

ほっと通信

Vol. 91

令和8年 2月12日発行

しゃかいふくしほうじん みらい こだいらししょうがいしゃしゅうろう せいかつしえん
社会福祉法人 未来 小平市障害者就労・生活支援センター ほっと

「ほっと」は、ほっ・・・と安心して相談できて、多くの方が旅立てる（発途）ように、
HOTな就労支援センターを目指します！！

じゅうしや とうきやうとこだいらしおおぬまちやう
住所：〒187-0001 東京都小平市大沼町2-1-3

てんわ せうごう
電話/FAX：042-316-9078 e-mail :hot-mirai@mbe.nifty.com

こていけいだいでんわ
固定携帯電話：080-3725-4585 homepage : http://mirai.no.coocon.jp

かいしよび げつやうび きんやうび こぜん
開所日：月曜日～金曜日 午前10：00～午後7：00

だい 2、だい 4 とうやうび こぜん
第2、第4土曜日 午前12：00～午後5：00

やすみ だい 1、だい 3、だい 5 とうやうび にちやうび しやくじつ
休み：第1、第3、第5土曜日、日曜日、祝日



令和8年の「就労・生活支援センター ほっと」について

こだいらししょうがいしゃしゅうろう せいかつしえん
小平市障害者就労・生活支援センター ほっと
センター長 中村 真英

れいわ ねん はや げつ す しゅうろう せいかつしえん こだいらし
令和8年になり、早くも1か月が過ぎました。「就労・生活支援センター ほっと」は、小平市から
の業務委託を受けて平成19年4月に開所し、今年4月で20年目を迎えます。

「就労・生活支援センター ほっと」は、区市町村障害者就労支援事業という東京都の事業です。
この事業は都内の一部の町、村、島しょ部をのぞくすべての自治体に1か所以上設置されており、障
がいのある方が自立した職業生活を送るために、働くための準備に関する支援や仕事を探すための
支援、安心して長く働き続けるための支援を行っています。また、働くうえで必要な、日常生活に
おける困りごとの相談にも応じています。

国の障害者雇用に関する施策は、法定雇用率（会社が障がいのある方を雇用する割合）の引き上げ
など、法制度の整備が進んでいます。また、法定雇用率を守るだけでなく、企業の社会的責任を果たす
目的で障害者雇用を進める企業が増えています。障がいのある方の就労支援に関する行政や企業
の取り組みが進み、障がいのある方の社会参加は今後も年々、拡大していくと考えられます。

こうした中、「就労・生活支援センター ほっと」では、相談者の「働きたい」という希望に応え、
それぞれに合ったペースで働けるよう、これからも頑張っていきます。

最後になりましたが、「就労・生活支援センター ほっと」は今年の秋ごろ、これまで長く事務所を
構えてきた大沼町を離れ、小平駅にもう少し近い「美園町」に、事務所を移転する予定です。移転の
時期や場所など、具体的なことについては、この通信で順次お知らせしていきます。



じょしかい 女子会

令和7年11月8日(土)、ほっと登録者で就労中の方の交流会(女子会)を実施しました。今回のテーマは「携帯ストラップ作り」で、7名が参加しました。前半は紐を編んだ携帯ストラップ作り、後半はお菓子を食べてトークタイムを楽しみました。ストラップ作りは、苦戦しながらもお互いに教えあって、全員オリジナルのストラップを完成させることができました。トークタイムでは、仕事の悩みなどを共有しました。初参加の方もいましたが、和やかな雰囲気ですべて終わることができました。ご参加くださった皆さま、どうもありがとうございました。次回も楽しい企画を考えています。



ざぜんたいけん 座禅体験!

令和8年1月10日(土)、天候に恵まれ、ほっと登録者で就労中の方を対象としたミニ交流会が行われました。今回のテーマは、ほっと初の試み「座禅体験!」1739年に創建され、280年以上の歴史がある市内の平安院の住職が直々に座禅を教えにお越しく下さいました!座禅とは「正しい姿勢で座り、呼吸を調べ、精神を統一する仏教の基本的な修行法で、自分自身の心と向き合い、心のざわつきを静めて内面を見つめ直すこと」です。

交流会の参加者は10名で、5分、10分と分けて座禅を行いました。目を閉じる方、呼吸に集中する方、目を見開いて一点に集中する方などそれぞれのやり方で座禅を楽しみました。住職によると「座禅はどこでもできる。椅子に座ってもできる。寝る前に横になってもできる。通勤中の電車の中でもできる」と話されていました。

「住職に質問!」のコーナーでは、「お坊さんになるためにはどうしたらいいの?」や「お休みはあるの?」などなかなか住職には聞けない質問が飛び交い、あたたかい雰囲気に包まれた交流会となりました。

今回ご協力いただきました。住職にはこの場を借りて心より感謝いたします。小平市役所から目と鼻の先に、さわやかな空気が漂う平安院。ぜひ訪れてみてください。



<平安院のHPはこちら>



HOT NEWS②

しやくしよはんばい 市役所販売「ふらっとまるしえ」 ほうこく 報告&ご案内

令和7年12月1日(月)～12月5日(金)に、市役所販売「ふらっとまるしえ」が、小平市役所本庁舎1階ロビーにて開催されました。季節がらクリスマスツリーやクリスマス菓子のシュートレン、お正月飾りなどが出品され、とても人気がありました。今回は市内18事業所より出品があり、5日間で約75万円の売り上げとなり、過去最高額を更新しました。



今回参加した実習生は17名。接客やレジ、品出しなどの作業に取り組みました。実習生の「いらっしゃいませ!」「ありがとうございました!」と元気な声がひびき、活気がありました。

会場に足をお運びくださった皆さま、ありがとうございました。次回の市役所販売は、令和8年3月2日(月)～3月6日(金)開催で、市内18事業所が参加を予定しています。各事業所のおすすめの製品が多数並びます。販売時間は午前10時～午後3時30分となっています。ぜひお越しください。



HOT NEWS③

れいわ ねんど 令和8年度 ほんとう交流会について

令和8年度も、就労中の方を対象としたほんとう交流会を開催する予定です。対象の方には、およそ1カ月前に詳細をご案内いたします。

★令和8年度・ほんとう交流会予定

- 第1回 ※35歳以下の就労者を対象 令和8年6月27日(土) 午後2時～4時
- 第2回 ※36歳以上の就労者を対象 令和9年2月27日(土) 午後2時～4時

れいわ ねんど 令和8年度 ほんとうミニ交流会

就労中の方を対象としたほんとうミニ交流会も新年度に開催する予定です。20名定員で、事前申込制です。時間、参加費、持ち物などは、内容によって変わります。詳しくは、ほんとう職員にお尋ねください。皆さまのご参加をお待ちしております。日にちは、以下のとおりです。

令和8年7月11日(土)『鉄道』	※6月1日(月)午前10時～	受付開始
令和8年11月14日(土)『女子会』	※10月1日(木)午前10時～	受付開始
令和9年1月9日(土)テーマ未定	※12月1日(月)午前10時～	受付開始

こうりゆうかい オーバー もうしこ うけつけちゆう
 ほっと交流会「O-36」申込み受付中

れいわ ねんどさいご こうりゆうかい オーバー さんかもうしこ うけつけちゆう
 令和7年度最後のほっと交流会「O-36」の参加申込みを受け付けています。ほっと
 とうろくしや しゅうろうちゆう さいいじょう かつ たいしやう こんねんど
 登録者で就労中の36歳以上の方を対象としています。今年度のテーマは「ボウリング」
 です。定員は20名で、締め切りは2月18日（水）です。

みなさまのご参加をお待ちしております。



こうりゆうかい オーバー しゅうろうちゆう さいいじょう かつ
 ほっと交流会「O-36」(就労中で36歳以上の方)

かいさいにちじ けいわ ねん がつ にち ど こごじ じ
 開催日時 令和8年 2月28日(土) 午後2時~4時
 かいじやう かつめがわ せいぶせんくめがわえき とほ ふん げんちしゅうごう
 会場 久米川ボウル(西武線久米川駅より徒歩5分) 現地集合
 さんかひ えん だいらく
 参加費 1400円(ゲーム代含む)

※障がい者手帳を持参すると1000円になります。

しゅうごうじ しよくいん しはら ほか かしくつだい えん
 集合時に職員にお支払いください。他に、貸靴代400円がかかります。

ほっとより。あしうせ

ほっと 3月・4月・5月の予定

- 3月 土曜開所 3月14日、28日
 3月20日(金)は祝日のためお休みです。
- 4月 土曜開所 4月11日、25日
 4月29日(水)は祝日のためお休みです。
- 5月 土曜開所 5月9日、23日
 5月4日(月)、5日(火)、6日(水)は祝日のためお休みです。



~ほっと交流スペース~

かいしよび へいじつ げつようび きんようび こごじ じ
 開所日 : 平日 月曜日~金曜日 午後5時~7時

ば しよ ぼんと 隣の部屋

☆火曜日・木曜日は職員が交流スペースにいます。

☆利用に関しては、ほっと登録者の方で、交流室利用の面談を行った方とさせていただきます。

☆具体的な相談はほっとで、それ以外のお話や息抜きは交流室で…と使い分けていただければ幸いです。

用途に合わせてご利用ください。

次号は 5月 9日頃発行予定です。

小平市障害者就労・生活支援センター ほっと は・・・

社会福祉法人 未来が、小平市との「小平市障害者就労支援事業業務委託契約」に基づいて

管理・運営を行なっています。