



2025 年 3 月 31 日(月)発行

4月号
NO.3

KITARU の広報誌作りは、通所しているメンバーの声も届けたく、
スタッフとメンバーが一緒になり作成しています。

まさに春爛漫、心も華やぐ季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか？KITARU は、今年の 4 月から4年目に突入しました。就職活動を頑張っている人も多くいます。
今年も、さらに皆様にとって魅力ある KITARU を目指して参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

<活動報告>

<DiverCity Musashino Forum2025>

多様性について学び、交流する一日を得ることが出来ました。

- ・高田さんの話では、アメリカでは発達障害の方が COOL(かっこいい)といわれるぐらい配慮を受けながら仕事をしていると話がありました。
- ・増本さんの話では、自分が障害者となった時、受け入れるまでにいろいろなステップを踏んでいくとのことでした。
- ・森さんの話では、法定雇用率は大企業では達成しているが、中小企業ではまだ達成していないとのことでした。



<武蔵野マルシェでの活動>

年に5回開催される、「タワーズマルシェ@むさしの」に、KITARU はお子様が無料で、レゴブロックで遊ぶブースを設置しています。



3 月 29 日(土)のマルシェは残念ながら、雨で中止でした。☔

<予定行事>

お花見

4 月 4 日(金)に恒例の井之頭公園で、お花見を開催する予定です。
メンバーやスタッフそして OB、OG が交流できる楽しい行事です。



<お知らせ>

4月から自立訓練(生活訓練)を開始しました！！

詳細は 2 ページ目をご参照ください。

自立訓練（生活訓練）

4月からの生活訓練の開始に向けて、メンバーと一緒にプログラムを考えたり、生活訓練を行っている事業所さんの見学会を行ったり、広報活動にも力を入れています。KITARUでの生活訓練についてみんなに知ってもらいたいと思い、以下、メンバーさんが書いてくれました。

生活訓練とは？

福祉サービスの一つで自立した日常生活を送るためのサービスです。特に障害を持つ人が自分の力で生活できるように支援するためのサービスです。

そして生活訓練には利用者が事業所に通う通所型とスタッフが自宅まで訪問してくれる訪問型があります。

KITARUでの生活訓練は利用者が事業所まで通う通所型で生活に役立つことを教えてくれるプログラムがあります。

生活訓練の利用者は引きこもり経験がある方が社会復帰を目指したり、一人暮らしを目指す方が金銭管理や家事について学びに来ます。

KITARUでの生活訓練の魅力

KITARUは生活訓練と就労移行支援の多機能型なので就労移行支援の利用者とも関わる機会があるため実際の就職活動についてリアルな話を聞くことができ、就活のイメージを具体的に持ちやすい環境になっています。

そして生活訓練から就労移行支援へのスムーズなステップアップをサポートします。慣れ親しんだ環境でサービスを継続利用できるため、安心して新たな一歩を踏み出せます。

これから KITARU の生活訓練を通われる方の声

「私は小説家をしています但執筆は基本的に自宅で行うため、どうしても引きこもりがちになってしまい、人と話す機会が減ることに不安を感じていました。そんな時に生活訓練の存在を知り利用をきめました。KITARUの生活訓練では日常生活のスキルを学ぶだけでなく人とのコミュニケーションの場としても利用したいと思っています」

ぜひ気軽に見学に来てください！

メンバーM.K



4 月予定表 (生活訓練)

日	月	火	水	木	金	土
		1 作業体験	2 作業体験	3 自習	4 創作活動の時間	5
10:00						
12:00						
13:30		パソコン講座	LEGO®カフェ	衣類に関する勉強会	ストレッチ	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					行事(お花見)	
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
10:00						
12:00	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	
13:30					語り合う会	
15:15					ワーカーズミーティング	
17:00						
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
10:00						
12:00	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
13:30					ストレッチ	
15:15						
17:00						
20	21 作業体験	22 作業体験	23 作業体験	24 作業体験ミーティング	25 脳トレ (クロスワード、ナンプレ等)	26
10:00						
12:00	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	
13:30					ウォーキング	
15:15					ワーカーズミーティング	
17:00						
27	28 ディプログラム 事務G	29	30 ディプログラム 事務G、キッチンG			
10:00						
12:00	ストレッチ		ペン習字			
13:30						
15:15						
17:00						

<今月のお知らせ>

今月から生活訓練が開始しました！！

- 4月4日(金) 17:30～井之頭公園にて行事(お花見)を行います。
- 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
4月5日、4月19日(土) 13:30～15:00に行います。
- 4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。

<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)

就労移行支援事業について

KITARU での就労移行支援事業は皆さまのおかげで早 3 年経過しました。もっと KITARU で行っている就労移行事業の雰囲気を皆様に少しでも知ってもらえるように、メンバーからの声をお届けします♪

“ 就労支援センターKITARU では「働きたい」を支える支援を目指して、スタッフ、メンバーが互いに助け合い、相互に交流をとりながら活動しています。

数ある就労移行事業の中でも、KITARU では、主に

精神障害や発達障害、軽度知的障害を持つ利用者が対象とされて支援活動が行われています。

メンバーも一人一人がみずから就労を目指し、考える時間や能力を育んでいます。

それに加え、就職活動の為“だけ”のスキルアップではなく、

自分自身の心と向き合い、成長できる環境づくりをメンバー、スタッフ共にしています。また、メンバーは自分自身を知る時間を作っています。

さらに、KITARU は働くことや働いてからの不安に寄り添ってくれており、「働くこと」で生じる不安を軽減するための支援にも重点を置いてくれています。

KITARU の基となっている「聴く」と「語る」を常にプログラム決定時や日々の悩みが生じたときに（「聴く」と「語る」が）できる環境が整えられています”

就労支援センターKITARUに通いはじめたのが去年の1月で、1年では就職することはできませんでしたが、

担当の森さんの「就職活動をし続ければ就職はできる」という言葉を信じ、

毎回面接のたびにQ and Aを更新し続け、面接を繰り返していくうちに書類選考や面接が通るようになり、ついに就職することが出来ました。

就労支援センターKITARUで学びは就職活動だけに収まらず、自分を見直す力になりました。感謝しています。



令和6年度卒業メンバーの声

4 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 「昨年度の振り返り」	メンタルヘルスに 関する勉強会 「リラクゼーション法」	パソコン講座 (PowerPoint)	ストレッチ	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					行事(お花見)	
6	7 ディプログラム 事務G	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	就労体験(清掃)	パソコン講座 (PowerPoint)	私に関する勉強会	
15:15 17:00					語り合う会 ワーカーズミーティング	
13	14 ディプログラム 事務G	15 ディプログラム 事務G	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)	就労に関する勉強会 「自分に合った 働き方を考える」	ビジネスマナーに関する 勉強会 「身だしなみについて」	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					ストレッチ	
20	21 広報誌作成委員会	22 広報誌作成委員会	23 ディプログラム 事務G、キッチンG	24 ディプロミーティング	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)	広報誌作成委員会	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					ウォーキング ワーカーズミーティング	
27	28 ディプログラム 事務G	29	30 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)		生活リズムの整え方			
15:15 17:00						

<今月のお知らせ>

- 4月4日(金) 17:30～井之頭公園にて行事(お花見)を行います。
 - 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
4月5日、4月19日(土) 13:30～15:00に行います。
 - 4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。
- 【プログラムの変更について】
- 今月から新しいプログラムが増えます。(・広報誌作成委員会、・私に関する勉強会)
 - 今月からディプロミーティングが第4週木曜日の午前中になります。
 - メンタルヘルス勉強会と精神保健福祉に関する勉強会が「メンタルヘルスに関する勉強会」として統一しました。また、ビジネスマナーとSSTも「ビジネスマナーに関する勉強会」として統一しました。

<一日のスケジュール>

- 9:30 開所
- 9:45 朝のミーティング
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)

見学者募集

利用者や事業所の方の見学を募集しています。見学以外のお問い合わせも受け付けております！！

※見学を希望している方やお問い合わせのある方は、お気軽にお問い合わせください。

★連絡先は、下記の電話番号もしくはメールにてお願いいたします。

★下に記載の SNS もぜひ参考にしてください！

ボランティア募集

KITARUの活動に興味があり、お手伝いをしてくださる方、募集しております。

趣味を活かしてプログラムを行いたい方など、KITARU に興味がある方は是非、お気軽にご連絡ください。

寄付のお願い

KITARU では、寄付を頂ける個人や企業の方を募集しております。

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させていただきます。

※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。



SNS について

X を投稿しており、活動などを掲載しておりますので、ご覧になっていただけると幸いです。

アカウント名: @npo_kitaru

☆また代表理事の森が “no + e” を始めました。ご利用を検討してくださっている方や見学、体験を迷われている方、福祉に関わる事業をされている方まで広くご覧いただける内容です！

URL: http://note.com/shintaro_u_u

ご意見募集中

次月号以降も KITARU の活動や、プログラムについて紹介していきますので、

KITARU 's COMPASS に載せてほしい記事がありましたら、電話かメール、SNS でのコメントで随時受け付けております。

【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

FAX: 0422-38-4776

E-mail: npo@kitaru.or.jp

