

「障がい」を「個性」に

すくらむ 通信

Vol.64 2026/10/16 発行

すくらむのホームページ

<https://sukuramu0118.grupo.jp/>

すくらむのアドレス

sukuramu0118@yahoo.co.jp



～事業所見学に行ってきました～

9月10日（水）10時から12時半まで、役員6名、会員2名、賛助会員1名、計9名で3箇所の事業所を見学しました（賛助会員の方は3箇所目のみ）。

私の息子は小学生のため、子供の施設はたくさん見てきましたが大人の事業所を見学させていただくのは初めてで、とても興味関心を寄せていました。

一つ目は恵庭駅近くの就労継続支援B型事業所 NONNOさんを見学しました。コンパクトでアットホームな作りの事業所でした。作業療法士さんと看護師さんが在籍しており、利用者さんの状況を確認しながら作業のアプローチを考えてくださるという点に安心感を感じました。また、訪問看護ステーションと連携しているそうで、切れ目のない支援を目指しているというお話を聞き、素晴らしい視点だと思いました。また、ネイルチップや珈琲の焙煎をする等、私が持っていたイメージとは違う作業もしているそうで、楽しそうで私もやってみたくくなりました。

二つ目は就労継続支援B型事業所 WAKUWAKUさんを見学しました。こちらは、一軒家を使った事業所で様々なお仕事をされていました。室内ではお菓子の箱作りやアート作品、看板の製作、他にも農作業、洗車作業等様々な事を行っていました。

NONNOさんもWAKUWAKUさんも、アート作品等をインターネットで販売しているという話を聞いて、今の時代は色々な販売方法があるのだなと驚きました。

最後に、恵庭光風会さんのこまば地域支援センター「ふろーれす」を見学しました。こちらは今年の春に開所したばかりの新しい事業所で、グループホームが一棟、生活介護事業所が二棟ありました。生活介護事業所は余暇活動を中心に行う「すーず」と、リハビリや運動を中心に行う「らいず」に分かれていました。「すーず」の壁には利用者の方がかいた素敵な絵が飾られていて、施設内でお花の販売をしているとの事で、花が生けられて素敵な空間でした。設備も最新式で、一番驚いたのはお風呂でした。湯船につかれない方のためのミスト浴や、移乗、立位が難しい方のために車いすに座ったまま入れる浴槽もありました。グループホームは床暖で、全室個室でプライバシーが守られた空間でした。ちょうどお昼ご飯の時間に見学させていただいたのですが、メニューもとても美味しそうで、私もこの施設で暮らしたくなる程でした。

今回3か所の事業所を見て思ったことは三者三様、色々な事業所があるのだなということでした。様々なニーズがあると思うので、利用を希望する人が、自分に合った事業所を選び、楽しく生き生きと生活出来たらいいなと思いました。

（文責 makiko）

～ともにわが開催されました～

9月12日（日）10時から15時まで、第5回「ともにわ」が緑と語らいの広場えにあすで開催されました。すくらむでは役員4名で参加し、発達障がい啓発パネル、イベント活動の写真、会員の方の絵を展示しました。

会場では福祉事業所や関係団体の物販や、手話や車椅子、白杖を体験できるコーナーがあったり、講演会があったりと盛り沢山で、とても賑わっていました。イベント終盤では抽選会も行われ、たくさんの方々が豪華景品をゲットされて笑顔でイベントが終了しました。

福祉のことが身近に感じられるイベントでした。

（文責 maiko）

～秋の運動教室を開催しました～

9月28日（日）10時半から11時半まで、黄金ふれあいセンターにて、スポーツインストラクターの方をお招きして運動教室を開催しました。

参加者は6家族、大人8名子供3名、見学者1名でした。

はじめに、足や背中などのストレッチをおこないました。日頃運動不足のせいもあって、ストレッチだけで必死でした（笑）。その後は、ホールの壁から壁へ足腰をメインに体を動かしながら歩きました。中盤からは動物歩きをおこないました。

クマ（四つん這い）

キリン（足を曲げずに四つん這い）

カエル（ジャンプしながら）

ゴリラ（背中を真っすぐ）

カニ（おなかを上にした四つん這い）

シャクトリムシ（ひじとひざを曲げずに交互に）

クモ（姿勢をできるだけ低く）

どれも普段使わない筋肉を使う動きで大変でした。じわじわと汗ばんで、みなさんいつもよりグツタリ気味でした（笑）。次の日は（さらに次の日も！？）、しっかり筋肉痛になりました。

やはり運動は日々おこなうのが大事だと実感しました。

みなさんも日頃の運動不足解消のキッカケにいかがですか？ 次回の参加をお待ちしています。

（文責 sakiko）

～スマイル祭りに参加しました～

10月1日（木）14時から16時まで、子ども発達支援センターにて恒例のスマイル祭りが開催されました。今年から前売り券での販売になり、当日の売り場でのお金のやり取りが無くなったのでとてもスムーズに接客できました。

すくらむからは今年も「シールくじ」の販売をしました。お子さんに人気のぶくぶくシールと通常シール、ミニ消しゴムがセットになった景品です。さらにすくらむのくじは毎年「おまけ」が付いてきます。寄付で集まった小物を可愛く包装して、くじを購入してくれたお子さんにプレゼントしました。今年は、すくらむの会員だった方からたくさんのお子さんも用文房具を寄付していただきました。おまけとは思えないほど豪華な物が多く、こちらの文房具は12月に開催するクリスマス会の景品でも使わせていただこうと思っています。

今年のスマイル祭りもたくさんの方が来場して大盛況でした。私たち役員も事前準備や当日販売等、頑張りました！その成果として、予想以上の収益を上げることができました。この収益は今後のすくらむ運営に役立てていこうと思っています。

（文責 chika）

～今後の行事予定～

●地域つながり障がい理解促進部会主催 図書館展示

日時	11月4日（水）～11月15日（日）
場所	恵庭市立図書館1F 展示コーナー
内容	「いろんな障がいについて知ろう！」をテーマに、当事者・ 家族団体の活動内容等を紹介できるパンフレット・チラシ・ 写真・ポスター・作品などの展示

※「子どもの頃から障がい理解についての教育、無知から来る偏見が無くなるよう関心の無い人へも届くような企画」について、部会内で協議をして、上記の内容にて開催する事となりました。

●ツナガル・フェスタ2026

日時	11月14日（土） 10時～16時
場所	市民活動センター えにあす ギャラリー（奥廊下・FM横）
内容	発達障がい啓発パネル展示・すくらむ活動内容紹介

●発達講演会

日時 12月9日(水) 18時(開場・受付)
18時30分(講演開始)

場所 北海道文教大学鶴岡記念講堂 大講堂

テーマ 運動発達の遅れと発達性協調運動症の
乳幼児の身体特徴と支援について

講師 北海道文教大学医療保健科学部
リハビリテーション学科理学療法学専攻教授
横井 裕一郎 先生

参加申込 11月2日(月)～12月2日(水)

(問い合わせ先) 恵庭市子ども発達支援センター
TEL: 0123-33-3382 FAX: 0123-34-9105

●クリスマス会

今年もクリスマス会を行います！
カラオケ・ピアノ演奏・ビンゴゲーム・ポッチャもやります。
皆さんで楽しく過ごしましょう♪

日時 12月20日(日) 10時～12時

場所 黄金ふれあいセンター

参加費 1人600円

申込〆切 12月10日(木)



※参加ご希望の方は、すくらむのLINEまたはメールにてお知らせください。
尚、クリスマス会においては準備の都合上、〆切を過ぎての申し込みは
お受けいたしかねますので、期日を守ってお願いいたします。

～Instagramのフォローお願いします～

すくらむの活動をより発信するために、Instagramを立ち上げました！
Instagramをご利用の方はぜひフォローをよろしくお願いいたします。

リンク↓

<https://www.instagram.com/sukuramu.eniwa?igsh=ZzQxYW5mZnc2anM4>



検索しても出てきます～♪

～活動報告～

- | | |
|-----------|--|
| 8月27日（木） | 第3回すくらむ役員会（黄金ふれあいセンターにて） |
| 9月10日（木） | すくらむ事業所見学 |
| 9月12日（土） | 恵庭市心身障がい者交流事業2026"ともにわ"（えにあすにて） |
| 9月14日（月） | 恵庭市障がい者地域自立支援協議会 第2回地域つながり理解促進部会
（えにあすにて） |
| 9月24日（木） | 第4回すくらむ役員会（黄金ふれあいセンターにて） |
| 9月27日（日） | すくらむ運動教室（黄金ふれあいセンターにて） |
| 10月1日（木） | 恵庭市子ども発達支援センター スマイル祭り（子ども発達支援センターにて） |
| 10月8日（木） | 第2回恵庭市社会福祉審議会 障がい者福祉専門部会（えにあすにて） |
| 10月13日（火） | 第2回恵庭市障がい者地域自立支援協議会 定例会・部会（島松公民館にて） |