

vol.132

発行元 NPO法人羽ばたく会
発行日 令和7年11月7日

調布市パラ アート展 出展	2 3
会員 コラム	4 5
防災訓練 調布エフエム出演 暑気払い コンピューター サービス 技能評価試験 ハッピーまつり	6
さえずり通信 印刷タイムス	7
新会員紹介 今期予定 賛助会員 ご寄付	8



令和7年10月3日（金）パラアート展会場にて

めじろだより

特定非営利活動法人羽ばたく会

身体障がい者の社会参加と活動の場

めじろだよりは
めじろ作業所の
通所会員が
めじろで起こる
様々なできごとを
面白おかしく
ときに切なく綴った
活動報告です

info@mejiro-s.com

特定非営利活動法人 羽ばたく会®

MEJRO
めじろ作業所

http://www.mejiro-s.com

Copyright(C)2009 MEJRO SAGYOSYO. All Rights Reserved.

調布市パラアート展

10月2日(木)～10月8日(水)今年もたづくりでパラアート展が開催されました。今回のパラアート展では、河西守人さんの描いた絵がアワード部門「木島平村長賞」に選ばれ、表彰式にも参加することができました。一人一人個性が光る作品で、どれも素敵なものばかりでした。また来年も賞を取って盛り上げていきたいです！(白田)

パラアート

アワード部門入賞「木島平村長賞」

河西 守人

うれしい。持って帰って飾る。

調布パラアート展

寺崎 璃珠子

職員から「今、パラアート展がありますので見に行つてはどうですか?」と声かけがありました。「めじろ作業所の展示もありますので見に行つてはどうですか?」

総勢6人でたづくり南北ギャラリーの展示を見ました。色がすごくきれいで河西さんの絵が上手で、素晴らしいです。1時間くらい絵を見回してから解散しました。帰りに府中

のサテンでコーヒーを飲みながら手話べりをして、充実した1日となりました。

初めてのパラアート展

松永 典子

初めてパラアート展へ見学に行つてきました。

私は調布市社会福祉事業団なごみで仕事をしていたので、パラアート展に出品しているなごみの利用者さんの写真を見て懐かしくなつて、利用者さんがお元気そうで良かったと思います。

福祉事業所の色々な作品を拝見させていただき、出品した方々は才能ある素晴らしい作品でした。

調布市パラアート展

佐々木 千聖

10月4日～10月8日に開催されたパラアート展の販売ブースに、スタッフとして参加しました。

僕自身は、最終日のみ参加しました。スタッフとして商品を販売することなどは今まで一度もなかったのですが、少し緊張しながら頑張りました。

ですが、程よい緊張感を保てたので特に失敗せず出来ました。やる内容としては、商品ごとに業者の名前

と金額が書かれている付箋を剥がして組み分けて貼る作業をしました。

今回のような経験を積み重ねて、将来のために生かしていこうと思いました。

2025年パラアートの見学についての感想

月岡 昭彦

めじろ作業所から車で「たづくり」に行きました。調布市70周年とパラアートが合同のイベントでした。展示されている絵の中では、僕のお気に入り、砂漠にペンギンが複数歩いているのが好きですね。

パラアート展へ行つて

林 千佳子

パラアート展は毎年力作揃いなので圧倒されます。どれもバラエティに富み、自分の得意な点を全力で表現している事が心に伝わって来るのでとても感動的です。今年は、調布市政70周年がテーマであったので、同じテーマでもそれぞれ個人の好みと工夫がなされていて、調布の名産や、場所、建物、乗物と特徴を捉えたモチーフ自体に工夫を凝らした楽しい作品が多かったです。

そんな事からか例年以上にアルミ



使用でキラキラしていました。

私達の共同制作。発表後初めて見たのですが、もう少しインク(?)のはっきりとしたインパクトが欲しかった！と感じました。

あのような大きい会場では鮮やかなビビットな色合いの方が、目立ち映えると感じました。

次回への反省点を秘かに心に留め、他の作業所の作品に圧倒されながら、一緒に行った方達と感動を共にして、めじろ号で帰路につきました。

パラアート展を鑑賞して

松田 行弘

たくさんの方々の作品があり、なかにめじろの方の作品も色彩を放っていた。特に櫻さんの絵が素晴らしかった！視力が悪いのにあそこ迄細かく描写出来ているのがすごいと思った。

メジロは寮の直脇に生息していました。野川に本物のカワセミが居たので良く写真を撮りましたが人と鳥とのコラボレーションが綺麗に描かれていて素敵だった。

河西さんの作品もよく出来ていてみんな写真を撮ってきました。

寮では今、金閣寺を制作している

のですが、金閣寺の作品もあり写真撮りました。障害があっても健常者よりも秀でた作品が出来ると思いました。天は二物を与えないとよく言われますが、障害が在る分美術的能力は高いのかと思いました。

パラアート展 感想

櫻 翔真

初めて行きました。

自分の作品も出させていただきました。

テーマに沿った作品や自由に描いている作品と様々で、とても個性的な作品たちがあふれていて、見てるのが楽しかったです。

それぞれに想いを込めて描いているものもあれば、好きなように描いているものもあり、自由度の高い作品展でした。

今回作品を出すことができて、それを多くの方に見ていただけたことがとても嬉しかったです。

今回は初めての出品だったので、次回出す時は頭を柔らかくしてもっと自由に描いてみようかなと思いました。



このコラムでは会員の日々の個別の活動を紹介します。今回は小説家を目指すKさんの、第二弾ファンタジー巨編『これは夏の思い出』第2話と、Jリーグのアナウンサーを目指すHさんの、シーズン後半戦の順位とポイントを紹介します。

会員
コラム

『これは夏の思い出』第2話

第2話

「僕が君たちを助けたんだよ。これから僕と遊ぼうよ」と言われたが、当然すつとれおんの頭には入ってこなかった。その時、じんが目を覚ました。じんはまだ眠たい目をこすりながら、れおんと話すように目の前にいる物体に話しかけた。「君は誰？」と。それを聞いた物体が「ポタだよ。宜しく。遊び相手を探していたから三人であそぼう。僕についてきて」と言った。

戸惑いながらもれおんも少しだけならいいやと思い、ポタに付き合うことに決めた。そして二人はポタについていくと、ポタの遊び場という開けた野原っぽい場所に着いた。その途端いきなりじんとポタの追いかけっこが始まってしまった。兄のれおんもしょうがなく加わった。

一方その頃、三郎は一人で搜索を続けていたが海はいつそう荒れ出し、自分が遭難してしまうと思い、一回港に戻り仲間の漁師や警察に搜索を頼んだ。港に戻った三郎はれおんたちの両親に連絡を取った。「れおんとじんが船から落ちて遭難した。漁師仲間たちとか警察の人に頼んで今必死になって探しているところだ」と伝えた。そうすると母は平然とした口調で、「今やっている仕事が終わらないの。早く行けても一週間後」と三郎に伝えた。実

はれおんとじんの両親は、誰にも言うてはいけない仕事をやっているのだ。搜索の方は人員を増員して探し続けたが、二人は見つからない。その翌日も搜索の範囲を広げたが見つからなかった。

一方その頃、兄のれおんはあることに気付く。いくら遊んでも空は青空のままで不思議に思ったのだ。けれど二人は時計を持っていなかったので時間が分からなかった。なので、追いかけてっこが落ち着いてきたところでれおんはポタに聞いてみた。「どうしてここは日がおちないの？」そうしたら、ポタは「僕が作った世界だからだよ。他の人は誰も入ってこれない。だから僕たちは永遠に遊べる」と言った。実はこの世界に来てから、すでに3日が経っていた。れおんは「元の世界に僕たちを戻してよ」とお願いしても、ポタは「ダメだよ。せっかく見つけた友達なんだから。友達を見つけられなくてずっと一人でさみしかったんだよ」と言った。その言葉を聞いたれおんは、そんなポタをかわいそうに思い、みんなには心配かけるけどじんも楽しんでるし1週間限定で、この島に残ることに決め、ポタに伝えた。

続!



令和7年10月29日現在

現在の順位と勝ち点・得失点差

1 鹿島アントラーズ	67	24
2 柏レイソル	66	22
3 京都サンガ F.C.	62	22
4 ヴィッセル神戸	62	15
5 サンフレッチェ広島	59	13
6 FC 町田ゼルビア	57	14
7 川崎フロンターレ	56	15
8 浦和レッズ	53	4
9 ガンバ大阪	53	-4
10 セレッソ大阪	49	4
11 FC 東京	45	-8
12 アビスパ福岡	44	-4
13 清水エスパルス	44	-5
14 東京ヴェルディ	42	-14
15 ファジアーノ岡山	41	-9
16 名古屋グランパス	40	-10
17 横浜 F・マリノス	37	-5
18 横浜 FC	32	-18
19 湘南ベルマーレ	26	-30
20 アルビレックス新潟	23	-26

※湘南と新潟は降格が決定

残り3試合の対戦カード

第36節

11月8日(土) 11月9日(日)

鹿島 vs 横浜 FC
東京ヴェルディ vs 福岡
川崎フロンターレ vs 岡山
湘南 vs 新潟
柏 vs 名古屋
広島 vs 浦和
町田 vs FC 東京
京都 vs 横浜 F マリノス
清水 vs セレッソ大阪
ガンバ大阪 vs 神戸

いよいよ残り3試合となった
Jリーグ優勝・残留、それぞれの
争いが混沌としています


第37節

11月30日(日)

東京ヴェルディ vs 鹿島
町田 vs 名古屋
川崎フロンターレ vs 広島
横浜 F マリノス vs セレッソ大阪
横浜 FC vs 京都
湘南 vs 清水
新潟 vs 柏
神戸 vs FC 東京
岡山 vs 浦和
福岡 vs ガンバ大阪

第38節

12月6日(土)

鹿島 vs 横浜 F マリノス
浦和 vs 川崎フロンターレ
柏 vs 町田
FC 東京 vs 新潟
清水 vs 岡山
名古屋 vs 福岡
京都 vs 神戸
ガンバ大阪 vs 東京 V
セレッソ大阪 vs 横浜 FC
広島 vs 湘南

各チームのポイント

<p>鹿島</p> <p>京都相手に追いついた気迫を武器に優勝街道へ</p>	<p>広島</p> <p>リーグ優勝に向けもう負けられない、ルヴァンカップ優勝との2冠なるか</p>	<p>ガンバ・セレッソ</p> <p>試合の良し悪しはばらついているも来季の戦いを見据え良い成績で終わりたい</p>	<p>名古屋</p> <p>次節横浜FCが引き分け以下で残留が確定、マテウスのケガが心配</p>
<p>柏</p> <p>上位陣の中では最近の勝ち星の多さはトップ、勝ち点1差で鹿島を追いかける</p>	<p>町田</p> <p>リーグ戦・天皇杯とFC東京と連戦、リーグタイトルが抜け落ちただけに天皇杯だけでも</p>	<p>FC 東京</p> <p>町田との国立決戦を勝利し天皇杯に向けて勢いを出せるか</p>	<p>横浜Fマリノス</p> <p>次節の京都戦に勝利で残留が確定、最下位が定位置だっただけにいい上がった</p>
<p>神戸</p> <p>最下位の新潟に追いつかれ優勝に向けて痛いブレーキ、ガンバ戦は何としても勝利が欲しい</p>	<p>川崎</p> <p>失点の多い守備面を修正し勝ち点を稼げるか</p>	<p>清水・東京ヴェルディ・福岡</p> <p>残留を確定させほっと一息、中位争いに食い込めるか</p>	<p>横浜 FC</p> <p>横浜FCが敗れてマリノスが勝利すると降格が決定</p>
<p>京都</p> <p>次節は乗りに乗るマリノスとの対決、鹿島に追いつかれた悔しさを晴らせるか</p>	<p>浦和</p> <p>金子の4試合出場停止がどう響く？</p>	<p>岡山</p> <p>J1初挑戦ながらここまで結果を残せたのは上々、どんなサプライズがこの後あるか</p>	<p>湘南・新潟</p> <p>降格が決定したがあと3試合どこまで稼げるか</p>

防災訓練

2025年防災訓練

林 千佳子

大変暑い日に、防災訓練がありました。誰々の場所のコンセントから火が出たという設定でした。

そこで思ったのは、その言い方で、火の出た所がはっきりと判らないということです。

誰がどこにいるかなんていつも決まっていることではないのですから、本当の火災なら落ち着いて逃げることも自体ままならないと思うので、そこははっきりと伝えて貰い、出来れば逃げ口までの指示を簡単な手段も告げて貰いたいと思いました。緊急の際はどんな事が起るかも知れないので普段以上の注意も必要です。

そしてパソコンもそのままに、普段から歩く事に馴れていない自分の体力のなさを知り、がっかりしました。

いつもの通所と逆に歩くだけなのですが、それだけのことが本当に大変と感じました。着いてすぐという事もその要因の一つでしたが、暑い時期の訓練はなおのこと、かんかん照りの下で長い時間点呼を取ってか

ら話をじつと立って聞くのは、倒れるかと思う程の苦痛でした。

せめて話は戻ってからにしたいと思いますが、その時の他の疑問は後にしました。

そして、自分の体力のなさにショックを受けたのも、事実です。災害時はそんなこと関係なく何時やって来るか分からない事です。

災害がない事を祈りつつ、終えました。色々考えさせられる訓練でした。

調布エフエム出演

9月5日(金)に、調布エフエムの『街角レポート』に出演しました。

慣れておらず、緊張により相当あたふたとしたラジオ出演でしたが、さえずりの宣伝になっていればいいなと、心より願っております。

(坪井唯)

暑気払い

25年暑気払い

林 千佳子

夏の賞与と、8月の工賃を頂いた後も温かい夏休み前の大掃除を早めに切り上げ、さえずりでケーキセツトを食べながら、暑気払いをしよう

と男女関係なく色々な人達にその前日声を掛けて回りました。そして快諾してくれた有志8人予約して、会員だけで暑気払いをすることが出来ました。これで、また、夏休み明けにみんな張り切つてめじろに通所出来る事を祈りつつ楽しい小一時間を過ごせました。そんな機会があると嬉しいと思っていたので、とても良い時間でした。皆さん好きなお話をされて楽しそうだったし、またそんな時間が持てたらし、またそんな文と出入りは職員の方の協力が必要ですが、時間を作ってもらえたら嬉しいなあと思いつつめじろを後にしました。

コンピューターサービス

技能評価試験

9月12日にめじろ作業所内で「コンピューターサービス技能評価試験表計算(Excel)部門3級」を実施、2名の会員が受験、1名が合格しました。受験本番まで数か月間、それぞれ練習や演習問題に取り組み知識や技能を上達させて挑みました。

今後也得た技能を活かし活躍してくださることを期待しています。

(橋本)

ハッピーまつり

10月4日(土)、ハッピーまつりが開催されました。あまり良いお天気ではなかったですが、スーパードールすくいの準備や接客、トイレのご案内や清掃など、一生懸命励んでくださいました。ありがとうございました。(吉田)





◆電通大はちみつ販売中!!

電気通信大学から半径3キロ圏内で採れた100%調布産はちみつです。電通大の屋上で養蜂しているはちみつで、野川・深大寺・植物公園などからみつばち達が集めました♪

5月のはちみつ…フレッシュ&フローラルな春のさわやかな香りです。

7月のはちみつ…夏の濃い蜜は料理やデザートと相性抜群です。

小ビン(30g)450円、数量限定で販売中です♪

◆ケーキの販売休止のお知らせ

誠に勝手ながらパティシエの長期休暇に伴い、10月末をもちましてケーキの販売を休止させていただく事となりました。(再開時期未定)

これまでたくさんのお客様にケーキをご愛好いただき誠にありがとうございました。心より感謝申し上げます。また皆さまにケーキをお届けできる日を楽しみにしております。

なお、さえずりは一部メニュー変更がございますが、変わらず営業いたします。ぜひご利用くださいませ。

— お客様からのメッセージ —

★とても美味しくいただきました。
雰囲気落ち着いていてゆっくりくつろげました。

★カップの下に敷いてあった紙ナプキンがハートに折られていてとっても良かったです!! またケーキ食べたいです! また来ます!

★久しぶりに来ました。今手話を勉強中です。
なかなか難しいですが頑張ります。美味しいケーキとコーヒーで癒されました。ありがとうございました。

★私は精神障がい者です。説明されたことが理解できないことが多いですが、メニューやトイレのことなど丁寧に優しく教えていただきました。初めて来ましたが、また来たいと思います。美味しかったです。

★落ち着くのでたまに1人で来ています。
最近はカフェインレスの飲み物があるお店も増えましたが、こちらにもルイボ스티ー(ノンカフェインティー)があってよかったです。ありがとうございます。

Tel 042(444)8818 <http://cafe-gallery-saezuri.jimdo.com/> Open 11:00 Close 16:00 (last order 15:30)

印刷タイムス

第35号

編集
坪井 唯

年賀はがきにはなぜ消印がないの?

気がつけば日脚もめつきり短くなり、冬の訪れを感じておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。
今回は、もう時期年賀状の季節というところで消印のトリビアをお伝えしたいと思います。

毎日のように受け取る郵便には必ず消印が押されているのに、年賀はがきには消印が押されていないことに気付いていましたか? 日頃は気にすることのない消印ですが、そもそも消印は何のために押されているのでしょうか。

消印とは、はがきや郵便物に貼られている切手が使用済みであることを証明するために押される刻印のことです。はがきや切手を不正に再使用したりすることを防ぐために押されます。また、郵便局が郵便物を受け付けたことの証明としての意味もあります。受付郵便局名、受付年月日、時間などが押印されているので、不達などの配達不備があったときに郵便物を追跡しやすくなります。

さまざまな目的があつて押されている消印ですが、なぜ年賀はがきには消印がないのでしょうか。理由はただひとつ、郵便局の作業量を減らして効率を上げるためです。近年年賀状を出す人も減少傾向にありますが、それでも郵便局では年賀状受付の時期になると大量の年賀状が届けられます。年間

の郵便物の約10〜20%が年賀状であることから、郵便局では12月末〜1月初めが最大の繁忙期となります。

全ての年賀状に消印を押していると、年賀状受け付け期間に出されていても、元旦に年賀状を配達することが不可能になってしまいます。そのため消印をなくすることで作業量を減らし、配達作業に集中できるようにしています。

消印には不正使用を防ぐ目的がありますが、では消印のない年賀はがきにはその心配はないのでしょうか。実は年賀はがきには、見えない特殊インクのバーコードが押されており、これが消印の代わりとなり不正使用を防止しています。

もらって嬉しい年賀状、今年も送ってみませんか? (出典元: new year AC)

ご注文
ありがとうございました

オリジナルメモ帳デザイン・展覧会DMデザイン・イベントパンフレット・会報デザインのご注文がありました。

	名刺	ハガキ	封筒	B5~A3	A2~A0	製本	総件数
7月	16件	0件	2件	15件	1件	0件	34件
8月	4件	1件	0件	17件	2件	0件	24件
9月	17件	5件	0件	18件	0件	0件	40件

新会員紹介

お久しぶり

松永 典子

松永典子といいます。耳が不自由です。趣味は街中散歩です。

A型事業所の会社に通っていました。お菓子の箱の組み立て・本・アニメグッズ・化粧品サンプルの検品・ラベル貼り、封入封緘など作業をやっていました。

9月1日より1年5か月ぶりにめじる作業所に戻ってきました。みんなに再会できてうれしく思っています。これからも宜しくお願いします。



柴 信幸です

私は9月25日よりめじる作業所に通所を始めました。

当面、月曜日の午後と木曜日の午前に通います。他の曜日は、長谷川病院のデイケアに通います。病名はうつ病ですが、今は安定しています。

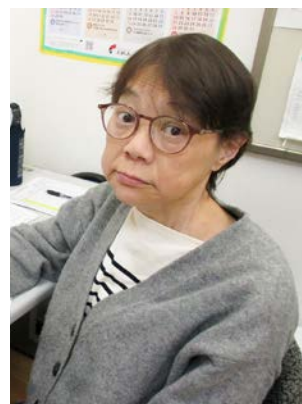
趣味はウォーキングですね。体を動かすことが、大好きです。大学時代には合気武術をやっていました。本格的に体を鍛えていました。

これから色々とお世話になります。どうか宜しくお願い致します。



角田ともね

9月18日よりめじる作業所でお世話になります。角田といいます。海外ドラマ大好きです。特にアメリカの刑事もののばかり見えています。何卒宜しくお願い致します。わからないことばかりです。ので教えてください。よろしくお願ひいたします。



今期予定

- 防災訓練 11月20日(木)
- 調布市福祉まつり

- 12月6日(土)
- 冬季休業
- 12月29日(月)
- 新年会 未定
- 1月2日(金)

正会員 賛助会員 ご寄付

賛助会員 個人・継続

- 平野 典子 前田 貞雄
- 吉田 寿雄 森島 まみ
- 藤岡 泰明 折目由紀彦
- 和田 有未 高徳 昌毅
- 杉本 芳枝 杉山 百恵

賛助会員 団体・新規

渡辺税理士事務所 渡辺宏幸

賛助会員 団体・継続

ご寄付

高橋 貞夫
佐々木千聖(会員) ご家族様

看相談…看護師の健康相談

賛助会員募集

私たちの活動に賛同し支援してくださる賛助会員を募集しています。ご協力をお願いします

年会費

個人会員：1口 3,000円 団体会員：1口 5,000円

賛助会員には当法人広報誌「めじる便り」を年4回発送し、活動内容をお知らせします。また、併設の「カフェギャラリーさえずり」の利用チケットをお送りします。

【振込口座】

郵便振替 ゆうちょ銀行

口座番号：00160-7-358958 加入者名：特定非営利活動法人 羽ばたく会

銀行振込 みずほ銀行 調布支店

口座番号：普通 1369371 口座名：特定非営利活動法人 羽ばたく会

〒182-0022

東京都調布市国領町1-3-1 調布セントラルアパート1階

TEL 042(443)1633

1633

Fax 042(443)1632

次号1月末頒発行予定
表紙の題字：小林 隆