

# ふれっと

2026  
第69号

【ひろがれ、かसानれ、むさしののわ】



**特集**

もしもの備え、

できていますか？

法人武蔵野 防災の取り組み

トピックス

ぶれつそ64号／特集

「しくじりになっても働きたい！」  
を支援する、のその後……。

たて糸よこ糸

株式会社アール・エヌ・シー

WorkshopRNC

えすふれつそ

共同受注への挑戦と支援

つながり豊かに

鹿島悠人  
小山和子

一期一会

地域共生社会の推進に向けて

シン・ワンポイントアドバイス

暑さに備えましょう

ミライズ基金 御礼とご報告

地震・台風・豪雨などの自然災害は私たちの生活と常に隣り合わせです。法人武蔵野では自然災害に加え、感染症発生時にも対応できるBCP（事業継続計画）を策定しています。「ご利用者の命と生活を守りながら支援サービスを途切れさせない」という使命のもと、法人全体で迅速に行動できる体制づくりに日々取り組んでいます。今回はその中から、自然災害を中心とした各施設の防災対策をご紹介します。

## 安全を確保する

災害時には、まずは身を守ることが第一です。繰り返し訓練を行うことで、実際に災害が起きた際にはすぐに動けるよう、心がけています。

### ゆとりえ

ゆとりえは支援を必要とする高齢者を一時避難所から受け入れる“福祉避難所”に指定されています。毎年避難所の開設訓練を実施しており、令和3年度より南町3丁目新東京防災会の皆さんにも参加いただいています。

例年、地域の被災状況などの共有や被災者の受け入れ対応訓練を実施しています。新しい訓練も取り入れており、非常食の調理や段ボールベッドの設営、職員が休むためのテント設置も行いました。

災害時は誰もが被災者になることを想定し、職員も安全に支援を続けられる体制作りを考えて訓練に取り組んでいます。



段ボールベッド組み立てに奮闘中！  
実りの多い訓練になりました

### わくらす武蔵野

わくらす武蔵野では、日中や夜間などさまざまな場面を想定して避難訓練を実施しています。車椅子のご利用者の避難誘導のため、ご利用者役の職員を実際に担架に乗せて、地下から1階まで階段を使用しての訓練を行いました。災害時に備え、ご利用者の安全を守るため参加職員も真剣です。



避難訓練（担架搬送）の様子

### みどりのこども館

ウィズでは年2回こども館全体で避難訓練を実施し、うち1回は保護者参加の引き取り訓練を行っています。毎月1回のミニ避難訓練では防災頭巾の練習や絵本で安全行動を伝え、いざという時に安心して行動できるよう備えています。



防災頭巾をかぶって逃げる練習をします

「BCP」とは



自然災害や感染症など緊急事態が発生した場合、重要な事業やサービスを停止せず、また早期にサービスを復旧させるために平常時から備えておく行動計画のことです。災害などが発生した際にも適切な対応を行い、ご利用者と職員の安全を確保しながら必要なサービスを継続して提供できる体制を構築していくことを目的としています。

# 物資の不足に備える

災害時は最低でも3日間、できれば1週間の備蓄が必要です。施設ごとに必要な備えをし、定期的に確認をしています。



## 居住支援ユニットリエゾン

市内5か所にあるグループホーム(総称 居住支援ユニット リエゾン)では中央に位置する【かしの木】を拠点として、夜間、週末の協力体制を整備しています。入居者の方に自分ごととして捉えてもらうため、食料在庫などを一緒に確認することがあります。服薬については、3日分の予備薬を用意していただき、お預かりしています。



◀予備薬や個人医療情報シートなど必要な物をまとめて保管。緊急時はこの棚ごと運び出せるようになっています(かしの木北館)



▲各居室に非常食セットが置いてあります。災害時ご自分が運びやすいと思われたバッグに入れての方もいらっしゃいます(かしの木北館)



▲各グループホームで水や防災トイレ、発電機などの備蓄品を保管しています



## ふれあい

ふれあいには人工呼吸器や酸素発生器を使用している方や、痰の吸引が必要な方も通所されています。それらの機器にはバッテリーが内蔵されていますので、短時間の停電には対応できますが、災害や緊急時のために蓄電池と発電機を事業所内に備えています。いざという時に誰でも適切な対応ができるよう職員で確認、訓練もしています。



## 桜堤ケアハウス

桜堤ケアハウスでは、毎年防災の日の昼食時に非常食提供訓練をしています。

職員全員が災害時の食事提供ができるための訓練ですが、ご利用者に災害時の食事を知っていただく、非常食を食べ慣れていただくという意味もあります。訓練では、「美味しかった」「これなら安心」などのご意見をいただきました。



右上のサバイバル野菜スープ、好評でした

### information

#### 武蔵野市防災安全部防災課からの情報



防災課・各市政センターでは、「武蔵野市防災情報マップ」を配布しています。ご自宅周辺の避難場所や安全面などを事前に確認しておけるとよいですね。

- 武蔵野市防災安全センター WEB にも参考となる情報が掲載されています。是非ご活用ください!



今回のふれあい  
いかがでしたか?

下記QRに入り、みなさまの感想をお寄せください!

presso@fuku-musashino.or.jp



# 連絡・連携をとる

災害時には電話の回線がつながりにくくなり、連絡がとれない場合もあります。連絡がとれないときはどうするか、事前に決め事をしておくとう安心です。



## 自動参集・連絡網

法人武蔵野では、予め設定した条件に基づいて、災害時に指示や連絡がない場合も職員が自動的に事業所へ集まる“自動参集”の仕組みを作っています。「どんな時に」「誰が」を明確にしておくことで、連絡が取れなくても初動対応を迅速に行えるようにすることが目的です。同時に、定期的に職員連絡網の見直しを行い、職員へ安否確認を含めた情報伝達等を行えるようにしています。BCPを基に状況に即した対応ができるような環境整備を進めています。

※名簿は毎年4月1日6基準日として事業ごとに更新する。  
※この様式に問わず、各事業所で作成・保管しやういずで更新する。  
※参加人数への記入は不要

令和7年4月1日

山武野 医療・休原日 参集対象者名簿  
(災害対策に関する規程 第3条 様式1(参加者名簿)に基づく)

事業所名:〇〇〇 職員:〇〇名

区分1	区分2	区分3
氏名	氏名	氏名
合計	合計	合計
名	名	名

# 知る・学ぶ

災害が起きたらどうなるか、どんな備えが必要か、学ぶ機会を設けています。災害を想定して備えておくことで、一人ひとりが「我がごと」と考え、被害を抑えることにつながります。



## びーと

令和7年度の活動(食育クラブ・北町くらし体験塾)では、防災をテーマに「災害時の食事」や「自分たちにできる災害への備え」について学びました。非常食づくりや防災グッズの確認など、体験や実践を通して、楽しみながら防災への理解を深める機会となりました。



お湯を使ってすぐできる五目おにぎり作り

### 交流広場

大野田福祉の会は、障がいの有無にかかわらずお互いに助け合って暮らすことを願い、発足時より活動しています。2003年からびーとも協力し開催してきた「交流広場」は、昨年で23回目を迎えました。2006年から防災をテーマに防災用品の展示と説明を始め、一昨年より災害時用トイレの使い方と重要性を伝えていきます。また、武蔵野市民社会福祉協議会職員から、紙芝居を用いて災害ボランティアセンターの説明をしています。



携帯トイレの実演中!  
皆さん、手順・使い方を覚えてね



## 大地

学習会で「地震があった時に自分の身をどう守るか」を学びました。みなさん真剣に話を聞きながら、ヘルメットを被ったり、机の下に隠れたり、我がごととして捉えながら参加している様子が伝わってきました。いざという時に身を守れるよう、今回だけではなく繰り返しお伝えしていく大切さを実感しました。そのときの様子は、本号の表紙写真をご覧ください。

## まとめ

法人武蔵野では定期的な研修や各種訓練を繰り返し行うことで、職員一人ひとりが共通の意識をもち、組織全体で実効性のある防災体制を築いています。災害発生から救助が行われる時間が生存率に影響するとされる「72時間」を乗り切れることを意識し、速やかに支援を再開できる体制を整えることで、混乱や二次被害の防止につながっています。

いざというときに命を守るため、皆さんも日頃からできる備えや、今できることについて考えてみませんか。



「自分らしく働きたい」その願いを支えるため、当法人では今、事業所の枠を超えて一人ひとりの「働きたい」に寄り添う、新しい支援の形を広げています。ライフステージの変化や「もっと挑戦したい」という思いに合わせて、法人内に複数ある事業所のネットワークを最大限に活かし、『相互利用』という形で法人内の他事業所を見学・体験し、自分にぴったりの環境を再発見する機会にしています。

今回は長年の企業経験を胸に地域の新しい活躍の場に一步を踏み出すチャレンジを選んだBさんの今をご紹介します。

### interview ワークセンターけやき Bさん

**Q1. 前回の取材から2年経ち、今の作業や体力の面で、ご自身が感じている「変化」はありますか？**

今は1日中立ち仕事だから足が痛くて疲れます。それがなければ70歳までけやきで働けます！ 最近はバスだけではなく電車も使い、足の負担を少なくしています。

**Q2. 今回、他の事業所を見学したり体験したりしてみよう、と思ったのはなぜですか？**

そこでは座って仕事ができるからです。座ってなら、年を取っても長く頑張れそう。

**Q3. 実際に「相互利用」をしてみて、これからの働き方について新しい「楽しみ」は見つかりましたか？**

作業所に入ったら何でもやってみたいです。封入もできるし、お菓子詰めや作業服の洗濯もできますよ！ 大好きな電車に乗って音楽会に行くという趣味も、続けていきたいです。



### スタッフ★コメント

#### ワークセンターけやき 加藤 裕子

Bさんが企業を退職して7年。仕事を頑張りたい！という気持ちが人一倍強い方ですが、疲労や足の痛みを気にされるようになりました。体調に合わせて働く中で、『以前実習した、福祉作業所に行きたい』とお話があり、今回の体験につながりました。現在通所している「けやき」は、就職を目指して頑張っている方の多い事業所であり、今回希望されている福祉作業所は作業の種類が多く座って行う作業もある場所です。

どんな作業に対しても責任感をもち、一つひとつしっかり確認しながら丁寧に取り組むことのできるBさん。年齢を重ねてもBさんらしく安心して力を発揮できるようバックアップしていきたいと思います。

### 「今の自分」にぴったりの働き方を選ぶために

施設を移ることがゴールではありません。違う現場を体験することで、「今の自分にできること」を再確認し、自信を深めていただく機会にしたいと考えています。選択肢を広げ、ご本人が「これなら楽しく続けられそうだな」と納得して次の一步を踏み出せるよう、私たちは伴走し続けます。

(武蔵野福祉作業所 中村 巧)

64号では、企業就労していた方々がそれぞれの理由により福祉施設で働くことになった記事を取り上げました。今号はその人らしい働き方を選んだ方の中からお一人に、その後の様子をうかがいました。



高林さんと小林さん

お話を伺いました。WorkshopRNCの朝は、お弁当販売の準備から始まります。「この人参を切ってください」と作業を細分化すると、認知症があ

る方も上手に取り組んでいただけます。11時半までに40食分をつくり終え、売れていくお弁当を横目に「次もがんばろう」と達成感を味わいつつ、みんなでつくったお昼ご飯をいただきます。午後は、医療的ケアが必要な子どもたちがやってきます。宿題をすませてから遊ぶルールで、高林さんをはじめとするスタッフがサポートします。多世代交流の時間では、デイに通うお年寄りが先生となつて書道教室や水彩画教室、手話教室などが開かれます。先生がいないときは、「コマやけん玉など昭和の遊びをいっしょにやります。」「たたかい」「ここに夢中な子どもたちは、書道の先生が書いた「たたかいのおきて」(写真)を読んでから遊ぶルールも。さまざまなおきてと創意工夫が自然と生まれる心地よい居場所がそこにはあるのです。

どうしてこのような自由な居場所が誕生したのでしょうか。小林さんの看護師のキャリアは病院勤務から始まり、武蔵野市内で仕事を続けるなかで訪問看護に出合いました。「例えば呼吸器を付けたお子さんの訪問に行つて、お風呂に入れない課題に直面しました。だったらデイサービスを開設しよう、といった調子で、ニーズの積み重ねが多岐にわたる活動につながっていききました」。

事業を運営するうえでの課題は人手不足。小林さんは、要支援の方が通うときは「ご利用者」、お

株式会社アール・エヌ・シーは、市内に訪問看護ステーション、児童発達支援、放デイ・生活介護・通所介護を運営する会社です。法人武蔵野の「ふれあい」や「びーと」のご利用者が在宅の訪問看護や計画相談支援で連携しています。

2013年の開設以来活動は多岐にわたり、成人向け訪問看護や医療的ケア児の支援、近年では高齢・子ども・障害を問わずにも過ごせる居場所「WorkshopRNC」へと広がります。今回はWorkshopRNCについて、訪問看護ステーションの管理責任者である小林さんと、「びーと」のご利用者からこの活動のスタッフに転身した高林さんにお話を伺いました。

手伝いいただくときは「有償ボランティア」という仕組みを思い立ちました。この仕組みに「びーと」のご利用者から応募したのが、高林さんでした。筋ジストロフィーという病をもつ高林さんは当時、一人暮らしで大学に在学中。コロナ禍で家にこもりがちの時期だったそうです。

「多世代（お年寄りから子どもまで）多属性（障害、医療的ケアの有無）共生の発想は、障害をもつたお子さんと関わるなかで自然に生まれました。できて当たり前（普通）だけが普通じゃない。障害があっても、できることはたくさんある。向こうの〈普通〉とどうしたら混ざることができるだろう。そんなことを考え続けてます」。

そう話す小林さんの隣には、今ではお弁当のメニューポスターやSNSの配信まで担う高林さんが凛と座っています。社会福祉士の資格を取得した高林さんの今後の活躍も楽しみです。

（聞き手 地域生活支援センターびーと 大久保さらき）

# たて糸 よこ糸

よりよい地域づくりを  
めざして活動している  
団体等を紹介しています。

株式会社アール・エヌ・シー  
WorkshopRNC

〒180-0013

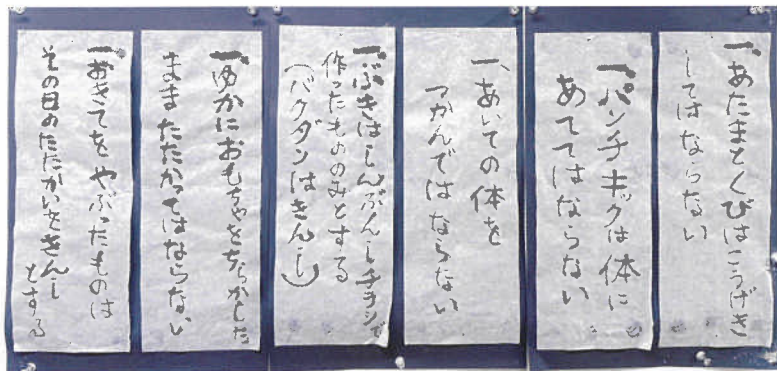
東京都武蔵野市西久保 2-6-1

TEL 0422-38-5839

Instagram



子どもたちがやってきます。宿題をすませてから遊ぶルールで、高林さんをはじめとするスタッフがサポートします。多世代交流の時間では、デイに通うお年寄りが先生となつて書道教室や水彩画教室、手話教室などが開かれます。先生がいないときは、「コマやけん玉など昭和の遊びをいっしょにやります。」「たたかい」「ここに夢中な子どもたちは、書道の先生が書いた「たたかいのおきて」(写真)を読んでから遊ぶルールも。さまざまなおきてと創意工夫が自然と生まれる心地よい居場所がそこにはあるのです。



とてもかわいい「たたかいのおきて」

Instagramの写真&新聞も必見です。ぜひQRから

# えすぷれつそ

ちょっとひといき♪ 心がほっと温まるスタッフの日常をお届け♪

## 共同受注への挑戦と支援

ワークセンターけやき

鹿島 悠人

ワークセンターけやきでは、官公庁からの軽作業を引き受け、ご利用者に作業機会を提供しています。近年、デジタル化が進み軽作業の需要は年々減少していますが、一方で大規模な委託作業については、依然として請負先となる事業所や企業の募集が継続的に行われています。



普段の作業風景

今年度、けやき単独では対応が困難な大量の作業を受注し、ご利用者に安定した仕事を提供するため、法人内の就労継続支援B型施設（けやき、りぷる、福祉作業所）による「共同受注」を実施することとなりました。これまでも共同受注の経験はありましたが、けやきが主導して進めるのは今回が初めての試みとなります。

今回の共同受注において、私の役割は各事業所間、およびお客様や協力会社との企画・連絡調整の担当です。これは、事前の綿密なやりとりを通じて、受注までに必要な環境整備を行う重要な役割です。この業務を通じ、現場での直接的な支援だけでなく、安定した作業や単価の高い作業の確保によってご利用者の意欲につながる「間接的な支援」の重要性を強く感じました。

今年度以降も、これまで敬遠しがちだった大量の作業や難易度の高い作業にも積極的に挑戦し、より質の高い利用者支援につなげていきたいと考えています。

## つながり豊かに

地域生活支援センターぴーと

小山 和子

3月下旬、道端に咲く沈丁花の香りを嗅ぐと、みどりのこども館に咲いていた沈丁花を思い出します。香りと同時にウイズを卒園・退園していったお子さんたちとご家族の晴れやかな笑顔までも思い返します。

ウイズに勤務していたときに新たな生活の場へ送り出したご本人が、高校



過去にご一緒したご利用者と

を卒業しさまざまな場で日常を送っていることを、昨年4月からぴーとに着任して知りました。成人となつてからの暮らしぶりを見聞きし、懐かしさと同時に時の早さを感じています。幼いころ、ご家族からつないでいただいたバトンが各所へと渡り、再び自分のもとへ託されているような感覚でもあります。

ぴーとへの配属は育児休業からの復帰のタイミングであったため不安があり、復帰直後もなかなか仕事モードに切り替えられずつらい状況でした。そんな折、ウイズで関わりがあった方々やご家族、これまで一緒に活動をしたご利用者、仕事をした同僚や上司に会い、支えられ、今日まで続けることができました。つながりのある人の存在が力になることを実感しています。

これまでのつながりを基に得られたこの経験を、今後はご利用者の力となるつながり作りを活かしていきたいと考えています。

## 一期一会



地域共生社会の推進に向けて

●理事長 山田 剛



令和八年度に入り1か月余りが経過いたしました  
が、皆さまにおかれましてはますますご清祥のこと  
とお慶び申し上げます。また、いつも当法人の広報紙が  
れつそをご愛読いただき、ありがとうございます。

さて、私は去る4月1日付けで理事長に就任いたし  
ました山田剛と申します。これまでの福祉行政での経  
験を活かして法人運営に努めるとともに、質の高い福  
祉サービスの提供などを通じて、法人の基本理念「地  
域社会に役立つ」を実現したいと思っておりますので、  
前任の渡邊理事長同様、よろしくお願いいたします。

今年度市では「高齢者福祉計画・第10期介護保険事  
業計画」及び「障害者計画・第8期障害福祉計画・第  
4期障害児福祉計画」を策定することになっております。  
当法人は市のカウンターパートナーとしてさまざまな  
事業を実施しておりますが、その実践の中で見えてき  
た課題を市と共有しながら、市の第六期長期計画・調  
整計画の重点施策に位置づけられている「武蔵野市な  
らではの地域共生社会の推進」に向けた施策の提案な  
ども積極的に行ってまいります。

これからも、法人の果たすべき役割を常に考え、市民  
福祉の向上に尽力する所存ですので、引き続きご指導  
ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

## シン・ワンポイントアドバイス

## 暑さに備えましょう

いよいよ本格的な暑さがやってきます。昨年  
熱中症で緊急搬送された件数は総務省消防庁に  
よると10万人だそうです。また、熱中症による  
緊急搬送の約4割は住居内で発生しており、室  
内での対策も心がけて来たるべき暑さに備えま  
しょう。

さて、みなさんは「暑熱順化」という言葉を  
聞いたことがありますか。これは暑くなり始め  
る前に暑さに体を慣れさせ、体調を整えること  
です。暑熱順化がすすむと、発汗量や皮膚の血  
液量が増加し、汗の蒸発により体温を下げやす  
くし、体の表面が熱を逃しやすくなります。

ただし数日暑さから遠ざかると効果はなくなり  
ますので、継続して行う必要があります。たと  
えば5月の暑い日、梅雨の晴れ間、梅雨明けや  
お盆明けなどは注意が必要です。

では実際になにを行うとよいのでしょうか。  
室内では筋トレやストレッチなどを体が温かく  
感じる程度に行うとよいでしょう。屋外ではウ  
ォーキングやジョギング、軽い散歩なども効果  
的です。日常生活ではシャワーのみで済ませず、  
湯船に入って汗をかくことや、良質な睡眠をと  
ることも有効です。

できることを少しずつ生活に取り入れて、こ  
の夏を乗り切りましょう。

(デイセンターふれあい看護師 富田恵理子)

## ミライズ☆基金

## たくさんのご寄附をありがとうございました

ミライズ基金にたくさんのご寄附を賜り、誠にありがとうございました。いただいた真心は、施設整備等に使用させていただきます。感謝の意を表するため、お名前公表可の皆さまを掲載させていただきます。

## 寄附者芳名

菅野 君子様、田中 哲郎様、永井 哲也様、平野 みな子様、町田 貴様、鳴河 照悟様、  
東海林 信様、勝沼 繁子様、島田 万樹彦様、井上 美津子様、高橋 邦房様、清水 範男様、  
水野 義明様、渡邊 裕也様、森 太亮様、千種 豊 様、大橋 由紀子様

67名（順不同/令和7年度分 2026.3.31時点）

お問い合わせ先 本部事務局 ミライズ基金担当

電話：0422-54-7666 メール：musashino@fuku-musashino.or.jp

※ミライズ基金についての情報は当法人のWebサイトか、右のQRコードからご覧いただけます。

※社会福祉法人武蔵野への寄付は、税制上の優遇措置が図られています。確定申告を行うことで、所得税法上の寄付金控除を受けることができます。

