



# キャッチボール

Vol.121



特集

知ってほしい。こあふるの魅力！

～つながる・みちる・こあふる～

- こあふるの活動紹介……2～3
- 小さな交流が地域をつくる…4

キャッチボール 第121号 令和8年3月発行

【発行】 所沢市立こあふる（所沢市社会福祉協議会運営）

【住所】 〒359-1164 所沢市三ヶ島 5-828-6

【電話】 04-2938-1500 【FAX】 04-2938-1502



※所沢社協 HP QRコード

# こあふる 活動特集 !!

## こあふるってどんな場所？

様々な障がいがある方が活動している施設です。現在は、19歳から60歳までの利用者の皆さんが通っています。

今回は利用者の皆さんがどんな活動をしているかピックアップしてご紹介します。



## 健康活動



### ウォーキング

早稲田大学 所沢キャンパスの敷地をお借りして、ウォーキング・外気浴を行っています。

体力づくりや歩行訓練を目的に取り組んでいます。また、外気にふれることで生活リズムの安定と心身のリフレッシュを図っています。



### 音楽ストレッチ

心地よい音楽に合わせて筋肉をほぐし、柔軟性の向上や血流促進、身体の拘縮予防を目的に行っています。

また、身体を動かすことで、気持ちもリフレッシュできるように取り組んでいます。



## 社会貢献活動

### リサイクル回収

地域のお店や個人宅を回り、利用者の皆さんがお店の方へ挨拶をしながら段ボールやアルミ缶を回収し、リサイクル業者へ納品しています。

この活動は、利用者の皆さんが役割を持ち、地域住民の皆さまとふれあう大切な機会となっています。



### フラワーアレンジメント

活動で利用者の皆さんが作製したフラワーアレンジメントを楽しんでいただけるように地域の学校や施設等にお届けしています。



### 近隣清掃

こあふるから三ヶ島小学校の周りを歩きながら、ゴミ拾いを行っています。途中ですれ違う地域の方と挨拶をしながら清掃活動をしています。



## サークル活動

### 音楽活動

音楽療法士の先生をお招きし、月に1回音楽活動を行っています。歌や楽器演奏、リズム遊びなどを通して、利用者の皆さんが自然と笑顔になれる時間です。音楽に合わせて体を動かしたり声を出したりしながら、みんなで同じ時間を楽しみ、一体感を大切に活動となっています。



### アート活動

オリジナリティを大切にしながら、絵の具やクレヨンなどを使い、自由な発想で表現する時間です。カラフルな色づかいや、個人の感性あふれる作品が生まれ、それぞれの個性が輝く活動となっています。所沢市障害者作品展に出展し、利用者の作品の発表の場となっています。

### 書道活動

ボランティアの先生をお招きし、書道活動を行っています。参加者は一文字一文字に集中しながら、作品づくりを楽しんでいます。筆を持つ時間は、表現する喜びや落ち着いた時間にもつながっています。毎年12月には、まちづくりセンターで書道展を開催し、日頃の成果を地域の皆さまにご覧いただいています。



## 作業活動

### 草木染め

草木染めは、こあふるの特徴の一つであり伝統的に取り組んでいる自主生産活動です。利用者が輪ゴムやビー玉等の道具を使って模様を作り、一つ一つ心を込めて作っています。玉ねぎの皮や染め粉を使って、エコバッグや巾着袋、サシェ、ストール等を製作しイベントで出品しています。鍋の中で煮だした布を取り出し広げて出来た模様は世界に一つのオリジナル作品になります。



### 自主生産活動

自主生産品として、エコバッグ、巾着袋、サシェ、シューズキーパー、押し花製品、髪ゴム、ビーズアクセサリ等様々な作品づくりに取り組んでいます。地域のイベントや、YOT-TOKO、ニコニコカフェなどのお店で販売をしてこあふるを知って頂くと共に利用者の皆さんのお給料に反映できるように皆で頑張っています。

### こあふる茶生産活動



株式会社新井園様にご協力いただき、こあふる茶を販売しております。一つ一つ丁寧にシールを貼って仕上げています。

# 小さな交流が地域をつくる

## ～三ヶ島中学校特別支援学級との交流会～

2月13日に三ヶ島中学校特別支援学級の生徒の皆さんをお迎えし、利用者さんとの交流会を開催しました。



当日は皆さんの「好きなこと」や「得意なこと」の発表を通じて交流を行いました。

はじめは緊張した様子も見られましたが、次第に笑顔が増え、会場には和やかな雰囲気が広がりました。



地域で暮らす私たちがお互いを知り関わり合うことは、誰もが安心して暮らせる地域づくりにつながります。今回の交流が、地域の中での理解やつながりを深めるきっかけになれば嬉しいです。

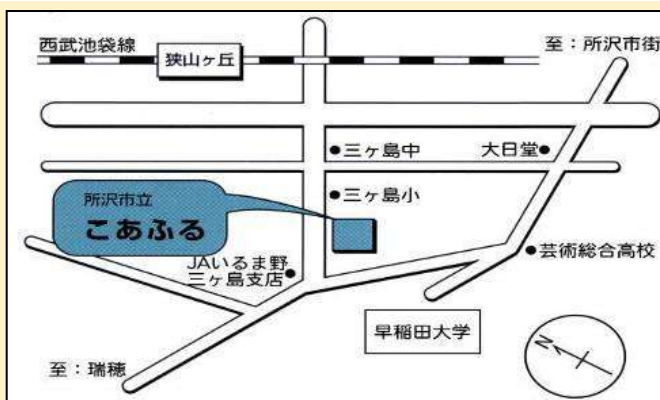
## ～心あたたまる Xmas の贈り物～

今年もヤマザキ製パン従業員組合埼玉支部様より、利用者さんへクリスマスケーキをご寄付いただきました。

甘いケーキを囲み、利用者の皆さんの笑顔が広がるひと時となりました。



地域の中でこのようなご支援をいただけることに、心より感謝申し上げます。これからも地域とのつながりを大切にしていきたいと思っております。



※西武池袋線・小手指駅南口から  
西武バス「早稲田大学行」乗車  
「芸術総合高校」下車、徒歩5分

※西武池袋線・狭山ヶ丘駅西口から  
ところワゴン「三ヶ島ルート」乗車  
「三ヶ島小学校」下車、徒歩3分

社会福祉法人  
所沢市社会福祉協議会

GO! DASH!

