

共同生活援助

福祉作業所

悠楽ホーム WORKLE ニュースレター



Vol.21

2026年1月号

代表からみなさまへ

これまでとこれから

2026年がスタートしました。

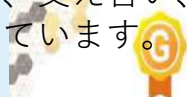
奇跡の9連休もあったという間で、年末は紅白歌合戦、年始は箱根駅伝を楽しみました。新・山の神、黒田朝日選手の圧巻の走りに、時代の移り変わりを感じる年明けとなりました。

さて、当社の今年のテーマは「守りを固める年」です。2018年のグループホーム開設以降、一步步事業を積み重ね、2024年に就労継続支援B型事業所、2025年末にはレンタルスペース事業を2拠点開設しました。

この数年は、「まずやってみる」「形にする」ことを優先してきた時期だったと感じています。一方で事業が広がるにつれて、事務作業や管理業務も確実に増えてきました。そこで2026年はこれまで拡大してきた事業を一度整理・棚卸しし、無駄な作業や固定費を見直す年と位置づけています。2027年以降の展開をよりスムーズにするための土台を整えていきます。

レンタルスペース事業は、一見シンプルに見える無人運営ですが、年末年始はメール・電話対応、鍵トラブル、備品破損、室内のゴミ放置、ダブルブッキング、振動苦情、レビュー低評価など、想定外の連続でした。運営の難しさと、仕組みづくりの重要性を強く実感する期間となりました。収支としては2拠点合わせて大幅な黒字となり、ポータルサイトへの掲載開始から1か月にもかかわらず、4万3千件以上のスペースの中「ゴールドスペース認定」されました。

この結果は、日々支えてくださっている職員の皆さんの存在があってこそだと感じています。だからこそ、拡大を急ぐのではなく、整え、支え合い、長く続けるための一年にしたいと思っています。



あなたのスペースが
ゴールドスペースに認定されました



代表のたかぎです

本年も
よろしくおねがいします



悠楽
ホーム

男性1室空きあり
※詳細はお問合せください



WOR
KLE

見学受付中
利用者募集中



悠楽
治療院

鍼灸師募集中
※詳細はお問合せください

「悠楽」という法人名には、人生を悠々と、安心して楽しめる環境を創るという想いを込めています。

一人ひとりの役割や得意を活かし、支え合いながら事業を成立させ、安定させていくことで、はじめて実現できると考えています。

今年は「守り」を大切にしながら、次の展開へとつながる、確かな一年にしていきたいと思います。

本年もどうぞ

よろしくお願いいたします。

悠楽治療院

担当：トシヒデ

先日、職員の方から「肩が痛くて、腕が上がらないんです」という相談を受けました。経緯を聞くと、急に強い痛みが出たあと一旦は落ち着いたものの、今度は右肩にも痛みが出現。右が治ったと思ったら、再び左肩が痛くなったとのこと。徒手検査を行うと、外転（横に上げる動き）は10度ほどで止まり、前に挙げる動きも困難。特に外旋（腕を外にひねる動き）に強い制限が見られました。痛みの出方や経過を考えると、石灰沈着をきっかけに肩関節周囲炎が二次的に起こったと見立てました。

◎肩が上がらないは「生活が止まる」こと

肩が上がらないと聞くと、大したことがないように感じる方もいるかもしれませんが、しかし実際には、『服を着る』『髪を結ぶ』『洗濯物を干す』『夜、寝返りを打つ』こうした日常の当たり前が、一気に難しくなります。体は痛みを訴えることで、「これ以上動かさないで!」とブレーキをかけています。

◎鍼灸師って、何が得意なの？

鍼灸って、肩こりや腰痛に対して、マッサージで良くならなかったから次の選択肢、そんなイメージはありませんか？もちろん、肩こり腰痛も対応します。ただ、鍼灸師が本当に得意としているのは、壊れたものを直接治すことよりも、身体が混乱している状態を整えることです。鍼灸は、『炎症を鎮める』『過剰に緊張した筋肉を緩める』『かばうことで崩れたバランスを整える』こうした部分に効果を発揮します。

◎できること・できないこと

正直に言うと、石灰そのものを溶かすことはできません。しかし、『痛みを和らげる』『動かせる範囲を広げる』『回復までの期間を穏やかに過ごす』こうした点では、鍼灸が役立つ場面があります。

体は理由もなく痛みを出しているわけではありません。動かないのは、サボっているのではなく、守ろうとしているだけです。

悠楽治療院では、「治す」だけでなく、体が安心して動ける状態に戻ること、そして今ある症状に向き合える安心を大切にしています。痛みや違和感が続くときは、どうぞ一度ご相談ください。

悠楽ホーム

担当：T

クリスマスとお正月には、ホームで特別メニューを提供しました🎄🍷

クリスマスには「今日はごちそうだね」「嬉しい!」といった声が聞かれ、自然と笑顔や会話が增え、和やかな食事の時間となりました。

それぞれのペースで、行事を楽しまれている様子が印象的でした。



元旦には、お正月メニューを前に「お正月だね」「今年もよろしくね」といった会話もあり、落ち着いた雰囲気の中で、穏やかな時間を過ごされていました。

行事食を通して、季節を感じながら、皆さんが安心して楽しめたひととき🌸

これからも、日々の生活を大切にしながら、あたたかさの感じられる時間を作ってまいります

わーくる WORKLE

担当：G

🎄 本年もWORKLEをよろしくお願いいたします🌟

昨年の振り返りになりますが、12月25日にクリスマス会を開催しました🎄

サンタさんが登場し、メンバーの皆さん一人ひとりに※お菓子をプレゼント🎅

その後のビンゴ大会も大盛り上がりでした!ビンゴの景品はバラエティ豊かでしたが、中でも注目を集めていたのが「椎茸栽培キット」😊「いつ生えてくるの?」「大きくなるかな?」と、今から成長がとても楽しみです😊

年が明け、元気な笑顔が再びWORKLEに揃いました。さらに新しいメンバーも加わり、これからますます賑やかな毎日になりそうです🌟

※ヤマザキ製パン従業員組合武蔵野支部様よりご寄付



株式会社 悠楽

〒203-0032 東京都東久留米市前沢4-9-6 小寺ビルF号室

☎ 042-420-9940(代表)

E-MAIL▶▶▶daihyou@39yuraku.net

U R L▶▶▶https://www.houmonhq.com

