました。レジャーシートを敷いて、そこでおにぎりなどを食べながら桜を見ました。

【感想】

- ・人生で初めての花見でしたが、綺麗な桜の写真を撮る人や、コミュニケーションをとる人もいて、思い出を共有する大切さを感じました。準備、食事、片付けも一緒に協力して楽しむことができました。桜の花びらは新しい物事の訪れを感じました。
- ・天気も良く、混んでいなかったのが楽しいお花見が出来て良かったです。
- ・日頃、あまり会話が出来ないスタッフと親睦を深めることが出来て良かった。
- ・夜空はきれいで眺めるのが楽しく、夜のお花見もよその人とのお花見も初めてだったので、楽しい夜空を見る良い経験になりました。帰り、井之頭公園からKITARUまで徒歩で帰って良い運動になりました。
- ・みんな和気あいあいでした。



生活訓練

料理

生活訓練では、毎月第3火曜日の午前のプログラムで、お昼ご飯を一緒に作ります。各自350円払って(プログラムに参加しないメンバーやスタッフも350円で食べられます)、人数分の材料を計算して買い物へ行き、調理を分担して作ります。献立は生訓 team 会議でメンバーが、アイデアを出し合って決めていて、いつも失敗がありません。

みんなで一緒に作る食事は、買って食べる品よりも、断然、美味しいです。また、自分の食べたい献立にも挑戦できるので、生訓 team 会議の時にはぜひ提案してみることをお勧めします。旬の食材を使ってのお料理も楽しめるので、季節の変わり目を感じたり、参加すると何かしら自分にメリットがあります。



就労移行

自習

毎週(木)10時~11時半に自習のプログラムを行っています。

メンバー一人ひとりの状況や目的に合わせて、パソコン講座やMOS資格対策講座の復習、履歴書など就職に向けた書類作成、読書などを行っています。他にも日々の取り組みとして、1週間を振り返りながら日記を書いたり、自分の仕事や家族のことを思い返しながら日記としてまとめるなど、自己理解や振り返りを行っている人もいます。

メンバーは課題に集中して熱心に取り組んでいる為、疲れ過ぎないようにスタッフが見守る中、自主的に心身の状態をコントロールして適宜休憩を取るようにしています。そのことが実際に就職したときに疲労しないための体調維持の練習にもなっています。

このようにメンバー一人ひとりが自習の中で目的に応じた時間の使い方を選べる柔軟性があることがKITARUの特徴であり良いところだと思います。



5 月予定表 (就労移行支援事業)

	日	月	火	水	木	金	土
						1 ディプログラム 事務G	2
午後①						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
午後②						記憶力デッサン	
	3	4	5	6	7 自習	8 ディプログラム 事務G	9
午後①					パソコン講座 (PowerPoint)	私に関する勉強会	
午後②						ロープの結び方講習 ワーカーズミーティング	
	10	11 移行team会議	12 ディプログラム 事務G	13 ディプログラム 事務G	14 自習	15 ディプログラム 事務G	16
午後①		パソコン講座 (Excel)	全体会議	就労体験(清掃)	自宅以外の過ごし方 を知る(図書館)	私に関する勉強会	
午後②						ステレオスピーカーで聴こう	
	17	18 広報誌作成委員会	19 広報誌作成委員会	20 ディプログラム 事務G	21 自習	22 ディプログラム 事務G	23
午後①		パソコン講座 (Excel)	広報誌作成委員会	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
午後②						レゴ®ブロックでストーリー 作り	
	24/31	25 ディプログラム 事務G	26 ディプログラム 事務G	27 ディプログラム 事務G	28 自習	29 ディプログラム 事務G	30
午後①		パソコン講座 (Excel)	就労に関する勉強会	ビジネスマナー	パソコン講座 (Word)	私に関する勉強会	
午後②						パワポで自分の好きなものを 発表 ワーカーズミーティング	

<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5月2日(土)、23日(土)13:30~15:00に行います。
- 5月12日(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。
- 5月14日(木) PMのPC講座がお休みで、「自宅以外での過ごし方を知る(図書館)」に変更しています。場所は図書館です。
- 5月30日(土) 11時~16時タワーズマルシェ@むさしがあります。

<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

5 月予定表 (生活訓練)

日	月	火	水	木	金	土
					1 私に関する勉強会	2
午後①					創作活動	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
午後②					記憶力デッサン	
3	4	5	6	7 自習	8 私に関する勉強会	9
午後①				暮らしに関する勉強会	創作活動	
午後②					ロープの結び方講習 ワーカーズミーティング	
10	11 作業体験	12 生訓team会議	13 作業体験	14 自習	15 私に関する勉強会	16
午後①	備品管理業務	全体会議	障害者手帳で使える割引	食に関する勉強会	創作活動	
午後②					ステレオスピーカーで聴こう	
17	18 作業体験	19 料理	20 作業体験	21	22 私に関する勉強会	23
午後①	ウォーキング	PC作業体験	言葉に関する勉強会	野外活動 (国立科学博物館&美術館)	創作活動	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
午後②					レゴ®ブロックでストーリー作り	
24/31	25 作業体験	26 くらしラボ	27 作業体験	28 自習	29 私に関する勉強会	30
午後①	ストレッチ	作業体験	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	
午後②					パワポで自分の好きなものを発表 ワーカーズミーティング	

<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、5月2日(土)、23日(土)13:30~15:00に行います。
- 5月12日(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。
- 5月26日(火)は、午前中にくらしラボになります。
- 5月30日(土)11時~16時タワーズマルシェ@むさしがあります。

<一日のスケジュール>

9:30	開所
9:45	朝のミーティング 作業体験(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

就労体験

KITARU では、関わりのある方々からお仕事をいただき、実際の仕事を体験できる機会を用意しています。メンバーの目的に合わせてこちらで体験先を探し、軽作業やデータ入力などの PC 作業、資料の PDF 化など様々なお仕事に取り組むことができます。時間は 1~3 時間程度の短時間、期間は 1~2 日間で行っています。

初めての方でも、丁寧に教えてもらいながら取り組みます。

こうした就労体験を通して、自分の得意な作業や苦手な作業に気づき、どんな働き方が自分に合えるきっかけにもなります。また、体験の中で外部の人とコミュニケーションをとる良い機会になります。



見学から KITARU 利用までの流れ

問い合わせ

見学やご質問などがございましたら、お気軽にお電話またはメールにてお問い合わせできます。

TEL: 0422-36-3577

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・お手伝いします。

クラウドファンディングのご支援をありがとうございました！

このたびはクラウドファンディングに温かいご支援を賜り、誠にありがとうございました。皆さまのおかげで、NEXT ゴールである 100 万円を達成することができました！！最終的に 107 名の方々からご支援をいただき、総額は 1,154,000 円となりました。

たくさんの応援に、心より感謝申し上げます。お預かりしたご寄付は、プロジェクト実現のため大切に活用させていただきます。今後どうぞよろしくお願いいたします。



プロジェクトページはこちら！



新規登録者の募集！！

KITARU では、生活リズムを整えたり、人との関わり方を学ぶところから、就職に向けた準備まで、一人ひとりのペースに合わせてサポートしています。働きたい気持ちはあるけどすぐに動き出すことに不安がある方、働くことに自信をつけていきたい方、相談しながら就職活動に取り組みたい方等、見学・体験を受け付けているので、まずはお気軽にご相談ください。

開所時間：月～金(土日祝は休み)9:00~17:00
(TEL: 0422-36-3577 E-mail: npo@kitaru.or.jp)



編集後記

5月号を読んでいただきありがとうございます。4月10日(金)の相互交流プログラムでは、「鯉のぼり作り」に取り組みました。鱗には一人ひとりが願い事を書き込み、色や形も自由にデザインしたことで、個性あふれるユニークな作品に仕上がりました。壁に飾り付けた鯉のぼりは、参加者それぞれの思いが重なり合い、とても温かい雰囲気をつくり出しています。

普段関わりの少ないメンバー同士の交流も自然と生まれ、コミュニケーションの広がりを感じられる時間となりました。

今後も「KITARU's COMPASS」をよろしくお願いいたします。

