



事業所通信No.241

特定非営利活動法人はちくりうす
東京都目黒区五本木2-31-10
はちくりはうす101
Tel : 03-3793-3012
Fax : 03-5856-6700

https://www.instagram.com/8curious_tokyo/
編集担当：我妻

8月下旬は暦の上では秋（処暑）となりますが、まだ暑い日が続きそうですね。今年の9月の東京は、記録的な猛暑が長期間続いた去年に比べると、暑さが落ち着く見込みだそうですが、実際に日中外に出てみると、やっぱり暑いんですよね・・・暑い夏、みなさんはどんなところにお出かけしていますか？はちくりうすのヘルパーさんにたくさん情報を提供していただいたので、ご紹介します！ご協力頂いた皆さん、本当にありがとうございました！！

夏のお出かけスポット

＜手帳を活用したおすすめスポット＞

- ・東京オペラシティアートギャラリー（新宿区）
本人と同伴者1名無料、多目的トイレ、エレベーターあり
- ・恵比寿ガーデンプレイスの写真美術館
本人と同伴者1名まで1000円
- ・はとバス
コースによって割引
- ・六本木ヒルズ 東京シティビュー
本人と同伴者1名無料、季節ごとのイベントもあり
- ・都内の美術館、博物館、庭園、水族館、動物園、国立科学博物館、横浜水上バス「シーバス」



＜暑さをしのげるおすすめスポット＞

- ☐ 二子玉川駅周辺エリア
- ☐ 豊洲のがすてなーに
- ☐ ラゾーナ川崎（ショッピングモール）
- ☐ 都庁展望台
- ☐ 各種水族館
- ☐ 丸の内や日本橋を走っている無料シャトルバス
- ☐ 区立図書館
- ☐ すずめのお宿緑地公園
- ☐ 二子玉川 RISE フロアガーデン
- ☐ 高齢者センター
- ☐ 緑の多い公園
- ☐ 海岸
- ☐ 野沢龍雲寺の一つ先の中丸小学校バス停側にあるカフェ「STAND 3201」
- ☐ 武蔵小杉グランツリーの屋上
- ☐ みなとみらい
- ☐ 品川インターシティ
- ☐ 丸の内
- ☐ 横浜駅地下街
- ☐ 映画鑑賞（ラゾーナ川崎がおすすめ）
- ☐ 東大駒場キャンパス
木が多くて割と涼しいし、一般人も使える学食やカフェがあるので涼みに行く事もできる。
- ☐ 商業施設
- ☐ 美術館
- ☐ 博物館
- ☐ プラネタリウム
- ☐ プール
- ☐ 渋谷区役所
- ☐ 目黒区涼み処が住区センターなどに設定
- ☐ 高輪ゲートウェイ
- ☐ 大井町トラックス
- ☐ KITTE



- ☐ 天空橋駅直結の羽田イノベーションシティ
1Fにスタバ、2Fデイリーヤマザキのイートイン
2Fに食事処数ヶ所あり空調が効いて比較的涼しいスポット。
屋上に小さいながら足湯2つあり。羽田空港が一望出来ます。
※車椅子の時は上り下りホーム入口に別々に入らないと歩行者に比べ移動が困難



碑文谷八幡宮例大祭

【日程】2026年9月19日（土）9月20日（日）

9月19日：18:00～ 御神楽

9月20日：18:00～ 演芸大会

【場所】碑文谷八幡宮

目黒区民まつり

【日程】2026年10月11日（日）10:00～15:30

（おまつり広場は9:30～15:30）

【場所】田道広場公園、目黒区民センター、田道小学校



←詳しい内容は目黒区ホームページをご確認ください



映画紹介

～急に具合が悪くなる～

「ドライブマイカー」「悪は存在しない」の濱口竜介監督の最新作『急に具合が悪くなる』を観てきました。

上映時間196分という長さに見に行くのを躊躇っている方も多いと思いますが、実際に映画を観た感想としては、時間が進めば進むほど惹きつけられていくような、不思議な感覚になる映画でした。濱口作品は言葉数がとても多いので、観るのに集中力が必要な場面もありますが、今作品は特に“光”が綺麗で、映像の美しさがとても印象に残りました。フランスで発祥されたユマニチュードという技法、考え方が大きなテーマでもあり、ヘルパーとして働いている自分自身に重なる部分や、違和感（これは一言では言い表せないですが）を感じつつ、色んなことを考えさせられる映画でした。いかんせん長い映画なので手放しにすすめるのは難しいですが、少しでも興味がある方はぜひ、観に行ってみてください！

全く関係ないですが、同時期に観た「よき谷の物語」も良かったです。こちらもぜひ。みなさんのおすすめの映画も教えてください！
（我妻）

ちょっとひとやすみ 投稿コーナー

福田孝広さんの
投稿です！

8/2(日) 逗子・葉山に行ったよ
学芸大学から横浜経由にて逗子・葉山へ、逗子・葉山駅からバスで葉山小学校で下車。今日は逗子・葉山にて山&海の盛り沢山くばりツアーとなりました。仙元山ハイキングコースを踏破した。下山後、最寄り駅バス停から駅に戻り、逗子海岸を散策、大勢の海水浴客でにぎわっていた。ケンタッキーで涼を取り、逗子・葉山から横浜経由で学芸大学へ戻り、柿のたねに帰った。
今年11月22日(日)～25日(日) 3日4日ヒューズ・プレファースト大会で香川があります。倉敷美観地区や金刀比羅宮などで、楽しまに来て下さい。
一日目のたびおつかれ様でした。
2026. 8. 2 (日) 孝広 & ヘルパーの皆様



「ケアと編集」 を読んで



ヘルパーさんが、通信の感想を送ってくれました！ヘルパーさんに紙での通信は送っていませんが、はちくりうすのホームページに毎月更新しており、そちらをみてくださっているそうです♪

【読書感想】

はちくりうす通信で紹介された「ケアと編集 白石正明：著」をせっかくなので、読んでみました。著者は長年出版社に勤め、編集者としての視点でケアについて綴られています。

ケアと編集のつながりは、自分の中では消化できなかったのですが、読んでよかったと思った箇所を述べたいと思います。

①依存症って悪なの？そもそも私たちは何かに依存して生きてますよね。水や食べ物太陽に依存できてるから生きていけます。ギャンブルやアルコールに依存する人は、依存する方法を見つけるのが苦手なだけです。

② ALSの人をどう見る？言葉がしゃべれない、体が動かせない植物のような人、でも私たちは美しく咲く花に癒されたりしていませんか？ALS、植物人間上等！とても心に響きました。

最後に。ありふれた常識にとらわれずいかに発想を転換させることができるか、ケアをする立場としてとても大切だと感じました。
（Aさん）

♪ヘルパー募集中♪

はちくりうすでは居宅介護ヘルパー・ガイドヘルパーを募集しています。資格のない方でも大歓迎！ぜひご連絡ください。お知り合いのご紹介もお待ちしております♪

編集後記

みなさんいかがお過ごしですか？今年も暑くなるぞ、と身構えていたのですが、夜外に出てみると気持ちの良い風が吹いていて、あれ？こんなに過ごしやすかったっけ？と拍子抜けしています。暑いのが苦手なので毎年引きこもりがちな夏なのですが、最近は夜のちょっと涼しくなった時間帯に、レイトショーを観に行くのにハマっています。みなさんも夏ならではのマイブームありますか？
（我妻）

お出かけ情報

by ほろいファミリー

2026★9

chiikawa



Hachiwatari



Usagi



Momonga



Huruhonya



Seiren



牛手別展「いきもの超ワールド展

国立科学博物館 × ダーウィンが来た!

アクセス：国立科学博物館（台東区上野公園7-20）

JR	上野馬車（公園口）	徒歩5分
（東京メトロ・京成電鉄）	上野馬車	徒歩10分

開催期間：開催中～10月12日（月） ⑨ 9/7（月）、14（月）、24（木）、28（月）

時間：9:00～17:00

料金：一般・大学生 2300円、小・中・高生 600円、未就学児 無料

※ 障がい者手帳提示で本人と介護者1名は無料

※ 入場の際、学生証、各種証明書をお持ちの方は要提示

※ 本展を観覧された方は、同日に限り常設展示（地球館・日本館）も利用可

みどころ

- 1 いきもので異なる「五感」・・・いきものによってどのセンサーが研ぎ澄まされていて、どんな驚きや戦略があるのだろうか？
- 2 いきもので変わる「エネルギー補給」・・・エネルギー源（動物や植物）を獲得する多様性や体内への取り込み方法にどのような戦略があるのか見てみよう！
- 3 いきものの対戦「サイズ」適応術・・・体のサイズからも驚くべき戦略や適応が見えてくる！
- 4 いきもので違う「移動力」のかたち・・・移動力的手段や身体の本構造は、実に多様性に富んでいる！でも、実は、移動力しないいきものもいるって知ってた？！
- 5 いきものに学ぶ「集団」の意義・・・「群れる」とは？「群れない」とは？その意義や真意を見ていこう！
- 6 いきものが紡ぐ「命のバトン」・・・それぞれのシーンに見られる驚きと感動の戦略や適応を見ていこう！

北区花火大会 RED×BLUE SPARKLE GATE

アクセス：荒川河川敷・岩淵水門周辺（北区志茂5-41周辺）

（東京メトロ）	赤羽岩淵馬車・志茂馬車	徒歩15分
JR	赤羽馬車（東口）	徒歩20分
	北赤羽馬車	徒歩25分

開催日：9月26日（土）

時間：18:30～19:30 （15:00～開場）

2026年は「LOVE ー想いの光ー」をテーマに開催。国の重要文化財である赤羽水門と絶景花火が彩りなす風光明媚な景色は、北区ならではの特別な魅力だ。

可愛だけじゃない!? ピングー展

アクセス: 東京国際フォーラム (千代田区丸の内3-5-1 B1)

(JR・東京メトロ 有楽町線 すぐ)
(JR 東京線 徒歩5分)

学生証の提示を
お願ひする場合あり

開催期間: 開催中~9月6日(日)

時間: 10:00-18:00 (土日祝は20:00まで)

料金: 一般・大学生 2200円、中高生 1650円、小学生 550円、未就学児 無料

※ 障がい者手帳提示で本人と介助者1名まで、障がい者割引適用

※ 9月5日(土)、6日(日)は日時指定制

みどころ

★ 貴重なクレイモデルや制作資料の展示

→ 実際のアニメーション制作で使用された、貴重なクレイモデルや初期スタジオの記録・絵コンテなどの制作資料等も展示

★ ピングーの多彩な魅力に出会える体験型展示

→ 豊かな"表情"、ユニークな"動きやカタチ"、不思議と伝わる"ピングー言語"など、遊んで楽しめる体験型展示を豊富に展開

「ピングーの家」を
イメージした
フォトスポットもあるよ★



武田美穂展 絵本づくりはドキドキなのだ!

アクセス: ちひろ美術館・東京 (練馬区下石神井4-7-2)

(西武新宿線 上井草駅 徒歩7分)
(JR中央線 荻窪駅よりバス 下車徒歩5分)
(西武池袋線 石神井公園駅よりバス 下車徒歩5分)

開催期間: 開催中~10月25日(日) (休)月曜(祝日は開館、翌平日休館) (9/1の週は無休)

時間: 10:00-17:00

入館料: 大人1200円、18歳以下・高校生以下 無料、65歳以上 900円

※ 障がい者手帳提示で本人と介助者1名まで 無料

"ますだくん"や"ざわざわ森のがんこちゃん"シリーズで知られる絵本作家・武田美穂。読者である子どもたちの関心を常に意識した絵本づくりを展開している。制作過程がわかる資料も展示し、子どものいをとらえを売ける武田美穂の絵本づくりの秘密をさぐる。



ますだくん☆



がんこちゃん☆

100% ドラえもん & フレンズ in 東京

アクセス: TOKYO DREAM PARK (江東区有明3-3-8)

(ゆりかもめ)	東京ビッグサイト駅	(徒歩5分)
(りんかい線)	国際展示場駅	(徒歩9分)

開催期間: 開催中～9月30日(水)

時間帯: 10:00～18:00

料金: **当日券** 平日 大人 2500円、中・高生 1900円、子ども(4歳以上) 1700円
・土日祝、特定日は+200円の料金 4歳未満 無料

※障がい者手帳提示で本人と介助者1名まで半額料金

本展のチケットにて

- ① 100% ドラえもん まんがワールド展「EX STUDIO7」
- ② 100% ドラえもん パークA 「6F ドリームテラス」
- ③ 100% ドラえもん パークC 「シンボルプロムナード公園」 の3エリアが体験可能!!

本展では、まんが・アニメ・大長編の世界観がひとつとなり、これまでにないスケール感で“100%ドラえもん”の世界を楽しめます。ドラえもんやのび太をはじめとするおなじみの仲間たちも大集合し、言動も楽しめる多彩なコンテンツを用意。会場には、高さ12mの巨大ドラえもんバルーンをはじめ、表情やポーズ、ひみつ道具もそれぞれ異なる、今までに見たことのないユニークな“100体以上の等身大ドラえもん”が大集合します!

よむよむ展

アクセス: 上野の森美術館ギャラリー (台東区上野公園1-2)

(JR)	上野駅(公園口)	(徒歩3分)
(東京メトロ・京成電鉄)	上野駅	(徒歩5分)

開催期間: 9月18日(金)～29日(火)

時間帯: 10:00～17:00

入場料: 無料

- ★ 無料貸し出し用車イス3台あり
- ★ スロープや車イス対応のエレベーターあり
- ★ 車イス対応トイレあり (本館の1階)

上野の森美術館の所蔵作品を紹介する「よむよむ展」は、“糸会をよむ”をテーマに、作品に何が描かれているのかをじっくり読み解いてみることを目的とした展覧会。本展では、生き物や場面が描かれた印象的な作品を展示し、糸会に込められたコンセプトやメッセージを作家のコメントをもとに紹介する。

中秋の名月(十五夜)

9月25日 金曜日



映画情報

TAVERNA DE GAGA ー人生はまだまだ面白いー

9月11日 公開予定

年齢を重ねることを「喪失」ではなく「新たな挑戦の女台まり」として描き出すオリジナルストーリー。日本で活躍するイタリア人建築プロデューサーのジローが故郷へリターン、余命わずかの父と大衆食堂「TAVERNA DE GAGA」を拠点に、親子や人生の終盤を迎えた仲間たちとの交流を映す。
タレントのパンツェッタ・ジローラモが映画初主演を務める。

映画 名探偵プリキア! 不思議な庭と2人の秘密

9月18日 公開予定

ある日、街で大切なものにバツ印がつけられ重みなくなる事件が発生し、調査を進める彼女たちの前に妖々精レインが現れる。カリムを守ってほしいと頼まれた彼女たちには、美しい庭へ案内され、彼女と親しくなるが、やがて異変の兆しに気づき、調査を進めていく。

踊る大捜査線 N.E.W. メトロポリスを馬区け抜ける!

9月18日 公開予定

青島俊作は、首都の治安を守る警視庁刑事部捜査第一課に着任する。そして、着任早々誘拐事件で身代金の運び屋に指名される。時を同じくして、3Dプリンターで製作された拳銃による連続殺人事件が発生し、被害者の科学者が所持していたウイルスが盗まれ...

しびれ

9月25日 公開予定

内山拓也監督が、北村匠海を主演に迎えて撮りあげた自伝的作品。監督の故郷である新潟県を舞台に、自身の居場所とアイデンティティを模索する孤独な少年が、息をのむような大きな愛を知るまでの20年を描く。

マッチング TRUE LOVE

9月25日 公開予定

マッチングアプリに替わり恐怖を描いた「マッチング」の続編。アプリで連続殺人事件から2年を経て、交際を始めた車輪花とロミオだが、ある日ロミオが失踪する。同じ頃、2年前の事件を模倣したような連続殺人が発生し、ロミオが疑われる。失踪から2ヶ月後、車輪花はスタッフとして、南の島のマッチングツアーに参加。しかし、そこで待っていたのはデスゲームだった。そして、行方不明だったロミオが再び車輪花の前に姿を現す。