

## NEWS LETTER

# 架け橋ひろば

代表コラム

～福祉と人権の未来を語る～

## 未来への架け橋を次の世代へ

——感謝と決意をこめて代表辞任のご報告——

一般社団法人 未来への架け橋 理事 長谷川正人

この度、私こと長谷川正人は、11月30日をもちまして代表理事を辞任し、12月1日より、現副代表である長谷川美栄が新たな代表理事に就任いたしました。また、副代表には、これまで管理部長として法人を支えてきた井手祐輔氏が就任いたしました。私は12月から一理事として、両名をしっかりと支えてまいります。

65歳を迎えたら代表を後進に譲る——これは、私が以前から決めていたことです。未来への架け橋が次の世代に受け継がれ、より豊かな発展を遂げていくためには、世代交代が必要だと確信していました。

あわせて、65歳以降は現場から一定の距離を置き、長年のテーマである「知的障害のある人の高等教育」を本格的に研究する道に進むことを心に決めていました。

現在、来年4月から大学院博士課程に進学し、国内外の政策研究と現場に根ざした実践研究に取り組むべく準備を進めています。知的障害者の高等教育保障を実現するために、私自身、もう一段深く学び、挑戦していく覚悟です。

これまで支えてくださった職員の皆さま、保護者・関係機関の皆さまには、心より感謝申し上げます。皆さまのお力添えがあったからこそ、「未来への架け橋」はここまで歩んでくることができました。どうかこれからは、新たな舵取り役となる長谷川美栄代表、そして井手祐輔副代表に、これまでと変わらぬご支援をお願い申し上げます。

なお、今号をもちまして巻頭言の筆を私から新代表へと引き継ぎます。次号より、新代表・長谷川美栄が皆さまへのメッセージをお届けいたします。

これからも「未来への架け橋」をどうぞよろしくお願いいたします。

私自身も、新たな立場から皆さまと共に歩み続けます。皆さまの温かいご支援に、心より御礼申し上げます。





## 活動種類：郊外行事inキャナルシティ博多



## 地域交流：沼津市手をつなぐ育成会バザー





## 宇美キャンパス：生涯学習コース H・Mさん

**みらいカレッジに来る前は、何をしていましたか？**

引きこもりでした。

**初めて来たとき、どんな気持ちでしたか？**

いろいろな人がいて、緊張しました。

**みらいカレッジで好きな時間や、楽しいと感じる時間はありますか？**

昼ごはんがおいしいので、楽しみです。

作業をしているとき、きれいに作れたときも楽しいです。

**好きな活動やがんばっていることはなんですか？**

作業のときに、時間配分に気をつけて取り組んでいます。

**前よりできるようになったことはありますか？**

何事にも丁寧に取り組むようになりました

**職員とのかわりの中で嬉しかったことはありますか？**

日常生活の雑談です。

**みらいカレッジでどんな風に過ごしたいですか？**

穏やかに生活が続くといいなと思います。



### 職員紹介

### ～スタッフさん、ちょっといいですか？～

**“利用者も職員も安心して過ごせる環境を大切に”**

**未来への架け橋 副代表 井手祐輔さん**

主に請求業務や雇用保険に関する手続きを担当しています。

また、「みらいカレッジ宇美キャンパス」では支援員としても勤務しています。

この仕事を始めたのは、20歳の頃に障がい者入所支援施設へ就職したことがきっかけです。そこでの経験を通して、この仕事のやりがいや必要性を強く感じ、それ以来ずっと福祉の仕事に関わり続けています。

普段の業務では、利用者の方が困らないよう、適切な支援が行える環境づくりを意識しています。また、職員の思いや意見が尊重され、誰もが安心して長く働き続けられる法人でありたいという思いを持ちながら、自分にできることに取り組んでいます。

今後は、利用者や家族の方が安心して利用でき、職員も安心して働き続けられる法人になれるように、地域のみなさんとのつながりを大切にしながら、事業所として継続的に成長していけるよう努めていきたいと考えています。

最後に、未来への架け橋を支えてくださるみなさんへ。

みなさんが笑顔になれるような取り組みや情報発信をこれからも続けていきます。今後とも「未来への架け橋」をどうぞよろしくお願いいたします。







## 三島キャンパス： 社会（公共施設の利用）

今回は自立訓練の中で、肝ともなる「社会」の活動についてご紹介いたします。地域資源の中でも障害福祉のサービスを利用している利用者にとって、知っておくべき施設の一つに市役所があります。どんな目的の際に利用するのか？を学習し、実際に現場へ行ってきました。みらいカレッジの基本は、実際に行き見て体験する事。

論文作成をしている利用者にとって興味のある図書館にも行き、利用カードを申請したり、実際に本を借りる事を自分で体験しました。

市役所



## 地域活動

## ～街と一緒に！～

## 宇美キャンパス：消防署での防災体験・見学

宇美キャンパスでは、特別講座として地域の消防署にて「防災体験・見学」を行いました。当日は一部内容が変更となりましたが、施設内部の見学やはしご車の説明、消火訓練の体験まで実施していただき、参加した皆さんは終始わくわく・興奮した表情で取り組まれていました。

消防署の職員の皆さまは、とても丁寧で分かりやすく説明してくださり、実際に体験することで防災がぐっと身近な学びとなった様子が見られました。設備に触れたり、現場を見学したりすることで、楽しさとともに防災への関心がより深まったように感じます。

また、地域に出て活動することは、利用者さんと地域の方々とのつながりが育まれていく大切な機会です。こうしたつながりが少しずつ広がることで、誰もが安心して暮らせる地域づくりにもつながっていくと感じています。今回、温かく受け入れてくださった消防署の皆さまに、心より感謝申し上げます。





## No.6：三島キャンパス ベーシックコースMAさんご家族

## ----- 希望の扉が開いた -----

「社会に出すには、まだ不安がありました。」

高校卒業を控えたわが子の進路を考える中で、そんな思いが胸をよぎりました。将来への期待と同時に、障がいのある娘が社会の中でどのように生きていけるのか、不安が尽きなかったのです。

そんな時、高等部の進路指導の先生から「福祉型大学」という選択肢を教えてくださいました。

初めて耳にする言葉に戸惑いながらも、調べていくうちに、「ここなら、うちの子にも新しい可能性が開けるかもしれない」と、心に小さな光が灯ったのを覚えています。オープンキャンパスに参加した日、みらいカレッジのあたたかな雰囲気に触れ、本人の表情がぱっと明るくなりました。「ここに通いたい」と自分の言葉で伝えてくれたとき、私も自然と笑顔になり安心しました。

入学してからの日々は、想像以上の学びの連続でした。授業という枠を超え、地域との交流や実践的な体験を仲間と一緒に経験していく中で、娘は少しずつ自信をつけていきました。職員の皆さまの細やかな気配りと温かなサポートのおかげで、安心して毎日を過ごせています。これからは、就職に向けて資格取得など新たなチャレンジが始まります。焦らず、でも一歩ずつ前へ。そんな姿を、これからもそっと見守っていきたいと思っています。



## 管理者のつぶやき

## ～キャンパス長のひとこと～

## 季節の変わり目、心と体を整えていきましょう

宇美キャンパス 管理者 武田由美さん



今年は11月に入っても気温が20℃を超える日が続きました。しかし、11月も後半を迎えると急激に気温が下がり、一気に「冬」を感じるようになりました。季節の変わり目に起こりやすい自律神経の乱れは心身ともに負担がかかります。バランスを崩したり、ストレスを溜めないように心がけたいと思っています。

## 自律神経の乱れやすさチェック

- ☐ 乗り物酔いをしやすい
- ☐ 季節の変わり目に体調を崩しやすい
- ☐ 雨が降る前にめまいや眠気を感じやすい
- ☐ 体を動かす機会が少ない
- ☐ 肩こりがある
- ☐ 偏頭痛持ち
- ☐ 几帳面な性格
- ☐ ストレスを感じやすい

チェックが多かった方、右の対処法を実践してみてください。

- 1 朝食(3食)をしっかり食べる  
寝ている間に下がった体温を上げ、自律神経を整えてくれます。ビタミンB1を含む食品を意識しつつ、バランスよく食べましょう。
- 2 ゆっくり長く続けられる運動  
ウォーキング、軽めのランニング、水中での運動など、ゆっくり代謝を上げ、自律神経の働きにより刺激を与えます。
- 3 リラックスできる時間をつくる  
深呼吸、好きな香り、温かい飲み物、趣味の時間など、ほんの数分でもOKです。
- 4 質の良い睡眠  
体と心の回復に欠かせない大切な時間。眠る前のスマホ控えめも効果があります。

チェックの数が少ない場合でも、気になる項目があれば注意が必要です。無理のない範囲で、ご自分のペースで取り組むことが大切です。皆さまが心身ともに健やかに過ごせますよう、ぜひ参考にしてみてください。



架け橋ひろばを読んでくださった方々から届いた嬉しいお声を紹介いたします！

### ご感想をお寄せいただき、ありがとうございました

● どんどんご活動が本格化され、直接関わられる方々はもちろん、応援される方々もどんどん増えているご様子に嬉しく拝読させていただいています。写真にあるみなさまの笑顔がとても素敵で印象的です。みらいカレッジさんの取組がもっと各地に広がったらよいのに、と願っております。

多くのサポーターの方々と知恵を出し合って、大きなうねりになれば良いですね。自分自身も色々考えてみようと思います。引き続き応援しております。

● どのキャンパスも楽しそうな様子が伝わります。

### アンケートへの協力をお願いします

いつも「架け橋ひろば」をお読みいただき、ありがとうございます。  
皆さまからのご感想やご意見は、私たちにとって大きな励みであり、活動を続ける力になっています。これからも心に寄り添えるニュースレターをお届けしてまいります。よろしければ右のQRコードよりアンケートにご協力ください。  
メールでのご感想もお待ちしております。



[info@miraicollege.com](mailto:info@miraicollege.com)

最高の1枚

～今月のベストショット～

## 各キャンパスおすすめベストショット

### 宇美キャンパス



紅葉狩りへ行きました

### 三島キャンパス



休憩時間のひとコマ

キャンパスいちの甘えん坊が就職決まりました

広がる架け橋コミュニティ  
ご支援、心より感謝申し上げます。

フロントップ株式会社、リーフラス株式会社、公益財団法人つなぐいのち基金、ぜんち共済株式会社、一般社団法人UBUNTU FSプロモーション、株式会社入江感動経営研究所、北村悦子、酒井巳喜雄、國分幹生、篠田哲郎、奈倉京子、山中和彦、鎌倉はんこ月野允裕、倉光美奈子、倉光晃子、石山早苗、森本創、宮入卓也、小松原修、石川真希子、砂長美ん、宮崎信恵、山田千春、石井真人（敬称略・順不同）

※賛助会員のご紹介は、事前に掲載許可をいただいた方のみ記載しております。

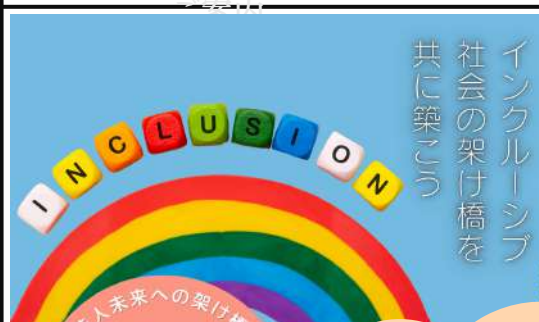




お知らせ

～架け橋の会賛助会員募集中～

法人の思いや活動にご賛同いただける方のお申込みをお待ちしています



### 活動内容

#### ➢福祉啓発活動

ニューズレターやウェブサイト、SNSを活用し、活インクルーシブ社会を目指して活動内容や成果を広く発信します。

#### ➢会員間のネットワーク構築

会員間の意見交換や共同プロジェクトを行います。

#### 【お申込み】

#### 【年会費（1口）】

法 人	特別会員：10万円
	正 会 員：5万円
	賛助会員：1万円
個 人	特別会員：3万円
	正 会 員：1万円
	賛助会員：3千円



入会特典キャンペーン  
代表理事 長谷川正人の  
著書を1冊プレゼント！

編集後記

～広報部より～

今月も、宇美・三島キャンパスでは地域に積極的に向き、さまざまな活動に取り組みました。その様子が今回の誌面にもたくさん詰まっています。活動先で利用者さんの姿を見た職員さんが「〇〇さん、声を出すのが苦手なのに、バザーですごく頑張って呼び込みしていたよね！SSTの成果が出てるね」と話されており、利用者さんの成長とプログラムの意義を改めて感じる瞬間がありました。そして、その成長を嬉しそうに共有し合う職員さんのキラキラした表情を見て、各キャンパスの温かい支援が、利用者さんの成長と法人の活動をしっかり支えてくれているのだと実感しました。毎月、各キャンパスの活動を知り、まとめていく「架け橋ひろば」の制作は、広報としての楽しみのひとつでもあります。



お知らせ

～講演会・イベント情報～

## 講演会開催決定のお知らせ

2026年1月10日（土）、一般社団法人未来への架け橋 理事・長谷川正人による講演会の開催が決定いたしました。当日は、法人として大切にしている思いや、みらいカレッジ全体の取り組みをご紹介します。

みらいカレッジにご興味のある方、特別支援学校の先生方、福祉関係者の皆さまなど、どなたでもご参加いただけます。また、三島キャンパス管理者より、キャンパスでの日々の学びや活動の様子、支援の視点などを交えてお話しいたします。小さな疑問にも丁寧にお答えいたしますので、どうぞお気軽にご参加ください。

詳細やお申込みフォームは現在準備中です。完成次第、メールやSNSにてご案内いたしますので、楽しみにお待ちください。

■ 開催日時：2026年1月10日（土）10：00～11：30（9：45受付）

■ 会場：三島市民文化会館大会議室（三島駅南口より徒歩5分）

■ 参加費：無料

■ 登壇者

・一般社団法人未来への架け橋 理事 長谷川正人

・みらいカレッジ三島キャンパス 管理者 中村英美子

■ お問合せ先：info@miraicollege.com



みらいカレッジでは、いつでもキャンパスをご見学いただけます。

「どんな雰囲気なのかな?」「活動を見てみたいな」など、少しでもご興味をお持ちの方は、どうぞお気軽にお問い合わせのうえ、お越しくださいませ。

# December



Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	1	2	3 地域活動 (宇美・三島) オンライン 説明会	4	5	6 カレンダー づくり(宇美) オープンキャン パス(三島)
7	8	9	10 地域活動 (宇美・三島) オンライン 説明会	11	12 中学交流 カフェ開催 (三島) WELCOME	13 カレンダー づくり(宇美) クリスマス ケーキづくり (三島)
14	15	16	17 地域活動 (宇美・三島) オンライン 説明会	18	19 特別講座 (宇美)	20 余暇活動 (三島)
21	22	23	24 大掃除 (三島) 地域活動(宇美) オンライン 説明会	25 大掃除 (三島)	26 忘年会 (宇美・三島)	27
28	29	30	31	オープンキャンパス オンライン説明会 お申し込みはこちら➡		



年末のご挨拶

～本年もお世話になりました～

本年も多くのご支援を賜り、誠にありがとうございました。5月に「架け橋ひろば」を創刊して以来、発行を重ねるごとに感想をいただく機会が増え、ご利用者さんや地域の皆さま、特別支援学校の先生方からお声を頂くと、職員一同、嬉しさと感謝の気持ちでいっぱいになります。

法人としての思いが広がっていく喜びはもちろんのこと、「ご家族の声」「利用者さんインタビュー」を通して、ご家族やご本人の想いも一緒に伝わっていることを、大変嬉しく感じております。

法人立ち上げから1年と2カ月が経ち、この間に大学交流や小中一貫校との連携、各キャンパスの地域資源を生かした活動など、多くの取り組みを積み重ねてまいりました。また、愛知県や宮城県からも講演会のご依頼をいただき、多くの方にご参加いただけたことも、大きな励みとなっております。

2026年も「インクルーシブ社会を実現する架け橋となる」という理念の実現に向けて、目の前のひとつひとつの活動を丁寧と積み重ねてまいります。

そして何より、一年間温かく支えてくださった賛助会員の皆さまに、深く感謝申し上げます。皆さまからいただく励ましが、活動を前に進める大きな力となっています。来年も共に歩んでいただけたら幸いです。



学びをチカラに。未来を拓く!  
一般社団法人 未来への架け橋

<https://mirai-kakehashi.com/>

お問  
合  
せ

〒811-2129  
福岡県糟屋郡宇美町神武原3-1-1  
TEL: 0120-861-821  
E-Mail: info@miraicollege.com

