



## 共生社会の実現に向けて

目黒区健康福祉部長 保坂 春樹

フードコミュニティ目黒の皆様には、日頃から目黒区の障害福祉行政にご理解ご協力を賜りまして、厚く御礼申し上げます。

また、私事ではございますが、障害福祉課長の際は、皆様に大変お世話になり、再び地域のイベントや施設のお祭り等を通じて、一緒にお会いできる機会をいただきましたことを感謝申し上げます。

区では、本年3月に目黒区障害者計画(第7期障害福祉計画・第3期障害児福祉計画)を策定し、その基本理念として「誰もが自分らしく輝きながら共に暮らせる社会の実現」を掲げています。

この間、「障害者による文化芸術活動の推進に関する法律」や「障害者による情報の取得及び利用並びに意思疎通に係る施策の推進に関する法律」が新たに制定される等、法整備や様々な制度改正がありました。

区としましても、本計画に示している各施策の推進を図るとともに、障害の有無により分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現に向けて、取り組むことが極めて重要であると考えております。

フードコミュニティ目黒の皆様には、グループホーム「FC目黒ハウス」の開設・運営や区民センターの「おむすびカフェ 米創庵」など、名前の由来にあるとおり、食を通じて皆に幸せを運ぶコミュニティとして、活躍の場を充実してまいりました。

今後とも、障害のある方が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためにご支援いただくとともに、貴法人の益々のご発展と皆様のご活躍を心よりお祈り申し上げます。

## 現状報告

フードコミュニティ目黒 理事長 渥美 昭美

令和6年度4月より障害者総合支援法と児童福祉法の改正が施行され、あわせて障害者福祉サービスの報酬が改正され今回は知的障害や、発達障害のある人達への直接的に影響がある分野も有ります。また、有り難いことに目黒区では本計画に示している各施策の推進と共生社会の実現に向けて取り組む事が重要であるとお考えです。

私共の事業所では、①通所施設「フードコミュニティ目黒」②グループホーム「FC目黒ハウス」③区民センターにあるB型分室「おむすびカフェ米創庵」を運営しています。昨年度の売り上げも良い状況でした。利用者の平均工賃は¥30,243です。

これから利用者の親たちに防災意識を高めるための講演も考えています。今後とも、フードコミュニティ目黒の3事業所の活動にご支援ご協力をお願い致します。



## フードコミュニティ目黒における「食」「運動」「学習」の取り組み

フードコミュニティ目黒 施設長 吉塚 晋

私共の事業所では、利用者が生き生きと社会の中で活躍できる環境を整え提供することがとても大切だと考えています。その中でも利用者一人ひとりが健康で豊かな生活を送るために「食」、「運動」、「学習」が特に重要な役割を果たしています。

まず、「食」ですが、私たちが日々口にするものが安心・安全である必要があります。自主製品であるお弁当、おこわなど、分室のおむすびカフェで提供するメニューも含め料理人や栄養士が研究を重ね体に良い商品を日々考案しています。添加物や化学調味料が多く含まれる食事は、長期的には健康被害を引き起こす可能性があります。ゼロにすることは難しいですがなるべく避け、自然で栄養バランスのとれたものや、発酵食品もとりいれ腸内環境を整えることが大切です。この食事を利用者は、毎日ほとんど残すことなく“おいしい！”と言って食べています。この自主製品は近隣の方々にも注文をいただき配達しています。

次に、「運動」の重要性です。毎日45分程度の運動をしており、身体機能の維持増進、日常生活の向上、集団行動の意識などを目的としています。将来の転倒予防や心の健康にも大きな影響を与えたいと思います。様々な年齢層や身体的な特徴のある利用者がいますが、全体でおこないながらも一人ひとりに合ったプログラムを提供しています。自分たちで考えた動きを皆で真似するといった自主的にこなう運動も取り入れて、毎日よい汗をかいています。

「学習」については、毎日30分程度、言語学習、読み書き、計算をおこなっています。発音、聞き取り、視写をおこなうことで仕事に必要な能力をつけ、コミュニケーションスキルを高め、社会参加を促進することはもちろんですが、中枢を刺激し、脳を活性化、老化防止の効果も期待できます。利用者の皆さんは勉強が大好きで、楽しく取り組んでいます。

このような重要なサービスを提供するためには、福祉職員の存在が欠かせません。しかし、現在、福祉職員の求人難が深刻な問題となっています。このままでは、施設の運営に支障をきたし、利用者の方々に十分な支援を提供することが難しくなります。FC目黒としては、長期的な視点も踏まえ取り組まなくてはならない問題です。

こういった問題を抱えながら、今後も障害者施設における食、運動、学習の重要性を認識し、添加物の少ない健康的な食事の提供、適切な運動プログラムや学習環境の充実に努め、職員一人ひとりができることを考え、行動していきます。

ぜひ、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

### 賛助会員募集

- ★会費は、団体：年額 10,000円 個人：年額 3,000円
- ★ぜひ、ご協力のほどお願いいたします。

\* 振込先 \* 郵便振替口座 00140-9-706649 特定非営利活動法人フードコミュニティ目黒

## マザー牧場への研修旅行(令和5年10月実施)

新型コロナウイルス流行により2019年を最後にしばらく開催を見送っていた研修旅行。まだ完全に終息したわけではありませんが、少し落ち着いてきたということもあり久しぶりに研修旅行を開催することになりました。今回は以前のように一泊研修ではなく日帰り研修になってしまいましたが、それでも久しぶりの研修旅行に利用者さんの皆さんは、大変楽しんでいました。

今回の目的地は千葉県の『マザー牧場』になりました。

研修旅行の数日前から楽しみにしている様子で、利用者さんの中には目的地の事を調べてきたり、当日のバスで行うクイズを考えてくる人もいました。

当日は天気にも恵まれバスの中では、カラオケ大会で盛り上がりました。

マザー牧場に到着してからは利用者の皆さんは、高揚した気持ちを抑えながらそれぞれに楽しんでいました。

事前にFC目黒の活動中に決めた「団体行動を意識する」「あまり大声でおしゃべりしない」等の約束をしっかりと守り、他のお客様への配慮を意識していました。

今回は日帰り研修旅行ということもあり、かなりタイトな時間でしたが動物たちとの「ふれあいエリア」では様々な動物と触れ合い、この牧場でしか見る事の出来ない「子豚のレース」「シープショー」等を楽しく見学しました。豪華な料理を囲んで皆で美味しい食事をしたあとは、わいわいと家族へのお土産を選んだり、遊園地エリアでのアトラクションを楽しんだりとたくさんの事を経験することができました。

参加した利用者の方々は皆とても素敵な笑顔で楽しんでいました。



久しぶりの研修旅行



様々な動物たちとのふれあい

楽しい食事



お土産選び

遊園地のエリア



まだ世間は油断ができない状況ですが、今年度も9月には皆が笑顔で楽しむことができるような研修旅行を実施したいと思っております。

そのためにも、日頃から職員一同利用者一人ひとりにしっかり向き合い、より質の高い支援を行っていきたいと思います。

## 久しぶりスマプラフェスタ開催(令和5年11月実施)

新型コロナウイルスが世間で流行し、催し物が次々と開催を見送られていた昨年の時期、フードコミュニティ目黒の施設がある『スマイルプラザ中央町』で行われていた「スマプラフェスタ」がおよそ4年ぶりに開催が決まりました。

このお祭りは、スマイルプラザ内の各施設の活動内容の様子などを紹介し、地域への周知を促進し、理解と交流を深める目的で開催されております。

久しぶりの開催のため職員、利用者共にとてもやる気に満ちていました。

FC目黒では、今回は例年行っていた喫茶コーナーは設けませんでした。自主製品のお弁当やお萩・赤飯等の販売、会場全体で行っているスタンプラリー押し、建物入り口での焼きそば作りと販売、家族会主催バザー販売を行いました。

利用者の皆さんは、様々な品物の販売で、商品やお金の受け渡しを分担して行い、大活躍しました。



弁当・赤飯・お萩の販売



スタンプラリーのスタンプ押し



焼きそば販売の準備

●●特定非営利活動法人●●  
フードコミュニティ目黒

### お弁当の販売・配達をしています

\* 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。すべて手作りしております。

白米弁当/750円

赤飯弁当&山菜おこわ弁当/各850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

(2個入り) 200円  
(5個入り) 500円

※価格はすべて内税となっております