

# ウエルカム

# つうしん

## 2026年 5月号



東大和市社会福祉協議会  
地域生活支援センター「ウエルカム」  
〒207-0015  
東大和市中心3-912-3 社会福祉協議会内

電話 042-564-0891  
電話 042-564-0888 (相談専用)  
FAX 042-564-3680

ホームページ

<https://www.higashiyamatoshakyou.or.jp>

精神障害関係従事者養成研修等を修了した常勤の相談支援専門員を配置しております。お気軽にご相談ください。



## 令和7年度ウエルカム実績報告

地域の皆様に支えられ、ウエルカムも23年目の春を迎えました。ありがとうございます。令和7年度の実績は次のとおりです。令和7年度は夕食会をコロナ前の品数に戻し、飲食系のプログラムも増やしました。長らく休止していたBBQや流しそうめんを再開し、好評でした。

令和8年度につきましても、プログラムの充実や相談しやすい環境作りを検討していきます。地域に根ざした地域生活支援センターを目指し、職員一同取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

### ◆地域活動支援センター事業／相談支援事業◆

登録者数（令和7年度末）	99名
延べ利用者数	7,388件
相談件数	5,531件
面接	538件
電話・メール	2,651件
訪問・同行	144件
関係機関連絡	2,098件
個別支援会議	71件
個別対応・その他	29件
交流室利用者数	1,491名
プログラム実施回数	136回
プログラム参加者数	366名
開所日数	290日

### ◆特定相談事業◆

契約者数（令和7年度末）	198名
サービス等利用計画作成支援	179件
継続サービス利用支援 （モニタリング）	321件

### ◆一般相談事業◆

地域移行支援	1件
地域定着支援	0件



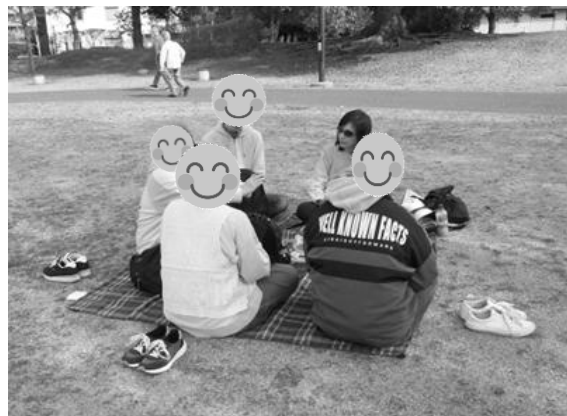
## 東大和南公園 お花見報告！

3月30日(月)に4名のメンバーと東大和南公園までお花見に行ってきました。当日は、ほど良い気候で気持ちよく歩けました。

公園の桜は、ほぼ満開で変電所脇の大きな桜の木の前でみんなで写真を撮ったり、シートを広げてお茶菓子を食べながら、おしゃべりを楽しみました。

今回は午後からのお花見だったので「お弁当を食べるお花見が良かった。」との声がありました。

来年はみんなでお昼をいただきながらお花見ができるプログラムにしたいと思います。



## 夕食会



4月8日の夕食会の様子とメニュー：カレー肉じゃが

### 《MENU》

①和風ハンバーグ、雑穀ごはん、みそ汁、サラダ、デザート

②麻婆豆腐、中華スープ、サラダ、ご飯、デザート

日 時：①5月13日(水) ②5月27日(水)  
17:00~

場 所：社協第二会議室

参加費：400円

申込日：①5月1日(金)~5月12日(火)

②5月1日(金)~5月26日(火)

※定員15名(先着順)となります。

参加される方は早めにお申込みください。

夕食会に、ご協力いただいたボランティアの皆様

堤 ハル子様 松本 皓代様 ありがとうございました。

## プログラムのお知らせ

# 女子会

# ～ストレッチ～



令和8年度初の女子会はストレッチを行います。

ストレッチは怪我の予防や血行改善、疲労回復に有効とされています。

また、副交感神経が優位になり、心身の緊張がほぐれるためストレス解消にもなるそうです。

終了後には、ハーブティーを用意します。

日時：5月29日（金）14：00～

場所：社協第二会議室

参加費：無料

申込日：5月1日（金）～ 5月28日（木）

※定員5名（先着順）となります。

参加される方は早めにお申し込みください。

# ゆる体操



4月11日の体操には3名のメンバーの参加がありました。

気温の高い日だったので、窓を開放しての運動となりました。

YouTubeの動画を見ながら体操とストレッチをしました。

5月のゆる体操もYouTubeの動画を見ながら体を動かすプログラムです。

日時：5月9日（土）14：00～

場所：社協第二会議室

参加費：無料

申込日：5月1日（金）～5月8日（金）

※定員4名（先着順）となります。

参加される方は早めにお申し込みください。



# カフェタイム



月1回の開催となっていますが、常連メンバーや時々参加してくれるメンバーで毎日にぎわっています。

4月15日のカフェタイムも8名の参加がありました。

皆様のご参加をお待ちしています。



4月15日の  
カフェタイムの様  
子です。

日時：5月18日（月）14：00～16：00

場所：交流室

参加費：1杯目のお茶は無料（コーヒー、紅茶）  
2杯目からは50円となります。

申込日：5月1日（金）～当日

## お知らせ

# 新職員の紹介 森内 比砂子（もりうち ひさこ）



はじめまして、森内比砂子と申します。

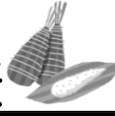
総務係から異動してきました。

社協に来る前は、近隣市で精神保健福祉の仕事をしていました。

趣味は、ラジオを聴くこと。リスナーからの投稿やリクエスト曲を聴く時間が、くつろぎになっています。



# 5月の予定表



開所時間 月・水・金 午前9:00~午後6:30  
火・木・土 午前9:00~午後5:00

月		火		水		木		金		土	
								1		2	
								職員会議			
3	4	5	6	7	8	9					
閉所日	閉所日	閉所日	閉所日	パソコン教室		ゆる体操					
10	11	12	13	14	15	16					
閉所日			夕食会		職員会議	パソコン教室					
17	18	19	20	21	22	23					
閉所日	カフェタイム			パソコン教室							
24/31	25	26	27	28	29	30					
閉所日			夕食会		女子会	パソコン教室					

のプログラムについては別記事のご案内があります。ぜひご覧ください。

## プログラムの内容

パソコン教室（予約制）7日・21日（木）、16日・30日（土）（参加費なし） ×切は前日  
マンツーマンレッスンです。初心者でも楽しく学べます。

夕食会（予約制・定員15名）13日・27日（水）17:00~（参加費400円）×切はそれぞれ前日  
家庭料理を皆で食べましょう。

ゆる体操（予約制・4名）9日（土）14:00~（参加費なし） ×切は8日（金）  
動画を見ながら体操をします。

カフェタイム 18日（月）（自由参加）14:00~16:00（飲み物1杯無料）  
ふらっと交流室に立ち寄ってみませんか？

女子会（予約制・5名）29日（金）14:00~（参加費なし） 空きがあれば当日参加OK  
久しぶりにストレッチを行います。動きやすい服装でお越しください。

カラオケ（自由参加）毎週土曜日 10:00~16:00（12:00~13:00を除く・参加費なし）  
カラオケ希望の方は当日職員までお声かけください。曲数が増えました♪  
都合によりできないこともあります。



## お知らせ

プログラムの詳細、申し込みに関しては毎月1日に更新されている本会ホームページで確認していただくか、電話でも対応いたしますのでよろしくお願いいたします。プログラムの参加費についてはおつりの無いようにご用意ください。

今後もウエルカムの利用方法等、変更がある場合は本会ホームページ等でお知らせしていきます。