



こくろきまちつうしん 〜小倉木町通心〜 巣箱 すばこ



〒 803-0851 北九州市小倉北区木町 3 丁目 6-7 TEL&FAX.093-582-7018 E-mail nest-kimachi@poplar.ocn.ne.jp HP <http://nponest.org/>



巻頭集

つくることが
「生きる力」になるアトリエ
ネストデザイン
手を動かし、カタチにする時間そのものが、明日の力になる。
そのすべてが、誰かの心を動かすアートになる。

《障害福祉サービス事業に係る事業》
共同生活援助・就労継続支援B型
メンバーとスタッフの日々
《自主事業〈発達障害児者への当事者活動支援事業〉》
鉄道倶楽部の活動



nest
creative work and coordination
Design

つくることが 生きる力になる ネストデザイン

ひとりひとりの色が光るネストデザインの作品は「おもしろい!」「おしゃれ!」「ジワる!」と純粋に感じてもらえることが、なにより嬉しい瞬間。私たちは「福祉」だから、ではなく作品そのもので評価される世界を目指しています。

QRコード: @NESTDESIGN328
ネストデザインInstagram

ここは描くことが仕事になる場所

ここはテーマに沿った絵や模様を描き、付加価値を付け、商品になって誰かの目にとまる。そんな“やりがい”に出会える場所です。得意なこと、好きなことはみんな違います。だからこそ、ここでは同じ作品はひとつもありません。みんなの“らしさ”がそのまま作品の魅力になります。



「応援」ではなく、「作品」として

「面白い!」「おしゃれ!」「ジワる~!」と純粋に感じてもらえることが、なにより嬉しい瞬間。私たちは福祉だから、ではなく“作品そのもの”で評価される世界を目指しています。また、発表することで、地域の人たちとつながり、「いいね」と言葉をかけてもらう。その小さなやりとりが大きな自信につながります。



何気なく居心地がいい場所

ネストデザインは、ありがちな施設っぽさよりも、常にBGMが流れ、アートが好きな仲間もそうでない人も集まる、ごちゃごちゃしたおもちゃ箱のようなアトリエ空間です。見学者の方は皆さんキョロキョロ。あれは何?これは何?の質問に「それはですね…」と笑いながら丁寧に答えます。こんな場所で自然体でいられることが、続ける力になるのではないのでしょうか?



絵ってスゴイ!
nest 支援員 磯部 ゆかり

小学生の頃から、絵を描くことに強い苦手意識をもつ私が、ネストデザインに通うようになって一年半。最近やっと「絵には描く人のありのままの心が表れる」ことに気づきました。

Aさんの絵は、繊細で美しい。でもどこかお茶目でユニーク。
Bさんの絵は独創的。長めの直線は、彼の悠長さと芯の強さの表れでしょうか?
Cさんの絵は動物愛と描くことの楽しさがあふれています。
Dさんの絵は表情豊か。明るい色彩でぬくもりが感じられます。
Eさんの絵は正確で丁寧。複数の色を重ねて削り出される色合いは美しく、人物の表情や仕草には色気が漂います。
機嫌が悪い日も眠い日も、やる気のない日もあります。それでも彼らは毎日絵を描き続けます。そんな作品が私の心にも強く訴えてくるのです。言葉での表現はあまり上手ではない、彼らのありのまま表れ、絵って凄いなあ!と感じる日々を過ごしています。



商品化に向けての3つの心掛け
nest 支援員 藤本 由華

ネストデザインでメンバーの作品を商品化するにあたり、心掛けていることが3つあります。

- ①著作権法に抵触していないか?
いくら好きなアニメでも商品とする場合はNG。オリジナリティにこだわっています。
- ②作品を活かすデザインであるか?
みなさんの作品の個性は様々。邪魔にならない、ほんの少しの足し算で作品をより良いものになるようデザインしています。
- ③お客様がどう思うのか?
商品を手にとってくれる方が作品を気に入ってくれるか考えます。とても綺麗、なんだか面白い、あったかい気持ちになる、つい吹き出してしまふ秀逸さがある、などなど。
万人にウケるといふのも必要ですが、たった1人の気持ちに届くセンスというのもあり。ネストデザインの作品は全て、お客様の心に響く可能性を秘めています。



個性あふれる 新人メンバー紹介

ネストデザインの今後が ますます楽しみ

2025年に入ってネストデザインには、この二人が仲間入りしました。永田智世さんと藤井翔平さんです。

永田さんは描かれた人の心情まで踏み込んだような表現と休憩時間の一人芝居(時には先輩を巻き込んで「劇団ふたり」)が特徴です。

一方の藤井さんの作品はとてもカラフルです。特徴的なものは、描かれた動物のカラダの中に人物や食べ物、乗り物などが描かれた、緻密なイラストです。この先、どのような作品を生み出してゆくのかとても楽しみです。



静かな環境で輝く息子の可能性 永田智世さん父 永田 雅志 様

3月に北九州市に転居してきました。息子の就労継続支援B型事業所を探していました。木町家カフェを見学した時は以前の通所先で簡単なカフェの仕事をしていたので本人がここでカフェの仕事したいと言いました。さらにネストデザインを見学をして、利用者さんが静かな空間で黙々と集中して作業をされているのを見て息子が絵を描きたいと言いました。親としてもこんなに静かな環境で落ち着いて作業できたら良いなど

思いました。しかし息子には事業所で働く利用者さんのレベルが高いから無理かなと感じていました。しかしネストさんから、入所して色々作業やってみて息子に合う作業を探しましょうと、温かいお言葉いただき入所を決めました。通い初めは環境に慣れるまでは不安があり、緊張した感じでした。

初めは疲れたから休むと、土曜日の作業日は休んでいたのに今では土曜日に作業日があると、積極的に仕事に行きたがりです。毎日の生活リズムが安定して、皆さんの優しさに含まれて楽しく通所しております。ネストさんに受け入れていただき良かったなと思っております。



ネストデザインのメンバーに聞いてみました。

&



ネストデザインの利用者は決して絵を描くことが得意のメンバーばかりではありません。勿論アートに興味はあったものの、思い切って表現できる場所が無かった方や、あきらめかけていた「創るよこび」を取り戻そうと頑張っている方もいます。



ボクは絵より文字を書くほうが得意です

小林 航さん



カワイイ動物や花の絵をもっと描きたい

茂木 敬子さん

Q 最近描いた作品はどんなものですか？

A 来年のカレンダーに使う絵ですかね？

Q どんな色を使いましたか？

A 赤だったり、青だったり、緑だったり。たくさん使ったので忘れちゃった(笑)

Q その作品を作るとき、最初に何から始めましたか？

A はじめに元の写真をよく見るように言われましたが、何度言われても見ません。

Q 作っていて一番楽しかったことは何ですか？

A 楽しかったことはないけれど、工賃をもらえるのが楽しい(ニヤニヤ)

Q むずかしかったことはありましたか？

A 見本をよく見て描くことが苦手です。

Q 好きな色は何ですか？ それはなぜですか？

A 黄色が好きです。明るい感じがカッコイイです。

Q 好きな画材は何ですか？

A 消しゴムが好き。絵を消せるから。何度もやり直せる。

Q 作ってみたいものはありますか？

A 自分が出演するウルトラマンショーの舞台？

Q 最新作は何の絵ですか？

A 竹久夢二の絵です。

Q どんな色を使いましたか？

A オレンジ色をたくさん使いました。

Q 難しかったことはどの辺ですか？

A 昔の絵だったので、どんな風に色を塗ったら良いか悩みました。

Q 出来上がったときは、どんな気持ち？

A うれしかった。やっと完成して良かったと思いました。

Q 好きな色はどんな色ですか？

A 黄色・赤・ピンク・ブルー。ハッキリした色が好きです。

Q 好きな絵の道具は何ですか？

A ボールペンや水彩絵の具です。

Q 作品を上手く描く時に注意することは？

A 原画と同じように描くのはとても難しいので一生懸命見本を見ることです。

Q 次に描いてみたいものはありますか？

A カワイイ動物や花を描きたいです。あと、難しいですが風景画も描きたいです。

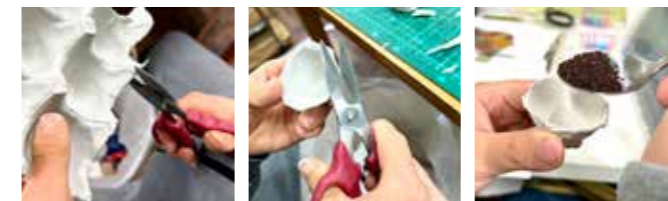


今年のネストデザインを象徴する2種類のアイテム

イラスト傘と卵パックの湿気とり

ネストデザインは今年、新しいふたつのチャレンジに取り組みました。ひとつはnestの事業所である、キッチン&マルシェ木町家で日々大量消費される、鶏卵の紙製パッケージとドリップ後のコーヒーかすを使った、珍しい湿気とり。そしてもうひとつは木町家誕生祭用のオーダー商品として取り組んだイラスト傘です。湿気とりもイラスト傘も、一つ一つ丁寧に手描きした世界に一つの商品です。

☀️卵パックで作った湿気とりはエコカワイイと評判



①まずは卵パックを切り分け。エッジを残せば動物の顔
②縁をきれいに整え、接着しやすいようになめらかに切ります
③十分乾燥させたコーヒーかすを入れ、障子紙でふさぐ



④イラストの発色を良くするために全面に白い化粧を
⑤好きなイラストを丁寧に描く。筆をゆくり動かすのがコツ!
⑥パッケージングした商品は木町家の店頭並びます

☀️100%手描きなので、納品はお待たせ必至



①思った色は納得いくまでお皿の上で調色
②傘は柔らかいので、内側から手を添えて丁寧に
③細かい部分は床に座って、じっくり仕上げ



④全体の構図が決まれば、あとは一気に描き上げます
⑤立っての作業は、けっこう腰に負担がかかるので注意して
⑥出荷待ちの商品がずらりと並び、デザイン室を占拠します

📢彼の作品の一ファンとして常に新作が楽しみ
佐熊大樹さん母 佐熊 直美様

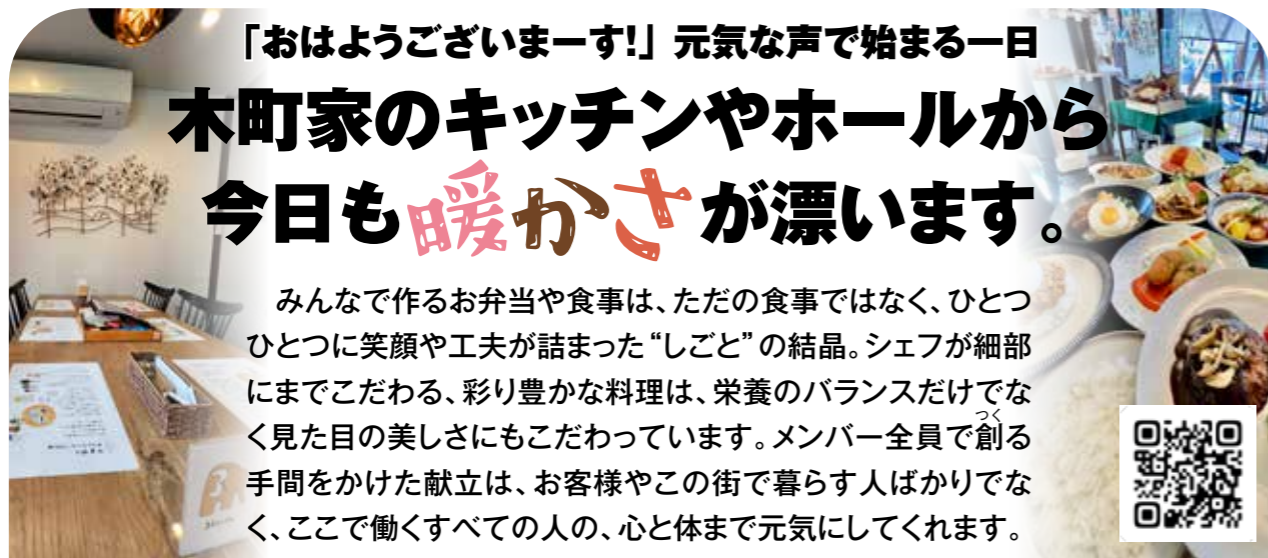
nestさんの仲間入りをさせていただき、早2年半。全く変わることなく、毎日元気に通勤しています。「仕事にいきたくないなあ。」と大半の人が思うであろう中、彼は「早くお仕事に行きたい!」と楽しそうに出かけるのです。

5月頃だったでしょうか。「今度は傘に絵を描いてもらおうかと考えています。」と新しい提案をいただきました。「傘に? どうやって描くの? 何の絵? 描けるかなあ?」と思う私とは反対に「今度は傘に絵を描きます!」って。どんな絵を描くのかなー。」とキラキラの目をして、もう本当に嬉しそうなんです。実際の作業としては、広げた傘をキャンバスにして、床に座り、1つ1つ描いていったようです。「ゆくりりいぬい!」の合言葉を意識して、数種のデザインを描きあげました。

木町家6周年祭の時、店内の天井は、たくさんのオリジナル傘で飾られていました。まさに「映える!」です。実物は写真で見ると、何倍も何十倍も素敵で、雨の日が待ち遠しくなるような傘ばかりでした。もちろん、私も注文しました。実際に使うと保管用? 推し活のようですね。

「絵を描く」という大好きなことをしながら、居心地の良い大好きな場所で毎日過ごしているの、だんだん絵にも変化が出てきたように感じます。もちろん、手厚いご指導ご支援があるからこそです。彼の作品の一ファンとして、常に新作を楽しみに待っています。応援しています。





「おはようございまーす!」元氣な声で始まる一日
木町家のキッチンやホールから
今日も暖かさが漂います。

みんなで作るお弁当や食事は、ただの食事ではなく、ひとつひとつに笑顔や工夫が詰まった“しごと”の結晶。シェフが細部にまでこだわる、彩り豊かな料理は、栄養のバランスだけでなく見た目の美しさにもこだわっています。メンバー全員で創る手間をかけた献立は、お客様やこの街で暮らす人ばかりでなく、ここで働くすべての人の、心と体まで元気にしてくれます。



▲木町家
Instagram

ここは笑顔あふれる創作現場。もちろん真剣作業が基本

木町家にはキッチンとホール、二つの現場があります。どちらにも笑顔と真剣さがあふれ、利用者もスタッフもそれぞれの持ち場で力を発揮しています。支援する側・される側といった垣根を越え、人と人として向き合い、共に働き合うことで生まれる温かい信頼関係。そのつながりが木町家らしい居心地のよさと活気を形づくっています。



お弁当やオードブルも好評

出来たての味を楽しんでいただくため、店内飲食が基本の木町家ですが、その美味しさをご家庭や集いの席でも味わっていただく、テイクアウトもしくは配達用のお弁当や特製オードブル、おせち作りにも力を入れています。



みんなで紡ぐ手づくりの味
 キッチン&マルシェ木町家 料理長
島村 誠

こんにちは、木町家の料理長島村と申します。木町家では、利用者さんを中心に料理の仕込み、ランチ料理の提供、弁当の盛付けをキッチンの利用者さんで行い、一から手作りで料理を作っています。キッチンの中は、ランチ料理の提供とシェフのサポートチームとランチメニュー、弁当のおかず、惣菜の仕込みチームの2つの部署に分かれており、各担当のスタッフと利用者さんで回しています。ランチ提供のチームは主に、ランチ営業前の準備や、ランチ提供、お弁当やその他、仕込みを中心に指示のもと仕事をしています。

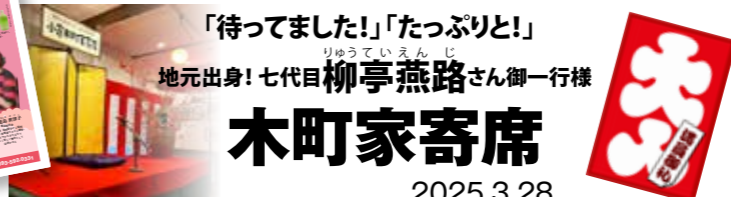
仕込みチームは主に、ハンバーグ作り、カニクリームコロッケ作り、とんかつ作り、キーマチャカレー作り、ポターージュ作り、木町家ごはんの仕込み、惣菜、プリン、シフォンケーキなど、様々な仕込みを担っていて、日々たくさん仕込みをしています。

今年の8月4日から、この新体制になり、利用者さん1人1人に新しい仕事に挑戦してもらい、一つでも多くのことを身につけ、成長の機会を増やして欲しいと考えています。

能力を最大限に引き出せるよう一緒に
 キッチン&マルシェ木町家 nest支援員
岡本 あかね

ネストに入り木町家で働きはじめて早3年たちました。ここでの毎日は小さな変化と発見の積み重ね、働く皆の進化を感じる毎日、ある人は必ずポケットに入れて持ち歩くノートがあり、新しく覚えた事が日々書き加えられます。またある人は最初は難しく感じた作業でも、挑戦し続ける中でコツをつかみ、少しずつできることが増えていく、毎日続けている運動では難しかった体のバランスが徐々に取れるようになり、気になっていた事が今は話をする事によって吐き出す事を習慣づけ、少しだけ気にならないようになってきました。

働く中では楽しいことばかりではなく、迷い悩む事もあると思います。そこに気がつき解決方法を探し、皆の持っている力、まだ秘めている力を最大限に引き出せるよう一緒に進化しながらこれからも力を尽くしていきたいと思っています。



「待ってました!」「たっぷりと!」
 地元出身!七代目柳亭燕路さん御一行様
木町家寄席

2025.3.28

地元ゆかりの噺家さんの登場に、会場は開演前から熱気に包まれました。情景が目の前に浮かぶような迫力のある「子は鏡」では、人情味あふれる語り口と絶妙な間合いに、涙を流す人も! 笑いあり涙ありで、落ちでは大きな拍手が響きました。「次はいつ?」のお声もいただき、改めて演芸の楽しさと奥深さを感じました



▲流石の語り術で、物語にグイグイ引き込まれました

▲燕路さんは北九州市小倉北区出身。定期的に落語会を主催しています

▲鮮やかな?手つきの奇術で会場を盛り上げた花島世津子さん

▲フレッシュなトークの小はださん

7年目の木町家は「いい事いっぱい 感謝を込めて」
木町家誕生祭 2025.6.29~7.6

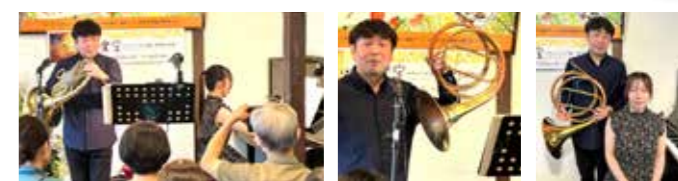
今年も誕生祭も多くのお客様に足を運んでいただき、多くのお客様に喜んでいただきました。



▲フラダンスの倉知由香先生をお迎えし、楽しいレッスンを開催。その他特別メニューの提供やネストデザインで制作したイラスト傘の展示を楽しんでいただきました

ホルンとピアノが紡ぐ木町家の午後
小さな音楽室 2025.9.20

夕暮れ時の木町家の落ち着いた空間に響く柔らかな音色は、日常を忘れさせるひとときでした。



▲ホルン奏者・松本昌義さんと、共演のピアニスト・植木紗羽さん。クラシックの名曲から親しみやすい小品まで幅広いプログラムのアットホームなひとときでした

本人が毎日楽しく、やりがいに目覚めればと…
西野 琴音さん お父様

妥協のないこだわりは才能です。知的ハンデを持っていても、娘の生活を見ていると、このこだわりは将来必ず仕事に結びつくと思えました。あとは、元氣!声は明るく大きく!日々、私がボケて、娘がツッコむ。今では、秒殺で面白いツッコミが返ってきます。しかし、その才能を引き出してもらえる場所がネストでした。理事長をはじめスタッフの皆様の温かいご指導により娘は開花しました。木町家スタッフさんのご指導で娘のツボにハマっています。

家族みな口を揃えて言います。「まさか、接客ができるなんて」と。ちょっと融通の効かないところもありますが、そこは日々学習。家族みな、連絡ノートを毎日楽しみにしています。特に岡本さんのコメントをネタに姉がツッコミを入れます。褒めたり笑ったり、家族の中で話題となり本人もまんざらではないようです。本人が毎日楽しく、少しでもやりがいに目覚めてもらうと親としてはそれ以上のことは望みません。今後とも面白く、少々厳しく、よろしく願いいたします。

こんなことができるようになったんだ!とびっくり
西野 琴音さん お母様

ご縁がたくさん!「人との関わり」「自立」にこだわり、受験、就職と本人の意思はそっちのけで走り続けてきました。支援学校ではあるけど、高望みの受験も、デイの方々の応援もあり合格!学生時代はたくさんの方のおかげで楽しく過ごしていました。でも、就職となるとさすがに応援だけではどうにもならず苦戦しました。「仕事の意識がかけてる」と言われることが多く、どう言い聞かせても、こればかりはなかなか伝わりませんでした。それも、親の要望もありで進路の先生も頭を抱えていたと思います。

そんな中、先生から「要望通りのいい所がありました!」とのこと。木町家さんは放デイのお友だちの関係で何度か食事に行き、こんな所が家の近くにあればなあと思っていました。家からは遠く、バスの乗り換えも必須なのですが、今では皆様のおかげでほんとに楽しく通っています。毎日、こんなことができるようになったんだ!とびっくりしながらも感謝でいっぱいです。本当にありがとうございます。

B型利用者の 入所式

キッチン&マルシェ木町家 2025.4.1

ネストでは毎年数名の就労継続支援B型利用者が仲間入りします。理事長挨拶やスタッフや利用メンバーの自己紹介や、はなむけの言葉、そして今年成人を迎えるメンバーへの成人のお祝い品の贈呈と続きました。

その後は皆で、お弁当を広げる時間。毎年この日は、緊張気味の新人さんの前途にエールを贈るだけでなく、メンバーもスタッフも皆、新年度への気持ちを新たにします。



▲林理事長からのメッセージ



▲今年成人を迎えた佐藤大樹さん。何をもらいましたか？



▲スタッフの紹介と一言ご挨拶



福祉と共に過ごす時間
nest 支援員 大串 雄司

ご縁がありまして、昨年9月より、利用者さん数人の朝夕の送迎を担当して1年が経ちました。4月よりは、送迎の他に事務作業を担っております。未だに右も左もわからない状態ではありますが、そのような状況から一刻でも早く脱すべく、ご迷惑をおかけしながらも何とか日々過ごしております。

ネストの利用者さん達とは事情が異なりますが、妻が十数年前より、重度の身体障害者の方々のお世話を仕事に従事しておりまして、時々ちょっとした手伝いに駆り出されることもあり、ケアの大変さや問題点などを垣間見ることもありました。そういった

災害の疑似体験を通して防災知識を習得

防災 研修&ランチ

福岡市民防災センター 2025.8.30



多くの体験から
災害の怖さを学びました
nest 支援員 平田 園美



猛暑厳しい8月下旬の土曜日、B型のメンバーで福岡市民防災センターに行ってきました。

係の方に誘導され、主に4つの活動をしました。まずは、VRゴーグルをつけての火災現場の映像体験。これは、椅子も動くので少し怖かった人も

いたようです。次は、4-5人のグループで煙の通路を避難経路の矢印に沿って進み非常口に脱出する体験。先頭の人もしっかり誘導していました。そして、水消火器を操作してスクリーン画像の炎に水を吹きかける体験。①ピンを抜く。②ノズルを火元に向ける。③レバーを押す。の順番をよく守り、足を踏ん張って放水して



▲実際の揺れで地震を体感



▲当日の参加者。しっかり防災意識を感じて下さい

ました。最後は、リビングテーブルに腰かけての震度7の地震体験。皆さんテーブルに必死にこたまって耐えていました。実際にこの揺れが起こったらと想像するととても恐ろしいです。どのプログラムも意義があり、実践につながるものでした。

このような研修を積むことで、いざという時あわてず自分の身を守る行動ができるようになってほしいと思いました。



▲水消火器での消火訓練



▲美味しい食事もお楽しみ

意味では全く関係のない世界にいたわけではないのですが、やはり実際に利用者さん達に関わる場面では戸惑うことばかりです。

最近、とみに感じることは、今やどこでも云われることではありますが、やはり人手不足なんだということです。特に福祉の場面では、若い力の不足を感じます。よく老々介護といわれることがあります。これは一家庭での状況を表しているように思っていたのですが、そこに限ったことではなく、福祉の施設や事業所でも、利用者もケアする方も互いに年齢を重ね、いわゆる老々介護になってきているように思います。

ネストに研修やインターンとして若い大学生が来ているのを見ると、早く彼ら彼女らが福祉の現場に出てきてくれることを願わずにはられません。

小さな一歩から、大きな実感へ

—ネストの「コグトレ」はこれからも—



楽しい!だから続く、
だから伸びる

nest 支援員 小野 真子

B型事業所のみなさんと一緒に「コグトレ」を始めて2年目となりました。毎朝のコグトレは10時からなので、作業をきりのよいところで切り上げて、参加してくれています。毎朝のリーダーは、曜日によって変わり数名のスタッフが務めています。基本的な動きを行った後、様々な課題を取り入れて組み立てています。一年を過ぎて感じることは、身体のバランスを取ることや、棒の操作が上手になったりしていることです。また、二人組や円になることが早くなりました。その反面、慣れてきて基本がおろそかになっていることもあるので、時折基本の動きを確認しつつ行うようにしています。毎朝のコグトレタイムが、皆さんに定着しているようで嬉しいです。

毎月1回のコグトレタイムは、場所を木町家から木町公民館のホールに変えました。それに伴い内容も変わりました。昨年取り組んだプリント学習を取りやめ、より身体を使った動きやゲーム性のある活動を取り入れました。2チームに分かれてのじゃんけんゲームや陣取りゲームは、応援の声も上がり盛り上がりです。円になってのフルーツバスケットや紙風船送りは、段々とヒートアップしてくることもありますが、誰かのほっこりする言動に笑われて、場が和みます。作業終了後に場所を移動しなければいけません、広い場所でのびのびと動ける楽しさを味わうことができていると感じます。

「コグトレ」をすることで劇的に何かが変わるわけではありません。ほんの少し、身体の使い方が上手になったり、一緒に作業する人と声をかけ合うことができるようになればいいなと思います。利用者の方から「一緒にコグトレしましょう」「今日は楽しかったです」「今週、月1のコグトレですか」などと声をかけてもらえるのが嬉しいです。たくさんの人と活動するのが苦手な人もいますが、できる範囲でコグトレに参加して楽しんでもらえるように取り組んでいきたいと思っています。



▲リーダーのポーズを真似しよう!左右も間違えないように注意して



▲落とさないようにボール送り。紙風船だから動きもゆっくりだし、痛くない



▲落とさないようにボール送り。紙風船だから動きもゆっくりだし、痛くない



▲落とさないようにボール送り。紙風船だから動きもゆっくりだし、痛くない



▲新聞紙とカラーテープで作った棒を使って様々な運動ができますね

暮らしと健康を支える、もうひとつの我が家 nestのグループホーム物語

nestのグループホームは、衣食住にとどまらず、医療・仕事・居場所の機能を含めた“人生を支える場”です。年齢や体調、生活習慣の変化に合わせて、一人ひとりに寄り添った支援を続けています。日々の健康管理から、掃除・洗濯・お金の管理まで一世話人とスタッフが共に関わりながら、その人らしい暮らしを積み重ねています。また、季節のイベントも暮らしの彩りに。笑顔と交流があふれる年間行事を通して、仲間と過ごす楽しみや、生きる喜びが自然と育まれています。

クリスマス会 2024.12/12



▲クイズあり、ビンゴで選ぶプレゼントあり、それぞれの出し物など盛りだくさん。

初詣 2025.1/19



▲初詣は篠崎八幡神社へ。ネストから徒歩で行きました

カラオケ(ハッピーバード) 2025.2/8・9/28



▲皆さん自分だけの世界に浸ってる様子

茶話会&マジックショー 2025.3/23



▲マジシャンをお招きしての本格的なマジックを楽しんだり、おしゃべりしながらお茶を飲んだり

バーベキュー 2025.4/20



▲あんなにたくさん用意した肉があっという間にみんなの胃袋に収まりました

山田緑地ピクニック 2025.5/18



▲展望デッキで自然を満喫しました。ちょうど30周年祭が開催されており、動物との触れ合いや出店を楽しみました

料理教室(冷やし中華・マフィン作り) 2025.7/15



▲見栄えはともかく、それぞれに美味しい冷やし中華とマフィンづくりを体験しました

ボウリング 2025.8/24



▲初めてボウリングを体験した人もフォームだけプロ級の人もそれぞれ楽しみました

食事・仕事・掃除・洗濯・自由時間・休日…

それぞれの日々

それぞれの部屋と時間。好きなこと、得意なこと、ちょっと頑張ることも、それぞれ違います。ネストのグループホームで暮らすふたりの毎日を、そっとのぞいてみました。

平野駿介さんの場合



日中はnestのグループホームからバスで通勤し、桑の実工房という事業書で働いています。小倉織や木工作業、調理の作業に従事。部屋ではDVDでジブリ映画を流して、ゆっくり過ごしています。



井手 誠さんの場合



nestのB型事業所、木町家で働いています。いつもキッチンで食器洗いを頑張っています。部屋ではジグソーパズルをしていたり、テレビゲームをして過ごしていることが多いです。



休日の過ごし方
●DVD鑑賞
●100円ショップでショッピング



休日の過ごし方
●映画館で映画鑑賞
●買い物
●ゲーム
●テレビ

鉄道がつなぐ、仲間と居場所

走り続ける! 鉄道倶楽部

「鉄道が好き、旅が好き」その気持ちが出発点。鉄道倶楽部は、発達障害のある中学生以上の男子を対象に、仲間づくりと居場所づくりを目指しています。月例ミーティングや旅行などを自分たちで企画・運営しながら、交流を深めています。

忘年会(小倉駅しゃぶ葉) 2024.12/15



▲何より「食べ放題」というワードがみなさん大好きなようで…

新幹線の見える丘

(春日西多目的広場公園) 2025.3/9



▲小高い丘の上から国内最大級の新幹線車両基地を見渡せました

メンバーの食事づくりはやりがいに繋がる
nest 支援員 有本 昶寛



▲何より心に残るのは「おいしい」と笑顔で言っていた瞬間

グループホームでの食事づくりは、大きなやりがいを感じる時間です。献立を考える際には栄養や季節感を意識するのはもちろんですが、「どんな献立なら喜んでいただけるだろう」と想像を膨らませます。あれこれ思いを巡らせ、食事から季節を感じられるよう工夫しています。小鉢を一品添えるだけでも「今日は豪華だね」と声をかけていただけることもあります。

一方で、利用者の方々は帰宅時間がそれぞれ異なるため、食事の時間もばらばらになります。遅く帰られる方のために料理を温めやすい形に整えておくなど、細かな工夫も必要です。早く帰った方々が談笑しながら食事を楽しむ一方で、遅く帰ってきた方が静かに一人で食事する場面も見られます。全員が一度に集まることは少なくとも、それぞれが自分のリズムで食卓を囲めることが、生活の安定につながっているのだと感じます。

また、食後は利用者自身が片付けを行います。食器を洗って拭き上げる姿はとても頼もしく、生活の一部として身につけていることを実感します。そして何より心に残るのは、食卓で「おいしい」と笑顔で言っていた瞬間です。短時間で複数人分を整える忙しさや献立作りの悩みも、その一言で一気に吹き飛びます。



利用者さんの生活が少しでも豊かになる瞬間に立ち会えることが、私にとって何よりの喜びです。
GH 統括マネージャー 米良 数秋

皆様、こんにちは。私は nest において7年4ヶ月という長い時間を過ごさせていただいていることに心から感謝申し上げます。この間、障害者支援施設でのインフラ整備や送迎、キッチン&マルチ木町家の設計、障害者の作業支援、そしてグループホームの見回りなど、様々な業務に携わってきました。これらの経験を通じて、多くのことを学び、成長することができました。

現在、私はグループホームの総括マネージャーとして、より良い支援を提供するために日々努めています。利用者の方々の笑顔や、彼らの生活が少しでも豊かになる瞬間に立ち会えることが、私



お一人おひとりに合った支援を継続的に提供していきたい。
nest 支援員・精神保健福祉士 佐藤 みずほ

グループホームは、衣・食・住が提供される(守られる)場所だと思っています。ただし、い(衣)には医療も、しょく(食)には職(仕事)も、じゅう(住)には「住まう」だけでなく居場所(居心地のいい場所)機能も含まれます。

TPOや季節に応じた衣服の調整や購入、通院、体力の保持、食事提供のない日の食の確保、掃除、洗濯、仕事、コミュニケーション、余暇や楽しみ、移動、時間やお金の管理、お一人おひとりへの支援内容は様々です。nestホームも開設して12年。25歳だった方も早や37歳。いわゆる成人病、生活習慣病の課題が見え隠れする年齢になってきました。26名のうち、16名には、いわゆる慢性的な疾患があり通院加療を続けておられます。高血圧、腎疾患、肝疾患、乾癬、貧血、高コレステロール血症、各種アレルギー疾患、喘息、内科、精神科、皮膚科、歯科、耳鼻科、・・と加療機関も多岐にわたります。一つの科だけでなく、何科も併用しておられる方もおられますし、診察券を山ほどお持ちの方もおられます。

グループホームの健康管理では、

- ・一人ひとりの特性や状態に合わせた個別支援計画の作成
- ・栄養バランスの取れた食事提供と食生活の支援
- ・適切な服薬管理と医療連携の体制構築
- ・日々の健康状態のモニタリングと記録の徹底
- ・メンタルヘルスケアと社会参加の促進
- ・地域医療機関との連携と緊急時対応の整備
- ・世話人と管理者の役割明確化と連携強化



が、ポイントに挙げられていますが、年齢があがるにつれて、nestでも、適切な服薬管理と地域医療機関との連携、緊急時対応の整備、健康診断の取り組み、記録、感染症対策、メンタルヘルスケア、日々の課題だと思っています。

障害のある方の健康管理は、単に病気を予防するだけでなく、その人らしい生活を支え、可能性を広げるための重要な取り組みです。ご本人を真ん中に、支援者、医療関係者、家族が連携し、お一人おひとりに合った支援を継続的に提供していきたいものです。

Aさんは週一回の水泳で、またBさんはジュース類や缶コーヒーを控えることでスリムに。Cさんは血圧や体重測定記録をつける、D・Eさんはお薬カレンダーに薬をいれるところからの取り組み、医療に関しても、「お任せ」ではなく、自分で、できることも「ふやしてもらい隊」

にとって何よりの喜びです。私たちの活動は、単なる支援にとどまらず、利用者一人ひとりの自立を支援することを目指しています。そのためには、地域の方々との連携が不可欠です。私たちの活動が、地域社会の理解と協力によって成り立っていることに、改めて感謝の気持ちを抱いています。今後も、地域の皆様と一緒に手を取り合い、よりよい環境を作り上げていく所存です。また、私たちが目指す「共生社会」の実現に向けて、さらなる取り組みを進めていきたいと考えています。障害がある方々が、当たり前地域の一員として生活できる社会を築くために、私たちの活動が少しでも貢献できるよう、全力を尽くします。

最後になりますが、これまでのご支援に感謝し、今後とも変わらぬご指導とご支援を賜りますようお願い申し上げます。私たちの未来は、皆様とともに築いていくものです。これからも、どうぞよろしく願いいたします。



はじめまして、統括として日々努力してまいります。
チーフマネージャー・社会福祉士 川崎 聡

この度、木町家の統括として就任いたしました。前職は、障害をもたれた方が一般企業などへ就職する際に支援を行う就労移行支援事業所に勤務しておりました。この就労支援に関する経験を活かして、今後も利用者の方々の立場にたった支援を行ってまいりたいと考えております。

私たちは人生の中で、さまざまな出来事を体験します。その中には、うれしいこと、楽しいことがたくさんあります。それに対して、悲しいことや、たくさんの悩みを抱えて生きていきます。家族旅行、恋愛、子育てなど、これらの出来事は人生の喜びとなるでしょう。それに対して、突然の病気や怪我で仕事が続けられなくなる、介護の悩みなど、喜びを感じられない出来事もたくさん起きるのです。

あなたが悩みを抱えた時どうしますか。自分一人で解決しますか。親や兄弟、信頼できる知人に助けを求めることもあるでしょう。こうして私たちは、周囲の人々に支えられて人生を歩んでいるのです。そして人は「誰しも一人では生きていけない」ということを知るので。

それではあなたが悩みを抱えたとき、誰に相談してよいかわからない、助けを求めても応えてくれる人がいない、という場面を想像してください。例えば、こどもに障害があることがわかったが、これからどうすればよいかわからないとき、就職して自立した生活をおくりたいが、精神障害に対して職場や地域の理解がないときなど。このような課題に対して、自らの力、家族の力だけでは解決できないとき、周囲の誰からも助けが得られないとき、課題はさらに深刻になっていくのではないのでしょうか。

このような課題が改善されて、再び安定した生活を取り戻すためには、地域で相談できる場所や制度や専門家のサポートなどの社会的な支援が必要になるのではないのでしょうか。前に挙げたような出来事は、誰の生活にも起こりうることなのです。そのようなときの社会的な支援が社会福祉サービスで、そのような地域のステーションがネストなのです。

このような役割を担うネストは、利用者の方が、そのもっている能力に応じた自立した生活を地域で営むことができるように、支援を行っていき、と考えています。それに加えて、利用者の方がもつ個性を大切にしていきたい、とも考えています。大勢の中で社会性を身につけることも大切ですが、それとともに、一人ひとりの意思がうもれないように、「本当に自分がしたいなあ」というような意思を見逃さないように、それぞれの利用者の方の個性に合わせた支援に取り組んでまいりたいと考えております。そのために、スタッフ一同支援の質の向上を目指して、日々努力してまいります。



朝7時~8時のLINE 連絡がないと「皆んな仕事に行けたのね」と胸をなでおろします。
GH 世話人 中尾 京子

グループホームの世話人として働き始めて11年。利用者数は現在その時の3倍以上となりました。グループホームに入るまでの彼らの背景は皆違います。そして年齢も20代前半から60才まで幅広く、孫のような若者との交流に、話しかけ合わず大変です。ただ彼らもよくわかっていて、そんな時は若い男性スタッフにお任せします。グループホームでは、生活面の支援として体調面、病院の付き添い、掃除、洗濯、身だしなみ、こずかいの管理等多岐にわたります。

少しだけ利用者との生活の一コマを披露します。朝・1日が始まり、朝食の時間にスタッフからのLINE連絡にドキッとします。体調不良の訴えがあり、様子を見に行く必要がある朝食を持って駆けつけます。仕事を休まなければならないのか、あるいは病院受診などの判断をして、受診への手配を致します。朝7時~8時のLINE連絡がないと「皆んな仕事に行けたのね」と胸をなでおろします。

また夕食の前や後に帰宅したメンバーの部屋を訪問しますが特に掃除、部屋の片付け、洗濯などはきちんと出



来ている人となかなか難しい人との差がとても大きく、支援の難しさを感じます。「今日部屋に行きます」の声かけに「はい」と素直な返事、「えー」と反応はさまざま。トントン「来ましたよ。開けて下さい」とノックすると、「ちょっと待って下さい」との返事。しばらく待ちます。そうです!!。訪問前にあわてて部屋を整理し始めた様です。たしかに、私だって来客があるとき、あわててかたづけますものね。まあそれもあつちかと思っ部屋に入れてもらいます。かたや、部屋に入ると、目の前に広がる景色はというと、ペットボトルが何本も転がり、お菓子やポテトチップスの袋そして衣類が散乱。この状況で平気なんだと重然とする事もしばしば。早速片付けをしてもらいます。最低限の整理整頓のために、いらぬ物の処分を一緒にしたり、衣類もたたまずに片付けられる様ハンガーを増やして、かける収納にしたり…。環境を整えても、思う様にいかないのが常ですね。「めんどくさい」この気持ちとの戦いはこれからも続いて行きそうです。





木町家で選りすぐりの逸品を買って
ネストの活動をサポートしてください。

ネストがんばれバザール

売り上げはすべてネストの活動資金に利用させていただきます。



※再入荷はございません。売り切れの際はご容赦ください。

ネストがんばれバザール第一弾は、ネストの会員である 岡林庸様からのご提供品のバザーです。岡林様は北海道にてカフェのオーナーをされており、そのカフェで販売する目的で沖縄まで出向き、現地でセレクトした陶器の数々です。この度、そのセクションをネストのために「少しでもお役に立てれば」と提供していただきました。そんな貴重な、現地でしか手に入れることのできない陶器類をご用意いたしました。

岡林様、本当にありがとうございました。



「やちむん」とは沖縄方言で「焼き物」の意味であり、伝統的に日々の暮らしに寄り添う存在です。



やちむん むっしゅ

「やちむん むっしゅ」は、陶芸作家 荏原麻理さんによるアトリエです。荏原さんは1973年に横浜で生まれ、2007年には壱屋焼の修行を開始。2010年には読谷山焼・北窯（宮城正享さんの元）でさらに腕を磨き、2012年に独立して「やちむん むっしゅ」を開かれました。

次回のサポーターはあなた？ ネストがんばれバザール協力者大募集！

●お問い合わせはネスト事務局まで TEL.093-582-7018

nestの活動にご参加、ご協力いただける
正会員・賛助会員を広く募集しております。

nestでは、今後も事業展開を支えてくださるご寄付をお待ちしております。皆様のご協力をお願い申し上げます。ご寄付は一口おいくらからでも構いません。尚、各事業活動にご協力いただけるスタッフ、世話人、ボランティアなども随時募集しております。皆様のご協力をお待ちしております。

nestの活動にご参加、ご協力いただける
正会員・賛助会員を広く募集しております。

入会金 **1,000円** (正会員のみ) 年会費 **2,000円**

お問い合わせは下記nest事務局までお願いいたします。

- 銀行名 / 西日本シティ銀行 北九州営業部 (255)
- 口座番号 / 普通 1956132
- 口座名義 / 特定非営利活動法人 nest 理事長 林 澄江

峠を越えて

日頃より nest の活動にお力添え頂きありがとうございます。おかげ様で今期も、nest の様々な活動をお伝えできる「巣箱」を発行することができました。

nest では、常に「これでよいか」を考え変化してゆきます。今期は「木町家」大改革。たくさんのお客様にお越し頂き、通路も通れないほどテーブル席が並び、満席になり嬉しい悲鳴を上げてましたが、「ちよつと違う…」お持ち頂ける席を用意したり…。変化しました。グループホームでの取り組みも毎食のことから、小さな提案をし、改良をします。どの変化も、障がいのある人と共に取り組んでいきます。

さて、親はどうでしょうか？ 永遠のテーマである「親亡き後」。nest では巣立ちネットを立ち上げ、ゆっくりと取り組み始めています。子どもたちは、変化に対応していますが親である私たちも、元気なうちに、変化に取り組んでいきませんか。来期の「巣箱」にその報告ができそうです。峠を越えましょう。

そして、nest が障がいのある人とその家族と取り組みを通して、ともに信頼を築き上げていきますよう一層精進して参ります。

林 澄江

事務局 / nest木町STATION 〒803-0851 福岡県北九州市小倉北区木町3丁目6-7 TEL&FAX.093-582-7018 E-mail nest-kimachi@poplar.ocn.ne.jp

【就労継続支援B型】

nestワークSTATION (キッチン&マルシェ木町家) 〒803-0851 福岡県北九州市小倉北区木町3丁目9-15 TEL.093-592-0331

ネストデザイン 〒803-0851 福岡県北九州市小倉北区木町3丁目2-8 TEL.090-6634-7018 E-mail nestdesignsmd@aurora.ocn.ne.jp

【グループホーム】

nest地域生活サポートSTATION

