ここで整う、ここから

社会

に、つながる。

療育通信　VOL.1　社会科プログラム編

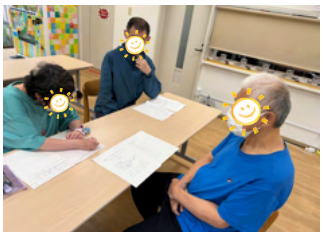
SOLA



180日間・地域生活移行プログラム「ステップアップ」

療育支援

01｜わたしたち東京空色の考え方



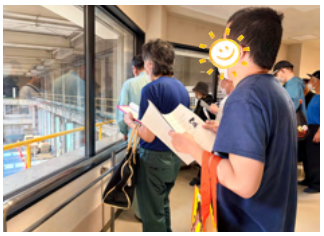
短期入所を、「預かる場所」から「社会につながるための療育の場」へ。
単なる一時的な預かりの場ではなく、「療育を通じた社会化訓練の場」として位置づけ、地域生活への移行を見据えた支援を行っています。

02｜ステップアップ・プログラム（標準180日間）



「導入調整期 → 集中訓練期 → 移行調整期」のステップアップ環境

← 標準180日間 →		
01 導入調整期	02 集中訓練期	03 移行調整期
最初の1か月 環境への適応	**4か月 療育支援**	**最後の1か月 地域生活の移行準備**



ご本人の心身が整い、地域生活への移行を目指せる支援と環境整備を行ってます。



03｜一人ひとりに合わせた療育

コグトレ（認知機能強化トレーニング）	コロロメソッド
軽度知的障がいのある方々	**重度知的障がいのある方々**
見る・聞く・考える・判断する・伝える	立位・座位・歩行・待機・指示動作
「生活力・社会参加」を育くむ	「集団適応・社会参加」を育くむ





一生の療育を

18歳になっても途切れない療育を。
自立に向かい、社会とつながっていくために。

現在の福祉サービスでは、18歳になり「者」になると、それまで行われていた療育支援が途切れてしまうという課題があります。私たちは、この分断を解決し、「者」になっても引き続き療育を受け続けられる環境を整備しています。これにより、これまでと同じように社会につながっていく支援を、自立に向かうための支援を受けていただけます。

社会科プログラムとは？

社会科プログラムとは、3ヶ月毎に行われる社会体験の場です。日々のコグトレで培った力を、実社会で発揮するプログラムで、企業や施設の見学・体験を通して社会の仕組みを学び、事前学習から当日の役割分担、振り返りまでを利用者様自身が主体となって進めます。

コグトレ → 社会科プログラム（3ヶ月実施） → コグトレ → 社会科プログラム（3ヶ月実施）

社会科プログラム第3回目

「つくばサステナスクエア見学」実施報告をお届けいたします。

目的・見学先選定理由

見学先：つくばサステナスクエア（つくば市ゴミ処理施設）

01：社会とのつながりを知る
ごみ処理の仕組みと働く人の役割を知る

02：コグトレの力を実生活で使う
見る・聞く・考える・判断する・伝える

03：社会の一員として関わる
主体性・役割意識・社会参加につなげる



実施概要



実施日
2026年7月10日（金）
場所
つくばサステナスクエア
参加者
13名
引率
職員5名

コグトレで培った認知力・注意力を実社会で活かす社会訓練の一環として実施。

事前学習・当日の流れ

事前学習
ワークシート学習
↓
利用者様主体のミーティング
↓
見学ミッション作成

DAY：当日
10:30　出発
↓
11:00　昼食
↓
13:00　施設見学
↓
14:30　帰園



では、実際の活動の中で、利用者様にはどのような変化が見られたのでしょうか。

活動の中で見られた変化と成果 → P4

コグトレとのつながり・成果

日頃のコグトレで取り組む「見る・聞く・考える・判断する・伝える」力を、実際の社会生活の中で発揮する機会となりました。
事前に決めた役割を意識して行動する姿、説明を聞きながら必要な情報をメモする姿、事前に準備した質問を自ら行う姿など、コグトレで培った力を実践の場で活用する様子が見られた。
単に指示を受けるだけでなく、「何を知りたいか」「何に気付いたか」を自ら考えることを意識した結果、次のような姿が確認できました。

- 役割を理解し、責任を持って行動する
- 必要な情報に注意を向け、記録する
- 相手の話を聞き、内容を理解する
- 自分の疑問や考えを言葉にする
- 見学で得た学びを自分の生活と結び付ける

帰園後は2種類の振り返りシートを用いて「分かったこと・気付いたこと」「生活とのつながり」「社会とのつながり」「自分たちにできること」を振りかえりました。実際には「ごみは良いようにも悪いようにもなる」「厨房の生ごみを肥料にしたい」「ごみをつかむクレーンは一度にどのくらいの量を持ち上げられるのか気になった」といった意見が出され、見学内容を自分の生活や今後の活動と結び付けて考える姿が見られました。

特に「厨房の生ごみを肥料にしたい」という意見は、見学での気付きを「自分たちにできること」へ発展させたものであり、プログラムの目的である「社会とのつながりを知り、活かす」ことにつながる成果といえる。一方で、発言や振り返りが少ない利用者様もおり、「分かる・できる」から「自分の考えを表現する」までには個人差があることも確認する事ができました。

利用者様の様子

- U様：質問への回答を丁寧に記録し、代表挨拶で感謝を伝えるなど丁寧な対応。
「ごみは良いようにも悪いようにもなる」と自身の考えをまとめた。

- F様：事前準備した質問を自ら実施し、振り返りも具体的に整理。

- O様：記録係として最後まで責任を持ち、周囲への気配りも見られた。

- K様：点呼係を職員介入なく自ら遂行。見学中も安定して参加。

- U様：見学中に集中が途切れる場面があり、職員の声掛けが必要だった。

- K様：「生ごみを再利用して花壇を作りたい」と発言し、学びを今後の活動へ結びつける姿勢を見せた。

全体として、役割を意識した行動や公共マナーの実践が多く見られた一方、環境の変化による集中の途切れや、振り返りでの言語化には個人差がありました。

課題

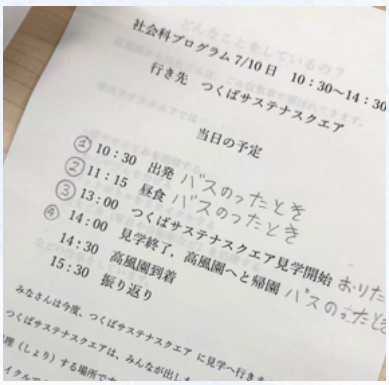
- 学んだことを自分の言葉で表現する力の個人差
- 主体的に質問・行動する力（自発的な発言が難しい利用者様への支援）
- 役割を一人で遂行する力（職員の確認・助言への依存の軽減）
- 事前学習方法の個別最適化（難易度・回答方法の調整）
- 学びを日常生活・社会参加へ具体的につなげる仕組みづくり



今後の展開

見学で得た「厨房の生ごみを肥料にしたい」という意見をきっかけに、生ごみの分別・再利用、肥料を活用した花壇づくり、施設周辺の清掃活動、ペットボトルキャップ回収など、利用者様が継続的に関われる環境・美化活動へ発展させていきます。役割の「理解する→実行する→振り返る」というサイクルを重ね、今後は地域や行政とのつながりも視野に入れた社会参加の取り組みを目指していきます。

















7月10日
社会科プログラム　実施状況





コグトレケース事例

ケース紹介・コグトレステップアップ対象者

基本情報　性別：男性　　年代：20代　　障害：軽度知的障がい・鬱病

特徴：感情表出が乏しく対人関係の築き方に課題がある。
対人関係の影響を受けて精神状態が変動しやすく感情 コントロールが困難であり衝動的な行動が発生する。

支援の方向性

理解力・注意力・判断力の向上を図るため、認知機能（見る・数える・写す）の支援を実施
注意力や作業意欲の正確性や持続力を高め、「一度立ち止まって考える」力を養う。
成功体験の積み重ねにより自己肯定感の向上を目指す。
社会化プログラムの参加、金銭管理のトレーニングを行い、生活習慣の意識向上を図る。
適応力の向上を目指し、グループホームへの移行、継続した安定を目指す。

▶支援成果

課題項目	アセスメント	入所時の様子	アセスメント	入所後4ヶ月の様子
気持ちを伝える。	大きな課題がある	要望を伝えるのが難しく、居室で過ごす事が多く、困っている事がないか職員から問いかけても何もないと答える事が多く表情も暗い事が多かった。	大きな課題がある	こちらの問いかけには何も無いと返答が多いが以前より表情が明るくなっている。
相談ができる。	課題がある	上記同様、他者に相談するということが難しく、一人で溜め込んでしまう傾向が見受けられた。	課題がある	上記同様、他者への相談頻度が少ないが、こちらからの声掛けに対して笑顔が多くなってきた。溜め込んでしまわないよう積極的にコミュニケーションを取るようにしている。
仲良く生活する。	多くの介入	他利用者様とコミュニケーションを取ることは無く、ほぼ居室で過ごされた。リビングにも一人ソファーに座っている様子が見受けられていた。	自立	他利用者様とリビングでふざけあう様子が増えてきた。トラブルにもならず適切な距離感で仲良く生活することができている。
お金を管理する	多くの介入	入所前の課題行動としてお金を使いずぎてしまうことがあった為、お金は一旦施設で管理とした。	ある程度の介助・介入援助	生活の基盤が整ってきた為、３月よりジュース代の自己管理開始し、使い過ぎることもなく適切に管理が出来ている。

成果まとめ

多動・反射行動の軽減
安全保持・協調性の向上
日常生活動作（ADL）の向上
集団生活の参加定着（個別スペースなし）

現在

活動状況：コグトレ課題への取り組み

今後目標：成功体験の積み重ねと自己肯定の向上を図っていく。

振り返り

社会化プログラム当日は、交通安全係を担当し、プログラム参加の他利用者様の安全に考慮する姿勢が見られた。特にバスの乗降時、手帳の提示を介助したり、全体の流れを目視チェックをする姿が見られ、「周りを見る力」が発揮できていました。
また生活習慣の向上として、お小遣い自己管理の実践が出来ており、現在ひとり外出のステップが開始されています。

コロロケース事例

ケース紹介・コロロメソッドステップアップ対象者

基本情報　性別：男性　年代：20代　障害：自閉症・精神遅滞・強度行動障害

特徴：独語が強い・多動、待機困難・持続性注意・体幹不安定さあり
破壊行為として衣類を破く。
異食行為（衣類や繊維など、食糞あり）反射・常同行動・他害、不適切行為あり。
ADLは入浴介助、排泄は一部介助（誘導・拭き取り介助）

支援の方向性

安全第一を優先に、物の破壊・他害・不適切行為の未然防止を実施し１日の見通しカードで提示を行い不安の軽減を実施。
コロロメソッドの参加で運動機能の維持・向上を図る。
周囲との協調性を集団歩行で図る

▶支援成果

課題項目	アセスメント	入所時の様子	アセスメント	入所4ヶ月後の様子
立位保持	多くの介助	多動で落ち着きがないご様子	一部の介助	職員の声掛けにて保持可能。 ハンドサインにより一部介入にて対応可能である。
待機保持	多くの介助	独語と多動があり、落ち着きが無かった。	一部の介助	ハンドサインへの理解があり、一度の指示で待機可能。 意識レベルの上昇により反射・常同行動が低減をしている。
座位保持	多くの介助	着座と同時に脚組みを始めていた。	一部の介助	脚組の頻度は減少。両足を地面につけることができる。
危険個所認識回避	全介助	持続性注意がある為、危険認識の予測が難しかった。	多くの介助	他者の動きに合わせた上での回避行動は取れている。
指示動作	一部の介助	反射の指示動作は入るが指示の介入が多かった。	指示が入る	指示動作を覚えた後は、サインへの反応が早く、指示が入りやすい。

成果まとめ

多動・反射行動の軽減
指示理解・反応の改善
集団活動の参加定着と共に個別スペースが無い状況での安定化
ADLの向上

現在

活動状況：コロロ・集団歩行の参加

今後目標：集団歩行を継続し改善の維持を目指す。

振り返り

「人の行動を模範する」特性が集団歩行で活かされており、意識レベルに上昇が見えてきた。
反射・常同行動の軽減が出来ています。
またコロロの活動中、芝生に寝転がる様子を見て寝具類の破壊は感覚過敏ではないかと見立て、寝具の変更を実施したところ、寝具類の破壊・異食行為が消失、ポータブルトイレから自己申告にて排泄の課題行動は消失しております。
活動中の独語も減り、今後は機能訓練を用いて出来ることを増やしていきます。

日本に暮らす
障がいのある方々を幸せにする。

未来へつながる療育支援、指定療育短期入所
障害があるご利用者様が、自分らしく社会とつながっていくため私たちは、安心できる環境の中で、一人ひとりの個性と可能性を大切にした「療育支援」を行います。

東京空色から、未来へ一歩を踏み出す。
成長の喜びを共に感じながら、社会との架け橋となるご支援を心を込めて届けていきます。

一生の療育を

現在の福祉サービスでは、「児」で始まる療育支援が18歳になり「者」になると途切れてしまうという課題があります。
私たちは、この分断を解決し、「者」になっても引き続き療育を受け続けられる環境を整えています。
一生の療育支援として、これまでと同じように社会につながっていく支援、自立に向かうための支援を続けていきます。

東京空色の特徴

療育支援に特化した短期入所

6ヶ月間のステップアップ方式
導入期～移行期の6ヶ月間で地域生活への移行を段階的にサポートします。

重度者・軽度者に対応した個別プログラム
障がいの程度・特性に合わせて、最適なプログラムを設計、実施します。

独特の定量アウトカム評価による見える化
アセスメントに基づき、支援の進捗を数値で可視化し、ご本人の成長と課題を客観的に把握します。

多職種によるチーム連携
専門職が連携し、ご本人。ご家族・関係機関とチームで、ご支援します。

事業所



対象となる方

知的・精神障がいのある方
成人の方
支援区分2～6の方
地域生活への移行を目指す方

法人概要
所在地 茨城県つくば市東新井19-6ASHITAE-Lab2階
代表者 代表取締役 山川宏
法人設立 平成27年7月10日

見学・利用相談　随時受付中

お問合せ先

029-896-8081（AI自動応答）
入所担当：大畠 敏徳 080-4813-7248（直通）
t-ohata@tokyo-sola.com

ここで整う
ここからつながる

東京空色HP
SOLA

【編集】次号2026年 冬　発行予定
広報担当：海老原浩子　080-5374-5962（直通）
MAIL：h-ebihara@tokyo-sola.com