



ねんはるごう
2025年春号



冬のプログラム

冬のハピネスサポーター西府には様々なプログラムがあります。まずはクリスマス会です。



ピザやお菓子を食べながらゲームを楽しみます。ゲームを通じてコミュニケーションを取る事で親睦を深めたり、自己表現力を養う事ができます。



次に紹介するのはウォーキングです。大國魂神社まで約30分かけて歩きます。

普段見る事のない景色を楽しめ、かつ良い運動にもなって一石二鳥です。

ハピネスサポーター西府のブログにも詳しく掲載されてますので、そちらも是非ご覧ください。

(Wさん)

ブログ→



普段のプログラムからおすすめのもの

私のおすすめは「自主清掃」です。

主に新府中街道沿いのゴミを片付けるのですが、小学生や買物客が多い地域なのでクリーン化にやりがいを感しながら取り組めます。また徒歩移動は軽い運動にもなり気分も良くなります。(I.Sさん)



事業所の様子はInstagramへ☆

ご相談だけでも、いつでもご連絡お待ちしております。



◆メール

・けんめい
・なまえ
・れんらくさきを
かいてください。



◆Instagram

じぎょうしょの
かつどうを
みてください！



◆X (旧Twitter)

こうしんしています
ぜひフォローして
ください！



◆LINE

ともだちつかいで
ちょくせつしつもん
してください

じっしゅう たいけん
実習を体験してみて

ねん がつ にち たちかわ のうえん
2024年12月9~12日まで立川にある屋内型農園で
かかんたいけん
4日間体験をしてきました。

はたら たいけん はじ
働くかもしれないところでの体験は初めてだっ
たので緊張と4日間やりきることができるのか
さいしょ ふあん
最初は不安でいっぱいでした。

たいけん しょうがい も ひと き
体験にはいろいろな障害を持った人たちが来て
いました。コミュニケーションが苦手であいさつを
する時、声を出さないといけないとと思っていました
が「コミュニケーションは会話だけではない」と
のうえん まな えしゃく
農園のスタッフさんから学んでいたのが会釈をす
るなど自分なりに工夫しました。作業体験は失敗す
ることなく集中してやることができました。自分
の体調管理が上手くできなかつたり体験中にトラ
ブルがあった日もありましたが、4日間やりきるこ
とができました。

なに はじ わたし のうえん たいけん
何もかも初めてだった私にとって農園の体験は
すごくいい経験になりました。

(Iさん)



おすすめのプログラム

わたし
私のおすすめはウォーキング

あおぞら しろ くも み
です。青空と白い雲を見ながら

しょくいん いちどう
職員さんはじめ一同でゆったり

ある おだ きも のぞ
歩くそれは穏やかな気持ちで臨めます。

なん い かつりよく かん
そして何となく生きていく活力がもらえる感
じがしてきます。(Oさん)



そつぎょうせい こと
卒業生からのひと言

10月から屋内型農園で働いています。農園では毎日色々な作業(種まき、野菜
の苗を別の場所に移す、野菜を育てる装置の洗浄、収穫等)をしています。

働き始めてから、体調管理の大切さを感じています。体調管理をきちんとしない
とすぐに疲れてしまったり、作業に集中できないからです。どんなお仕事でも毎日
決められた時間働かないといけないので、それが最も重要だという事を身に染み
て理解しました。

私が毎日職場に行き、働く事ができているのは事業所の方々のサポートがあつ
たおかげです。たくさん支えていただき本当にありがとうございました。これからも
がんばります。(Sさん)



ハピネスサポーター西府

とうきょうとふちゅうしにしふちよう とうしつ
東京都府中市西府町3-1-5 スウィング242 102号室

でんわ
電話：042-319-2318