

ひろがれっど

【ひろがれ、かさなれ、むさしののわ】

2018
第41号



みんなの笑顔咲く
レストランを
を目指して

特集

●トピックス
ワークショップ「まんパク」で
初出展！

● 食を通じて地域とつながる
春のぐるめめぐり

●たて糸よこ糸
MIDO-LINO (みどりの)

●えすぱれっそ
特養ホームゆとりえ 渡邊一樹
こども発達支援室ウイズ 木村清香

●福々刻々
わくらす

特集
さくらごはん

みんなの笑顔咲く レストランを目指して

武藏野市役所8階の「さくらごはん」は、武藏野市にゆかりのある食材にこだわった料理を提供するレストラン。「ワークセンターけやき」が運営しており、障害のある方が働く「就労継続支援A型」の事業所でもあるのです。

→地図
P.8-A



INFORMATION

さくらごはん営業時間

月～金 11:00～15:00

武藏野市緑町2-2-28

武藏野市役所8F

Tel : 0422-56-8191

運営 ワークセンターけやき



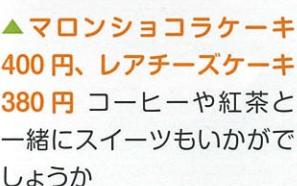
▲レッドシュリンプカレー 980円（小鉢2種類付）季節によってカレーの種類が変わります



▲定食を注文すると20種類の中から好きなおかずやデザートを付けられます



▲こびるランチ 600円（小鉢1種類付）こびるとは長野県の方言で「農作業の合間に食べる間食」の意。軽めのランチです



▲マロンショコラケーキ 400円、レアチーズケーキ 380円 コーヒーや紅茶と一緒にスイーツもいかがでしょうか

また、各定食についてくる『選べる小鉢』は武藏野市産の野菜を中心に使⽤していて、その時々で採れる野菜を仕入れるため、どれも武藏野市の旬が味わえる料理です。ご飯も国産米を使

なものが多々、これらを取り入れたら面白いと思い、現在のような特産品を使ったメニューを開発しました。「海の幸」・「山の幸」どちらの食材も使った食堂でメニューは郷土色豊かなラインナップです。

例えば、山形県酒田市の『庄内豚』はコシがあつて柔らかい！ 長野県安曇野市の内陸の名水で育った『信州サーモン』と千葉県南房総市の外海の『漁港直送刺身』とでは、それぞれ違った美味しさがあります。

武藏野市 交流事業課 水上淑恵さん

みずかみよしえ

「武藏野桜まつり」や「むさしの青空市」で武藏野市と国内9つの友好都市の首長が集って会食を行うときに、「さくらごはん」へお弁当を発注しています。さくらごはんのシェフが、各都市すべての特産品を使用したお弁当を作ってくれるんです。首長のみなさんにもご好評をいただいているます！



お客様 VOICE



さくらごはんが開店してからずっと通っています。今日は『安曇野信州サーモン丼』ですが、週5で通っているので毎日ローテーションでランチを選んでいます。いつもおいしく食べています。（60代男性）



初めてさくらごはんを利用しましたが、景色がいいですね！今回選んだメニューは『牛すじ中華つけ麺』です。市役所のエレベーターにあったポスターに載っていておいしそうでした。（60代女性）



週に2、3回利用します。よく注文するのは、『こびるランチ』『焼き魚』や『庄内豚チャーシュー』の定食です。店員さんの接客にも満足しています。（50代男性）



値段が手ごろな『牛すじ中華つけ麺（600円）』や『肉汁武藏野うどん（600円）』をよく食べます。レストランは学生食堂のような雰囲気ですね。（30代女性・30代男性）



市役所に用事があるときに来て、いつも『庄内豚チャーシュー』を食べています。メインメニューにもっと季節ものや、高齢者向けのメニューも薄めの味のものがあれば嬉しいです。（60代ご夫婦）



以前食べた『サーモン丼』が美味しいで、また来てみました。いつも優しく接してくれるし、子どもと一緒にときは、子ども用の椅子もあるので助かります。（女性3名様 1名はお子様連れでした）



いつもはチャーシューを食べるのですが、今日は違うものにしてみました。（『こびるランチ』をお召し上がりでした）。景色もいいし、ゆっくりできるのがいいです。（70代女性）



メニューはどれも好きで、おいしいです。春には桜の木が綺麗で、見晴らしがいいので、気持ちよく食事ができますね。（30代女性）



▲庄内豚チャーシュー定食 980円（小鉢2種類付）3時間半調理し、トロトロ食感に。武藏野市の友好都市酒田市の特産品を使用した当店自慢の一品



▲武藏野市役所近辺は桜の名所として知られており、春になるとさくらごはんからお花見を楽しめます

用し、羽釜でふっくらと炊き上げています。

今夏は季節限定メニューとして『ぐるみダレうどん』や『冷やし中華つけ麺』を提供しています。眺めのいい市役所の8階で武藏野市の四季を眺めながら、武藏野市ゆかりの食材を味わってみませんか？ みなさまのご来店を心よりお待ちしております。

（さくらごはん 小川 許矢）



▲さくらごはん隣の「カフェ・ル・ブレ」もワークセンターけやきが運営。天然酵母のパンがおすすめ

▼中華料理人出身、チーフの小川シェフ



* さくらじはんで働く 就労A型ご利用者にインタビュー

Q. 仕事の内容は?



K・Cさん

M・Yさん



朝はデザートの盛り付けや、洗いものをします。お昼はホールに出て接客を担当しています。



同僚の声

「周りの仕事をよく見ながら、ひとつひとつ丁寧な仕事ぶりです。困っているサインをキャッチするようにしていますが、最近は必要以上に声をかけなくてよいようになってきています」

Q. 仕事の内容は?
ホールで接客、オーダー取りや配膳・下膳も行います。就労移行支援での実習を経て、平成28年10月から働いています。

Q. 仕事中どんなときに「嬉しさ」と感じますか?

お客様に食堂からの綺麗な風景を楽しんでもほしくて、「どうぞゆっくりどうぞ」なんて話しかけたりしています。そのときは嬉しいです。笑顔にしたり感謝されたりするのが接客業の喜びだと思います。「わたし、人と話すことが嫌いじゃないんだ」と気づいたんです。

Q. 仕事の内容は?



Q. 仕事をして感じたときに気をつけていることを教えてください。
ホール担当には、お客様に『いらっしゃいませ』『ありがとうございます』と一番先に声をかけ、厨房のスタッフにお客様の来店・退店を知らせる役割があります。ただ、仕事を始めた頃は、一番に声を出すことがなかなかできずにいたんです。でも3年目のお客様は、さくらごはんでも今できることを精一杯頑張りたいです。今度から在庫管理を任されることになりました。仕事の幅が広がり大変ですが、嬉しく思います。

Q. 仕事をして感じたときに気をつけていることを教えてください。
ホール担当には、お客様に『いらっしゃいませ』『ありがとうございます』と一番先に声をかけ、厨房のスタッフにお客様の来店・退店を知らせる役割があります。ただ、仕事を始めた頃は、一番に声を出すことがなかなかできずにいたんです。でも3年目のお客様は、さくらごはんでも今できることを精一杯頑張りたいです。今度から在庫管理を任されることになりました。仕事の幅が広がり大変ですが、嬉しく思います。

Q. 今後の目標や夢はありますか?
活潑になりたい、人と関わりたい」と思い、『さくらごはん』で働くようになりました。「ホールの仕事をやりたい」と言つたのも自分からなんです。大勢の前であがらず働くようになることが目標です。また、プライベートでは自分で稼げるようになつて、自由気ままに一人暮らしをしたい。おしゃれもしたいし、運転免許も取つてみたいです。夢はたくさんあって、やってみたいことを語るのは楽しいですね!



Q. 仕事中どんなときに「嬉しさ」と感じますか?
常連のお客様は、さくらごはんを「美味しい」と感じて来てくれるわけです。とても嬉しいなと思います。

Q. 今後の目標や夢はありますか?
将来の夢はピアスタッフとして働くことです。ただ、現在は自分にどんなことができるかを探している最中なので、さくらごはんでも今できることを精一杯頑張りたいです。今度から在庫管理を任されることになりました。仕事の幅が広がり大変ですが、嬉しく思います。

「まじめで一生懸命で仕事を覚えたいという意欲があります。できるようになつたという喜びをもって働いている気持ちが伝わってきます。あわただしい時間帯には他のスタッフにヘルプを求めるようになってきました」



同僚の声

※ 就労継続支援A型（雇用型）とは？

障害がある方が労働者として働きながら一般企業への就職を目指すサービスです。雇用契約を結ぶため、最低賃金以上の給与が支払われながら、企業への就職に必要な知識や能力を身につける訓練などが行われます。

Q. さくらじはんで働く環境はどうですか?
一緒に働く仲間もわたしのことを理解してくれているので、できないことがあつたときはフォローしてくれます。わたしにとって安心して働ける職場です。

ワークショップ 「まんパク」で 初出展！

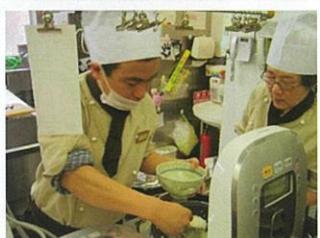
国営昭和記念公園で開催された関東最大級のフードフェスティバル「まんパク」に1日限定で、ワークショップとして出展しました。公益財団法人都市緑化機構から「縁」にまつわるワークショップをやりませんかというお誘いをつけ、当法人の*生活介護3事業所が合同で参加しました。「ふれあい」はトートバッグに絵を描くワークショップ、「大地」は押し花のしおりづくり、「山びこ」はだるまの顔入れを行いました。

会場は子どもから大人まで大勢が集まり大盛況でした。お客様からは「大人がやっても楽しめるワークショップ」「マベントの記念になつて嬉しい」というお声をいただきました。オリジナルの作品を仕上げた後は、草花の中に作品を置いて写真をパチリ。皆さんの達成感に満ちた笑顔が印象的なイベントとなりました。

(「イセセンター山びこ」 佐藤 直子)

提供するサービス

*生活介護：常に介護を必要とする方に、主に日中に入浴・排泄・食事などの介護、生活相談、創作活動・生産活動などを



さまざまなシーンで活躍する
ご利用者のみなさん

(武藏野福祉作業所 武田 光正)

今回はまお、当法人運営の個性豊かな4つのお食事スポットのご紹介。市役所8階からの景色もおじしく「さくらじょはん」。羽釜で炊くじょはんと小鉢が選べるメニューが自慢。また同じフロアにある「カフェ・ル・ブレ」は有機小麦&天然酵母使用のパンとスープを楽しむおしゃれカフェ。障害者総合センターにある「パールブーケ」は、併設のパン工房の焼き立てパンはもち

お店は、障害のあるご利用者が、仕事を通じて地域の皆様と直接つながることができる貴重な場です。また地域の皆様にご利用者の活躍を見ていだくことができる場でもあります。これからも、4つのお店を通じた地域との交流を大切にしながら、ご利用者お一人おひとりの地域での暮らしを支援していきます。

食を通じて
地域とつながる
**春の
ぐるめぐり**

→地図
P.8-B

ろんクッキー、ケーキ等のおみやげも充実。保健センター対面の「やさい食堂 七福」は、落ち着いた空間で食す野菜にフォーカスしたメニューがウリの本格レストランです。わざと多くの皆様にそれぞれの店の個性を知つていただきたい、そしてさまざまなおシーンで店の運営に携わる障害のある皆さんのが躍を感じていただけたら。このような想いから、3月から4月にかけて4つのお店を巡つていただいた方々に、各店舗自慢のオリジナル商品をお渡しする「春のぐるめぐり」と題したスタンプラリーを実施しました。



舟木公一郎さん（右）と、毎週火曜日と金曜日に「アツヲ飯」という看板でランチ営業をしている中上敦夫さん（左）



店内と厨房。「MIDOLINO」には、惣菜・お菓子・粉末食品などの製造に必要な許可や設備が概ね整っている。これだけのバリエーションの食品を製造する工場設備、そしてコミュニティースペースを兼ねた施設は、東京ではここだけ

舟木さんは今までに、制度保育ではケアしきれない子どもたちの受け皿になる保育園や、認知症の方にも役割を見出しつつ生き生きと暮らせる介護を実践

「人に必要とされ、生き甲斐を感じられる。これが万人に共通の幸福の原点だと思います」
仕事の信念を語るのは、武藏野市緑町のグリーンパーク商店街で、食を中心とした創業支援をするシェアキッチン、「MIDOLINO」を主宰する、舟木公一郎さん。

舟木さんは今までに、制度保育ではケアしきれない子どもたちの受け皿になる保育園や、認知症の方にも役割を見出しつつ生き生きと暮らせる介護を実践

する「デイサービス」など、地域や一人ひとりの個性を大事にする仕事にかかわってきました。そうした経験が、その人にしかできない仕事を創造する「MIDOLINO」の開設につながりました。

飲食業を生業としたい人の支援に加えて、
「MIDOLINO」が目指しているもう一つのこ

とが、「地域自治」です。

「その地域に必要な仕事をみんなで作り、適切な対価としてのお金を受け取る」が、よっぽど満足感が得られます。大手チェーンの居酒屋で飲んでも、作り手の顔は見えないけれど、
「MIDOLINO」のようなシェアスペースに来れば、商店街のおばちゃんが厨房に立っていたり、子育て中のお母さんがパンを焼いています。おいしい食事があり、近所の人と気軽に話せる場がある、そこに集う人も、暮らしま、お腹も満たされるなんて素敵じゃ

ないです」

近所ということもあり、当法人のご利用者もよく通っています。昨年はクリスマスマーケットにお説きいただき出店したりと、すでに気心知れたおつきあいです。

今年8月には、「MIDOLINO」で培った人脈やノウハウが、新しい看板を掲げて地元に根づこうとしています。まさに、舟木さんが理想とする地域循環型の人と仕事の形、その一つが、実現しようとしています。「MIDOLINO」発信であることに意味をもたらせるため、オープンに向けて仕掛けを考え中」と舟木さん。何かアイデアのある方は、ぜひ、「MIDOLINO」で舟木さんとお話ししてみて下さい。自分に何ができるか? 何に喜びを感じるか? 武藏野に暮らす幸福のヒントがきっと見つかります。

（聞き手 デイセンター山びこ）



火曜日から日曜日まで、いろんな人たちが厨房に立ち、食を通して憩いの場となる

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ます。



MIDOLINO_(みどりの)

東京都武藏野市緑町1-5-20
第一根岸ビル 1F
TEL 0422-38-8457
営業時間：
10:00～18:00 (事務局)
休業日：不定休（お問い合わせください）
URL:
<http://midolino.tokyo/>



イベントなどのときには、この特注のリアカーが大活躍。舟木さん自らリアカーを押して、弁当や惣菜などを運ぶ

えすふれつそ

ちょっとひととき♪ 心がほっと温まるスタッフの日常をお届け♪

相手の気持ちをくみとれる 支援者に

特別養護老人ホームゆとりえ
渡邊 一樹

→地図
P. 8-C



ご入居者の笑顔に支えられています

私はご入居者の支援ではなく、時間内に介助を終わらせることがかりに意識が向いていました。結果的にご入居者を困らせていたことに気づき、落ち込む日々が続きました。そのとき先輩職員に、「田の前の相手をしつかり見て、きちんと確認して」と助言をもらいました。自分の中に精一杯でご入居者の表情を見ずに支援をしていた私は、介助の手順や一日の流ればかりを考えていました。日々のふり返りの中で、介助される相手の気持ちをくみとることや、何のために介助をするのかをじっくり直すことで失敗は徐々に減っていました。

ある時、Aさんに「お兄さんはいつも優しいねえ。ありがとう」との言葉をいただきました。この一言で、私はまだ半端な支援者なのに相手に自分がここにいることを認めてもらえたようを感じました。逆に自分自身も支えられているのだと深い感動を覚えました。

私はご入居者の支援ではなく、時間内に介助を終わらせることがかりに意識が向いていました。結果的にご入居者を困らせていたことに気づき、落ち込む日々が続きました。そのとき先輩職員に、「田の前の相手をしつかり見て、きちんと確認して」と助言をもらいました。自分の中に精一杯でご入居者の表情を見ずに支援をしていた私は、介助の手順や一日の流ればかりを考えていました。日々のふり返りの中で、介助される相手の気持ちをくみとることや、何のために介助をするのかをじっくり直すことで失敗は徐々に減っていました。

私はご入居者の支援ではなく、時間内に介助を終わらせることがかりに意識が向いていました。結果的にご入居者を困らせていたことに気づき、落ち込む日々が続きました。そのとき先輩職員に、「田の前の相手をしつかり見て、きちんと確認して」と助言をもらいました。自分の中に精一杯でご入居者の表情を見ずに支援をしていた私は、介助の手順や一日の流ればかりを考えていました。日々のふり返りの中で、介助される相手の気持ちをくみとることや、何のために介助をするのかをじっくり直すことで失敗は徐々に減っていました。

選べる楽しさを伝えたい

こども発達支援室ウイズ
木村 清香

→地図
P. 8-D



帰るときに、「また、つばさに来てくれる人~?」と聞くと元気に手を挙げてくれました

私は、つばさの時間の中で、お子さんたちが『自分で選べる』ことを大切にしたいと思っています。自分が同年齢だった頃、放課後の時間は、学校で過ごす時間と違う、『自由さ』、という楽しさがあったからです。駄菓子屋さんで好きなお菓子を選んだり、どの公園に行こうか考えたりして、自分の時間の過ごし方を選んで決める『自由さ』は楽しいものでした。

つばさでも、買い物に行って食べるおやつを選んだり、制作では様々な道具や素材から使いたいものを探したりして、プログラムの中に自由さがあるように心がけています。自分で選んで買ったおやつを食べるお子さん達は、いつもおやつの時間より、笑顔が一層輝きます。

楽しい時間を提供する立場であると同時に、楽しい時間を一緒に作り上げる仲間のよつ存在でありたいと思います。

福々刻々

わくらす



吉祥寺北町5丁目に建設中の障害者支援施設の名称を定めました。「障害者地域生活ステーション わくらす」です。これは複数の案から武藏野市長が決めてくださったものです。「わくらす」とは「ワーク」と「暮らす」を合わせたもので、どんなに障害が重くても社会とつながる「じごと（＝ワーク）」ができるように、そして地域とのつながりの中で「わたしらしくくらす」ことができるよう、そういう思いを込めた名称です。

入所型施設の歴史をたどると、大規模な「収容」から小規模な「生活」施設へ、そして地域での暮らしという流れを見る事ができます。かつてのアメリカでは数百人から千人を超すような大規模な「収容」施設がつくられていきました。それに対して人権という視点から様々な訴えや行動が起きます。掲げられたキーワードは「Dignity is」。これは「個人として尊重され、その人らしく暮らすこと」を求めるという意味です。

考えてみればこれは障害のある人に限らず、すべての人にとって大切なことです。しかし2年前の相模原の施設ではそれを否定するような思想に

よつて事件が引き起こされました。あの時の驚愕と戦慄を忘ることはできませんが、支援にあたる者として希望を語り、実践しなければならないと考えます。これまでの様々な取り組みの意義を引き継ぎ、「わくらす」で暮らす人々の活動が共生する社会のひとつの姿になることを私どもはめざしたいと思います。

建設工事により近隣の皆さまには大変ご迷惑をおかけしております。まことに申し訳ございません。どうぞよろしくお願ひいたします。

(理事長 安藤真洋)

正規職員募集のお知らせ

～舞台は吉祥寺～

私たちと一緒に誰もが住みやすい街をつくりませんか？「地域社会に役立つ」の理念のもと、誰もがこの街でその人らしい暮らしを送れるように支援を行っています。平成31年度の事業拡大に伴い、積極的に職員を採用します。詳しい募集要項は当法人採用HPをご覧ください。随時、施設見学説明会を行っております。ご希望の方は法人本部事務局採用担当までお問い合わせください。



法人本部事務局
電話：0422-54-7666
メール：musashino@fuku-musashino.or.jp
採用情報：
<https://fuku-musashino.or.jp/recruit/>

社会福祉法人武藏野 案内図

各施設は、児童サービス、障害者サービス、高齢者サービスに色分けしています。また、Ⓐ～Ⓓは本誌に記事を掲載している施設です。



暑い夏の到来です。武藏野を一望できる「さくらごはん」で四季を感じながら、この時期ならではのメニューを味わってみてはいかがでしょうか？（佐々木）



編集後記