

つながりを耕す広報誌

SSKP

# ことのは

2026 春号

2026年4月 通巻080号



社会福祉法人

万葉の里



万葉の里HP  
QRコード



特集

## ホットな給食 ほっとする給食

～国分寺市障害者センターの温かい食事～

# 国分寺市障害者センターの 温かい食事

# ホットな給食 ほっとする給食

特集

事業を運営する上で、欠かすことのできないサービスの一つに「食」があります。今特集では、「国分寺市障害者センター」における「給食」の提供について、イベントなど年間通しての取り組みをご紹介します。



## みんなだいすき 年間行事 給食

<p>12月 ランチDeコース</p>	<p>10月 秋のお弁当給食</p>	<p>5月 春のお弁当給食</p>	<p>3月 お楽しみデザート</p>
-------------------------	------------------------	-----------------------	------------------------

そのほかにも障害者センターでは、毎月季節に合わせたメニューを提供しています。

希望の聞き取りの際には、口頭だけでなく、イメージ写真を用いるなど、利用者が選びやすいように視覚的にも工夫をしています。

**自分で選ぶ！セレクトメニュー**

障害者センターでは「セレクトメニュー」という給食を提供しています。

毎月1回、主菜のハンバーグのソースを和風かデミグラスソースから選択したり、コロッケやメンチカツなどのメニューの中から好きな方を選ぶなど、利用者自身で食べたいものを選ぶことができる企画です。

## 2025 ランチDeコース

### メニュー紹介

いただきます!

**ランチDeコース**

「コース料理を疑似体験!」

毎年12月のイベント給食の恒例となっている「ランチDeコース」では、その名の通りコース料理形式で食事を提供します！白シャツと蝶ネクタイ姿に扮した職員が一品一品提供していくスタイルで、今年度も6品の豪華料理を提供いたしました。

12月ということで、クリスマス装飾で気分も高めていきます！



### 作り手の声

障害者センターでは、季節感を大事にした給食を提供しています。献立作成時に旬の食材をなるべく取り入れ、見た目も華やかになるように心がけています。

また、調理時には、食材による加熱時間の違いや、各料理の味のバランス等に気を付けて作っています。

その他にも、利用者のリクエスト給食やお弁当給食、ランチDeコースの提供など様々な取り組みを行っています。

特にお弁当給食やランチDeコースは、どんなジャンルの料理にするか、メインになる食材や付け合わせは何にするか、器はどんなものにしてこのように盛り付けていくか等、調理員の間で意見交換しながら作っています。

日清医療食品株式会社 調理師 高木さま

### ランチDeコースの利用者の感想

- ・全体的においしく、特にスープがおいしかった。また、デザートもよかった。おなか一杯になった。
- ・もっとグラタンがたべたかった。
- ・館内の飾りがおしゃれで、ランチDeコースのメニューがクリスマスディナーみたいで楽しかった。
- ・色とりどりで素敵だった。

生活介護とは

常に介護が必要な方に、施設で昼間、入浴、排せつ、食事等の介護を提供します。また、ものを作り出す創作活動、生産活動も行い、障害者の自立生活の実現や社会参加をサポートする場です。

- 対象者** 国分寺市在住の障害支援区分3以上(50歳以上の方は区分2以上)で生活介護事業の支給決定を受けている方
- 対象年齢** 18~65歳
- 開所日** 月曜日~金曜日(祝祭日、年末年始を除く)
- 開所時間** 9時~16時
- 定員** 38名(重症心身障害児(者)通所事業10名含む)
- 活動内容** 創作・音楽・革工芸・棒体操・散策・公園花壇水やり・古本クリーニング・理学療法・作業療法・言語療法など

# 一人ひとりの地域での暮らし・活動の場

## 生活介護事業 太陽



### 古本回収活動の流れ



クリーニングした古本はリサイクルショップへ!



利用者が古本の汚れなどを取り除くクリーニングを行います



まずは依頼があったお宅に古本の引き取りへ!



古本の売上は利用者の工賃になります



古本回収案内のチラシはコチラから

### 利用者へ寄り添う支援を 目指します

#### 生

生活介護事業「太陽」では、利用者一人ひとりの「その暮らし」を大切にしながら、安心して過ごし、自分らしく力を発揮できるように、創作活動や音楽活動、買い物、散歩など様々な活動に取り組んでいます。

音楽活動では職員が弾くギターに合わせて、ピアノやドラム、太鼓、カステネット、タンバリン等、利用者それぞれが演奏したい楽器を選び参加されています。その他の方々は、歌を歌ったり、手拍子で参加したりと、身体を動かしながら楽しんでいます。

地域の皆さまからご協力いただいている活動の一つとしては古本回収・古本クリーニングの活動があります。不要な古本を「自宅まで利用者が回収に伺うほか、障害者センターに直接お持ちいただいたのち、利用者が1冊ずつ丁寧に表紙を拭いたり、ページの汚れを確認するクリーニング作業を行っています。古本を運ぶ力のある作業や、丁寧が必要なクリーニング作業などの役割に分かれて行うことで、利用者それぞれの力が発揮され、達成感や仕事をする喜びを感じられるとともに、地域とのつながりを実感できる活動となっています。

その他、地域の方と交流する機会として、武蔵国分寺公園の花壇の水やり活動があります。この活動は、武蔵国分寺公園からの依頼で始まったものです。利用者の方が水やりをしていると、散歩に来られた方が挨拶等でお声をかけてくださることもあり、僅かな時間ではありますが、交流が生まれています。

太陽には、支援をする職員(理学療法士(P.T)、作業療法士(O.T)、言語聴覚士(S.T))がいます。それぞれの方が専門的な視点で利用者に関わり、一人ひとりの身体機能や生活動作、「コミュニケーション面に配慮した支援を行っています。支援職も専門的な視点から助言をいただき、より充実した活動となるよう専門職の方々と取り組んでいます。これからも利用者皆さんが自身の力を発揮し活動に参加できるよう、また、利用者一人ひとりの体調や気持ちに寄り添いながら、私たち法人の理念である「ともに創るとともに生きる」支援を行っていききたいと思っています。

(課長 山邊 泰子)

# Let's!

take on new challenge together

## 【音訳グループやまばと】

万葉の里の関係機関・団体の方々にスポットをあててインタビューを行うコーナー「Let's(レッツ)」。第9回は、当法人の広報誌や“つばさだより”の音訳でお世話になり、個人依頼・公共機関からの委託と多岐にわたって、様々な図書、広報誌を音声に変換しユーザーにお届けしている「音訳グループやまばと(以下、やまばとという。)」の現会長堂山康子さんにお話を伺いました。



作業風景:音訳には下読み・説明文作成・録音・校正・編集と膨大な時間をかけています。

来年発足から50周年を迎えられるとのことですが、やまばとこの活動について教えてください。

誕生は1976年国分寺市立図書館で、目や身体の不自由な方向に向けた対面朗読サービ  
スを開始するにあたり、朗読者の募集や講座の  
受講を行い、朗読者連絡会が結成され、それが  
母体となっています。

現在は、視覚に障がいがある方、活字による  
読書が困難な方に対し、健常者と同等の知る権  
利を得るためのお手伝いをさせていただくと  
いう目的で活動しています。主に依頼を受けた  
図書や広報誌を音訳し、デジター版(※)とし  
てCDに録音作業を行っています。

メンバーは、朗読者養成講座の受講をきつ  
けに入会する方が多く、ボランティア活動への  
関心や、本を読むのが好きというのが動機で、  
定年退職を機にという方、仕事や介護の間を  
縫って活動し、市内外あわせて24名が在籍して  
います。

活動をする中で印象的なエピソードを  
教えてください。

個人依頼の文芸誌や物販誌といった多種多  
様なものを受ける中で、資格試験のための参考  
書や、購入した家電の取扱説明書といった「今  
すぐ必要だから読んでほしい」という要望につ  
いては、お役に立てている実感をとっても受けま  
す。また、ずっと読みたかった漫画本全10巻を朗  
読した際に、本当に喜んでいただけた時はよ  
かったなと思いました。

そして、当事者との繋がりを大切にしている  
ので、当事者団体イベントへの参加や交流を積  
極的にを行っています。国分寺市視覚部会の方々  
とは、「音声ガイド付き映画体験会」を年に一度  
行っていて、映画の選定から鑑賞まで一緒に  
い、鑑賞後に皆さんから率直な感想をいただき、  
とても貴重な機会となっています。実際に利用  
される方々との交流が続いていることは、我々  
のモチベーションでもあり、実際触れ合って、声を  
聴き合うことで、ユーザーの方々の顔をイメー  
ジしながら音訳することに繋がっています。

今後の展望と読者へのメッセージを  
お願いたします。

デジタル全盛の時代で、AIによる自動音  
声、音声読み上げソフトやアプリがたくさん  
あって、どなたでも手軽に利用できるような

りました。またテキストを読むときに誤読が  
あったり、内容が入ってこないような、文脈が分  
かり辛い読み方があるかと思えます。そんな中  
で、人の生の声で読む音訳の良さはなんだろう  
と考えると、この必要な情報を必要な人に届  
けるといふ読み手の想いが、声を通じて何かしら  
伝わるということなのかと思います。私たちは  
原稿を読むときに、ただ文字を読むのではなく、  
く、いつもマイクの向こうに聞いている方を想  
像して、聞きやすく、内容が伝わりやすい音訳  
を心がけて読んでいます。必要がある限りは読  
んでいきたいし、読みたい本などがありません  
ら、やまばとまでご連絡ください。



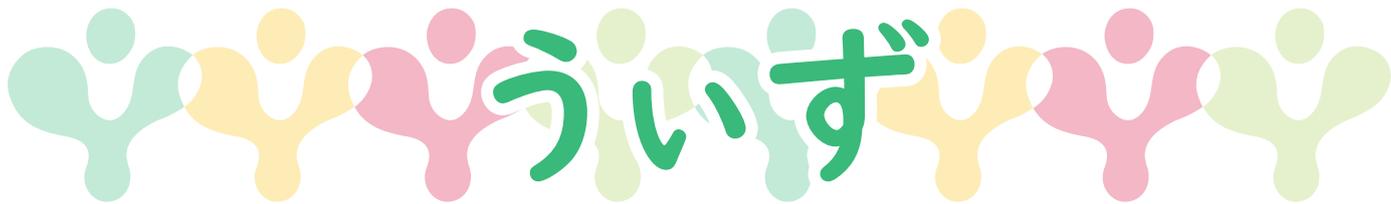
朗読には感情のをせ過ぎない、聞き手がシンプル  
に情報を得られるようにといった技術も隠されてい  
ます。まさに技術と時間の賜物です!

Let's listen to  
a warm voices !!



やまばとHP

(※)デジター版…視覚障害な  
どで活字を読むのが困難な方  
向けに作られた、デジタル録音  
図書の国際標準規格(Digital  
Accessible Information  
System)で、CDなどの媒体  
で提供され、専用機器やPCソ  
フトで再生できます。



## 職員リレー紹介



すずき みか  
**鈴木 美佳**  
ケアホームこの葉  
好きな言葉: ご自愛  
趣味: 音楽を聴くこと  
(特に女性アイドルが好きです)

新卒で入職し、初めは右も左もわからない状態でしたがこの春で3年目となりました。大学時代は障害分野ではなく、保育について学んでいたのですが、万葉の里でボランティアをさせていただき、利用者との関わりが活発である当法人に魅力を感じ入職しました。

初めは利用者との関わりに戸惑うこともありましたが、だんだんと利用者の好きなことや得意なことを見つけて個々を知っていき、より関わりを持てるようになっていくと楽しいと思えるようになっていきました。利用者にも来てくれる人だと認識されるようになってきたことも嬉しかったです。記憶に残っています。

大学時代から今まで「相手にどう言葉伝えたら伝わりやすいか」を考えながら過ごしています。具体的な数字で伝えたり、言葉遣いでどう伝えるかを考えることはもちろん、視覚的に伝える方法を取る等相手にとって分かりやすい伝え方をこれからも行っていきたいと考えています。

利用者が家のようにリラックスして過ごすべき場であるグループホームに勤務している身として、安心できる存在になれるようこれからも利用者や周りの職員から日々学びながら、利用者の気持ちに寄り添って支援していきたいと思っています。

🍀 次回は吉原俊也さんの紹介です



おおい よう たろう  
**大井 陽太郎**  
居宅介護事業ウイング  
好きな言葉:  
人事尽くして天命を待つ  
趣味: 筋トレ

私が万葉の里で働き始めた時、最初に感じたことが「面白い」でした。当時は何故そう感じたのかはよく分かりません。ただ、5年経った今でもたびたび思うので、飽きのこない職場であることは間違いないと思っています。

業務形態により、1対1でじっくりと向き合う機会が多いので最近特に「面白い」と思うことが多いです。「おや？今日は表情が明るい。何かいいことでもあったのかな?」「元気が無いけど何かあったのかな?」「かなり重い内容の話だなあ...」と様々な疑問や感情を抱く毎日です。また、前職の経験、雑学、最近の流行りを教えていただく等、あつという間に支援時間が過ぎていく感覚です。

そんな中、私は「この人」といって安心するし、「楽しい」を目指して支援させていただいています。利用者さんからもそう思っていたけていると嬉しく思います。

🍀 次回は長谷川須於巳さんの紹介です

※今号より、「ういず」職員リレー紹介の人数が、3名から2名に変更となりました。

# 「ことのは」の「食」

## 2026 春号

### 「ことのは」が音声で聴けるようになりました!

2026年「ことのは」春号では、特集に「ホッと給食 ほっとする給食」を掲げ、『食』をテーマにご紹介させていただいています。

私もこのコーナーを書くにあたり、改めて、障害者センターの毎月の給食の献立表、利用者の皆さんへの給食に関する嗜好調査、特集でも紹介させていただいている12月12日に実施したランチDeコースのアンケートを拝見させていただきました。

利用者の皆さんへの給食に関する嗜好調査では、「給食が楽しみですか」という問いに利用者の9割が「はい」と答えられ、給食を楽しみにしていることが窺えました。

一方、障害者センターの毎月の献立表からは、ランチDeコース以外にも、季節に応じた特別メニュー、利用者の皆さんのリクエストに出来るリクエストメニュー、主菜のいずれかを選べるセレクトメニューなど様々な工夫を行いながら給食を提供させていただいていること。

また、ランチDeコースのアンケートでは、イベント給食が「楽しかった」、料理内容に「満足」という回答だけではなく、個別具体的に「クリスマス

スの飾りつけがゴージャス」「いつもと違い新鮮」「特別感があった」「高級感があった」「ワクワクした」「ホテルのイメージ、黒の服装で統一感があり非日常が演出されていた」「2階、3階の利用者の交流ができた」「ドライバーさんが参加してくださり、イベント感が増した」など

食事以外での様々な声を寄せられていました。これらを考えると、給食は単に健康を支えるためのものではなく、生活の楽しさや心を豊かにする時間・空間を提供するもの。特に外出や環境の変化が少ない利用者にとってはとても大切な機会であると思います。

皆さんに満足していただける給食の提供は、法人職員だけではなく、給食を調理していただく作り手の方々、ランチDeコースへのドライバーさんの参加など様々な方が力を合わせ協力していただくことで実現できるものです。皆さんへのこれまでの感謝と共に、これからも安全安心な給食の提供に努めるとともに様々な工夫を凝らしながら、利用者さんが笑顔になれる『食』の提供を支えていければと思います。

(理事長 室地隆彦)

## Infomation

### 「ことのは」が音声で聴けるようになりました!

『ことのは』では、これまで視覚障害者の方向けに誌面をWordのテキスト版にして、PCやアプリなどで読み込めるよう、提供を行ってきました。本号より、「音訳グループやまばと」さんの音源を活用させていただくこととなりました!!

活用にあたり、アプリ仕様でのAI音声などを聞き比べましたが、漢字の誤読や単語のイントネーション、句読点などの間など、様々な面でまだまだ違和感を感じる部分があることが分かりました。また、「読む」ということは、人間が培ってきた技術と「伝えたい」という想いがあって、初めて「伝わる」ものなのだ実感した次第です。現代では時間活用術としても、音声版はとても重宝します。ぜひ、QRコードを読み込んで、声の『ことのは』をご活用いただければ幸いです。



**編集後記** 野菜、果物、魚介類など苦手なものが多い偏食の私にとって、読者の皆さんに「食」をテーマに記事をお届けするのは、どこか気後れするものでした。食が生活を豊かにすることも、食が健康に不可欠なことも、とても理解しています。それでも、いつまでたっても苦手なものが減ることはありません。偏食だった幼少の私を周りの大人が放っておくはずもなく、特訓とも言えるような日々の食事によって、今ではそれなりに食べられるようになりました。そんな私にとっての「食」は、楽しみでもあり、苦い思い出でもあります。「おいしい!」と食事を楽しむ利用者さんが羨ましいかぎりです。(広報委員会)

