



発行日 令和元年9月2日  
発行所 特定非営利活動法人  
フードコミュニティ目黒  
理事長 渥美 昭美  
〒152-0001  
東京都目黒区中央町2-32-5  
スマイルプラザ中央町  
TEL: 03-5768-0707  
FAX: 03-5768-0717  
E-mail: okowa@fc-meguro.com  
http://www.fc-meguro.jp/

## 「障がいのある人々の豊かな地域生活を支えるために」

社会福祉法人森の会理事長・東京学芸大学名誉教授 松矢 勝宏

私たちの社会福祉法人森の会は1975年に知的障がい養護学校の卒業生を受け入れる作業所としてスタートし、2001年に当該法人として認可を受けました。現在は障害者総合支援法による就労継続支援B型作業所のバオバブ、通所生活介護事業のプラタナス、グループホーム（以下GHという。男性2棟・女性1棟）と生活支援センターのオリーブ（移動支援、日中一時支援、居宅介護等）の経営が中心です。開設以来まもなく45年になり、利用者の加齢化と保護者の高齢化が進み、昨年10月に男女2棟のGHを増設しましたが、希望する男性利用者をすべて受け入れることができず、GH併設で男性を対象とするショートステイ事業を間もなく始めます。中期計画としてGHの増設とショートステイの拡充がさらに求められていますが、私たち社会福祉法人の使命は障がいのある人々の住まいの提供のみならず生き甲斐がある地域生活の支援であると考えます。オリーブの開設は余暇活用支援を含む事業を担ってきたNPO法人経営の姉妹施設（6月に解散）を引き継ぐもので、総合支援法ではまかないきれない余暇活用支援（スポーツ、文化・芸術活動、学校卒業後の学びの支援等）のための地域資源の開発という課題に立ち向かうものです。FC目黒は8月にGHを設立され、今後の発展が期待されます。共々に、どうかご支援・ご協力をお願い申し上げます。

## 現在の状況

フードコミュニティ目黒 理事長 渥美 昭美

私共もフードコミュニティ目黒（FC目黒）と同じ目黒区中央町2丁目にグループホームを建設し、8月1日から運営を始めました。利用者の方たちはスタッフの方々に慣れ安心をして生き生きと生活をしています。松矢先生の所でもこれから余暇活動支援を含む事業を展開されるようですが、FC目黒ハウス（グループホーム）の利用者の中には、移動支援を利用してグループホームから近くのスポーツ施設等に通っている方々があります。これからはさらに地域に馴染んで生きがいをもって生活が出来ると思います。

そして、先日目黒区総合防災訓練にFC目黒の吉塚施設長とFC目黒ハウスの利用者とは高橋施設長と私で参加しました。一番体験してよかった事は起震車でした。今回は震度6弱を体験しましたが、かなりの揺れでびっくりでした。改めて、施設に帰って家具の倒壊についてさらにもう一度考えさせられました。11月16日（土）にスマプラフェスタ・わっしょい&防災訓練を行います。この時起震車も来ますのでぜひ皆さんも参加してみてください。

今後とも、通所施設とグループホーム共にスタッフ一同全力で支援していきますので、ご指導ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。

## 新年度が始まりました。

FC目黒施設長 吉塚 晋

今年度が始まって、もう4ヶ月が過ぎました。FC目黒では就労継続支援B型事業と就労移行支援事業に加えて、30年度には就労定着支援事業を始め2年目を迎えました。就労した方が職場に定着して自分らしく働けるよう、FC目黒に来て振り返りをしたり、支援員が職場訪問をしたりして、支援をしています。今年度は就労した8名のうち、3年を経過した利用者もいて、この人たちは定着支援を終え、就労支援センター等の他支援機関に引継ぎを行っています。他機関と連携をとりながら、障害をもつ人達が企業でしっかり働けるよう支援できればと思っています。

さて、FC目黒では今年度8月より、新しく知的障害者のグループホーム（共同生活援助）の運営を開始しました。7月20日には、建設、開設にあたり尽力・協力いただいた、目黒区長をはじめ、区議会の方々、町内会長、区健康福祉部の方々、建築に関わった方々等にお越しいただき開所式を行いました。皆様には心温まる祝辞やお言葉をいただき、お帰りの際には、



FC目黒で作った自慢の赤飯をお渡ししました。続いて5日間程度内覧会を行い、地域の方々や利用者の皆さん、家族、他団体の沢山の皆さんに観ていただきました。

皆様の応援をいただき無事開所することができ感謝申し上げます。今後、FC目黒はグループホームのバックアップ施設としてサポートをおこなっていきますが、法人全体で情報を共有し、利用しやすいより良いサービスを目指していきたいと考えています。

## FC目黒ハウス開所に際して

グループホーム施設長 高橋 國士

8月1日より3名の入居者（利用者）がグループホームへ入居し、新しい生活が始まりました。9月までに他に3名の方が順次入居します。入居前は「困ったことがあったらどうしよう？」と言って親もとから離れて暮らすことに不安や心配のある方もいれば、ホームの入居を淡々と受け止めている方もいて、思いは人それぞれです。

親もとから離れて暮らすということは、親には頼らないで生活していこうということです。自分でできることは自分から行動し、自分からできないことは進んでスタッフ（支援者）にお願いできるようになることも自立のひとつと考えます。

支援者としては、施設長（サービス管理責任者兼務）と世話人、生活支援員がいます。支援者が身の回りのことを手伝い、食事を提供し、相談等も受けます。支援を通じて利用者が安心して暮らしていけるよう努めていきます。

利用者の方々は、日中は福祉的就労として作業をする事業所へ通い、夕方にホームへ帰ります。土日、祝日等は自宅へ帰る方もいれば、ホームを自宅として生活している方もいます。障害のある方が暮らすグループホームは、生活していく施設でありながら地域の中で住宅として存在しています。町内会にも加入させていただき地域の一員になっていけるよう利用者、支援者共々心がけていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。



FC目黒の利用者も内覧会へ



## 利用者の皆さんに聞きました……『休日サービス提供』のこと

フードコミュニティ目黒では、『日頃できない経験をして、みんなと一緒に楽しいひと時を過ごす』を目標に、年間八回休日を利用して『休日サービス提供』の行事を行っています。フードコミュニティ目黒施設内では、七夕や正月遊び(過去は餅つき等も)等の季節行事。講師の方を招いての水墨画体験やマジック体験。参加者みんなが協力しながら作って食べる食事。フードコミュニティ目黒施設外では、水族館、動物園、劇団四季、ジブリ美術館、科学未来館等への外出。また、カラオケやボーリング、ランチ(ビュッフェ)等々、様々な休日サービス提供を行ってきました。

今回は、楽しかったことや印象に残っていること等について、利用者の皆さんに聞きました。

### 印象に残った行事は？

Kさん：「劇団四季の劇場に、『アラジン』や『ライオンキング』を観に行ったのがとても印象に残っています。自分の好きな悪役のキャラクターが出てきたのがとてもうれしかったです。お台場の科学未来館に行って忍者体験ができたのも良い思い出です」

Mさん：「僕も劇団四季で、歌を劇団の人たちや皆と歌えて楽しかった。ジブリ美術館も色々な作品の絵が観れて感動した」

Yさん：「動物園に行ったこと。きりんやゾウやトラやパンダが可愛かった！」

### 楽しみにしていることは？

Tさん：「僕にとってカラオケが毎回楽しみです。普段個人的にカラオケに行くのと違って、皆と一緒にカラオケを出来るのが本当に楽しい。その時に皆で食べる食事でも楽しくて毎回楽しみです」

Uさん：「外に出かけた時の班を組んでの食事が楽しい」

Fさん：「七夕や食事作りが楽しかった！」

Kさん：「今まで作ったことがなかったピザをみんなで作って食べたり、自分で好きな香りのアロマと色を選び紙粘土で飾りを作ったこともすごく楽しかったです」

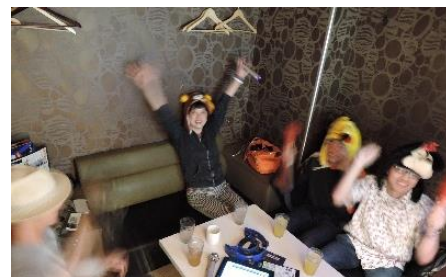
Sさん：「ジャージャー麺を作ったり、餅つきをしたり、凧を作って上げたのが楽しかった！」



『科学未来館』 忍者体験



『作って食べよう!』 ピザ作り



『カラオケ』

### またやりたいことは？

Nさん：「最近私はなかなか参加できませんが、皆と動物園や羽田空港に行ったり、プラネタリウムに行けたことです。また行ってみたいです」

Wさん：「まだ一回しか参加してないけど、カラオケでみんなでデュエットして盛り上がったたり、昼食は班ごとにしゃぶしゃぶを食べたのが楽しかったから、また参加したい」

その他、書ききれないくらい様々な意見や思い出を話してもらいました。今後も利用者さんが一緒に楽しいひと時が過ごせるよう、皆さんの希望も取り入れて計画していきたいと思います。楽しんでもらうことはもちろん、安全に気をつけて、一人一人にとって良い余暇活動になるよう、努めてまいります。そして、利用者の皆さんがFC目黒で生き生きと働くための活力になることを願っています。

## こだわり弁当の紹介

厨房担当 副理事長 牛島 裕子

日頃はFC目黒のお弁当をご愛顧下さいまして、誠にありがとうございます。今では、お弁当事業は皆さまに応援いただき、FC目黒の特長のひとつとなっております。

平成19年当初は、20食程のお弁当作りから始まりました。どこに出しても通用し、皆さんに美味しく食べていただくお弁当作りを目指して今も奮闘中です。

今回は、そんなFC目黒のお弁当のこだわりの一部をご紹介します。

### ★ハンバーグ

ひき肉とともに入れる玉ねぎなど皮をむき、みじん切りにし、手ごね。ひとつひとつのグラムを量り形成しています。中身については企業秘密ですが(笑)、本物の手ごねハンバーグです。ソース類もオリジナルを含め毎回替えていますのでご注目ください。

### ★煮物

昆布と鰹節を使い丁寧にとった出汁で、出汁のしっかりきいた煮物を作っています。具材は、それぞれの野菜を目的に合わせてカットしています。

春には落を下茹でし、スジを丁寧に取り除き調理。夏には大きな冬瓜を適度な大きさにカットして調理、などなど。季節に合わせた野菜を使い、季節感を出すよう工夫しています。

### ★フライ

生パン粉をスタッフがひとつひとつつけて、新鮮な油で揚げています。その結果、衣がサクサクで胸やけしない美味しいフライが出来上がります。

フライドポテトも、じゃがいもをメニューに合わせてカットし揚げています。

### ★副菜

市販の漬物は使わず、素材をひとつずつカットし、おひたし、和え物、サラダなど毎日違うメニューで提供させていただいています。

今回ご紹介したのはごく一部のメニューですが、国産のものを多く使い、冷凍食品は使わないで、着色料食品をなるべく避け、栄養バランスのよい、手作りで季節感のあるおかずをと考えています。ご飯も美味しく食べていただくよう、お米の品質が落ちないように保管し、水加減を細かく調節して炊き上げています。

これからも皆さまに美味しく召し上がっていただけるよう、スタッフ一同努力してまいりますので、引き続きご愛顧のほどよろしくお願いいたします。



\* イベント・サークル・会議等の  
お集まりに、ご予算に応じてお作  
り致しますので、お気軽にご相談  
くださいませ。

■ご注文・お問い合わせ  
電話03-5768-0707  
(9:00~17:00/土日祝休み)

### 安心・安全の厳選素材が自慢です！



宮城県産の環境保全米(減農薬)「ひとめぼれ」  
100%を使用。主菜は、肉または魚をメインに  
和洋折衷バラエティ豊か。すべて手作りで  
おります。

白米弁当 / 670円

赤飯弁当 & 山菜おこわ弁当 / 各770円  
(宮城県産こがね餅米100%使用)



赤飯  
グラムにより300~400円



山菜おこわ



お萩(5個入り)  
450円

※価格はすべて内税となっております