



NPO法人

ITでマザル、ハタラク、拓き合う。

札幌チャレンジド

HSK 札チャレ通信



目次

- 02……新年のご挨拶
- 03……パソコンボランティア養成講座のご案内
- 04……見えない方見えにくい方におすすめのアプリ紹介
- 05……放課後等デイサービス「さっチャレだより」
- 06……就労グループ「新職員」・「新メンバー」紹介
- 09……移行グループ「スタッフから新年のご挨拶」
- 10……移行グループ「メンバーさんヘインタビュー！」
- 11……移行グループ「『コミュニケーションが苦手な人のための就活サポートプログラム』YouTube チャンネル開設しました」
- 12……賛助会費について・「札チャレラジオ通信」放送予定日

昭和 48 年 1 月 13 日第三種郵便物承認 HSK 通巻 646 号 Vol.265

発行日:2026 年 1 月 10 日発行(毎月 10 日発行)

編集人:〒060-0807 札幌市北区北 7 条西 6 丁目 1 番地北苑ビル 2 階

NPO 法人 札幌チャレンジド TEL:(011)769-0843

発行人:HSK 北海道障害者団体定期刊行物協会

定価:30 円(年会費に含まれる)

冬号

新年のご挨拶

新年、あけましておめでとうございます。

今年は、どんな年になるのか？毎年、年初めに感じる期待と不安を今年も感じながら新年を迎えました。

みなさまは、どんな新年を迎えられたでしょうか？

札幌チャレンジドは、2000年の設立以来、障がいのある人のIT利活用と就労の分野で、日本のフロンランナーとして走り続けている自負を持ちながら活動しています。

フロンランナーであるからこそ得られることを享受しながら成長して来ました。しかしながら、ここ数年の社会の変化、時代の移り変わりを強く肌で感じており、これからは、今までと同じようには進めない、成長できない時代に突入したとの想いが強くなっています。

今と同じことが10年先には、間違いなく続かない。同じことをやっていれば10年先には、社会に必要な存在ではいられなくなる。そんな危機感を持っています。

「自立を目指す障がいのある人が、ITでマザル、ハタラク、拓き合う。社会を創る」というミッションは不変ですが、具体的な活動内容や形態は、変革していかなければならないと考えています。福祉サービスという既存の制度、枠組みに依存しない変革をしていかなければならない。

札幌チャレは、今、25歳ですが、35歳をみなさんと迎えられる為には、時代を一步先取る事柄や方法に挑戦していかなければなりません。その為には、今まで以上に、札幌チャレンジドと関わる全ての人の共感、理解、協力が必要となります。

今年も引き続き、ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

今年一年のみなさまのご健康、ご多幸をお祈りします。

2026年元旦

NPO 法人札幌チャレンジド 理事長 加納 尚明

札幌市障がい者 ICT サポートセンター

障がいのある方のための パソコンボランティア養成講座のご案内

障がいのある方のパソコン技術習得や活用を支援するボランティアを養成する講座を開催します。

1 対象者

- パソコンの基本操作ができ、日常的に利用しており、障がいのある方へのパソコンボランティアに関心がある方。
- 札幌市のパソコンボランティアに登録し、活動する意志がある方。
- パソコンのメールアドレスをお持ちの方

2 内容

- (1) 札幌市パソコンボランティア派遣制度について
- (2) 障がいのある方にパソコンを教えるときの心構え、注意点
- (3) 障がいのある方のパソコン操作を助ける Windows 機能
- (4) パソコン操作の音声読み上げソフトに関する研修と実習、等

3 講習日程

- 令和 8 年（2026 年）2 月 7 日（土）、8 日（日）
- 1 日 6 時間×2 日間 計 12 時間 いずれも午前 10 時～午後 5 時（昼 1 時間休憩）を予定

4 募集定員

10 人（※申込書の内容をもとに選考）

5 会場

札幌市北区北 7 条西 6 丁目 1 番地 北苑ビル 1 階
NPO 法人札幌チャレンジド 講習会場（札幌駅西口より徒歩 5 分）

※駐車場の用意がありません。恐れ入りますが、公共交通機関のご利用をお願いいたします。（<https://s-challenged.jp/>）

6 受講料（+テキスト代）

2,000 円

7 申込方法・締切

市役所、区民センター、地区図書館等に備え付けの申込書、あるいは下記 URL のサイトでダウンロードできる申込書に必要事項をご記入の上、令和 8 年 1 月 23 日（金）〈必着〉までに、下記申込先へ郵送またはファックス、メール添付でお申込みください。選考後、受講の可否を郵送でご連絡いたします。

8 申込・問合せ先

〒060-0807 札幌市北区北 7 条西 6 丁目 1 番地 北苑ビル 2 階
（札幌チャレンジド内）札幌市障がい者 ICT サポートセンター

- TEL：011-769-0841, FAX：011-769-0842
（電話受付：月曜～金曜〈祝日除く〉午前 10 時～午後 4 時）
- E-mail：support@s-challenged.jp
- ICT サポートセンターサイト：<https://sapporo-ict.com/>

講習グループ紹介

「見えない方・見えにくい方におすすめのアプリ紹介」(12)

講習グループ スタッフ

篠原 光陽 (しのはら こうよう)

見えない方・見えにくい方へのパソコン講習を担当しています、篠原です。私自身が全盲です。ここでは不定期の連載として、見えない方・見えにくい方がパソコンあるいはスマートフォンを利用するのに便利なソフト・アプリを紹介させていただきます。

今回はパソコンアプリのご紹介です。

アプリ名: Netflix (ネットフリックス)

Netflix は、アメリカの動画配信事業者「**Netflix**」社が運営する月額定額制の動画配信サービスです。

アプリを紹介することになったきっかけは、訪問講習受講者の方より、「パソコンを使っていろいろな動画配信サービスを見て、余暇を楽しみたい」という問い合わせがあり、**NetFlix** を紹介することとなりました。

Netflix アプリのインストールから動画視聴までの簡単な流れを紹介します。

- ① パソコンに **Netflix** アプリをインストールします。
- ② アプリを開き、表示される「今すぐ始める」をクリックします。
- ③ 画面の案内に従い「メールアドレス」を入力します。
- ④ 自分で決めたパスワードを入力します。
- ⑤ 料金プランを選びます。
料金プランには、広告付きスタンダードプラン（税込み¥890）、広告なしスタンダードプラン（税込み¥1,590）、プレミアムプラン（税込み¥2,290）があります。
それぞれのプランに応じて、同時に視聴できる台数が決められています。
- ⑥ 支払い方法を選びます。
支払い方法には、クレジットカード、携帯キャリア決済、**Netflix** 専用プリペイドカードでの支払いなど、8種類の方法から一つ選択し、登録します。
- ⑦ 登録完了後 **Netflix** を視聴できる状態となります。
- ⑧ **NetFlix** アプリを開き、メールアドレス・パスワードを入力して「ログイン」をクリック。目的の動画を選び「再生」をクリックすると動画視聴を楽しめます。

NetFlix アプリは、キー操作で使用でき、スクリーンリーダーでの読み上げにも対応しており、見えない方・見えにくい方も安心してご利用いただけます。

Netflix について詳しくは次の URL のサイトを参照してください
<https://www.netflix.com/jp/>

札幌チャレンジド 放課後等デイサービス

さっチャレだより

発行
12月

2025年 冬号

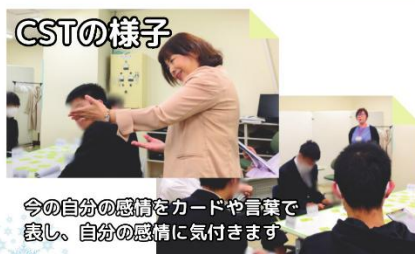
早いものであつという間に雪景色！タイピングの時に寒くて指が動かない・・・という季節になりましたね。最近は、季節にちなんだ作品を作ったり、タイピングを頑張ったり、みなさんそれぞれのやりたいことを着々と進めています。



CST・SST講習の様子

今年度は、“感情を表すカード”を使用しています。「今の気持ちは？」と聞かれても、意外と、感情に気が付くことが難しかったり、言語化が迷ってしまったりすることがあるので、表情を描いたカードを出すようにしています。視覚的に表情を絵で見ると、少し自分の今の思いに気が付きやすくなります。

CSTの様子



今の自分の感情をカードや言葉で表し、自分の感情に気付きます

SSTの様子



隣の人と意見交換をしています

パソコン検定試験を開催しました。！

10/19(日)に日本情報処理検定協会のパソコン検定を実施しました！
(札幌チャレンジドは試験会場に認定されております)今回から新しい科目、「文書デザイン検定」が受験可能になりました。みなさんにチャレンジの機会を提供できるよう検討し、実施できることとなりました^^！

教室のようす



今後の予定

- ・ 12/14 検定本試験
- ・ 1/20 模擬検定
- ・ 2/15 検定本試験

就労グループ紹介 <新職員紹介>

自己紹介

就労グループ 野村 聖一

6 月より専門職の職員として勤務させていただくことになりました、野村 聖一(のむら しょういち)と申します。

私は元々利用者として在籍しておりまして、この 10 月で札幌チャレンジドに訪れてから 10 年が経ちました。

あっという間だった気もいたしますが、振り返るといろいろな事があって、やはりそれなりに長い時間だったようにも思います。

私は学生時代にサッカーやバレーボールをしていたので、ワールドカップやチャンピオンズリーグ、オリンピックの中継を見るのが好きです…ですが最近では試合の途中でウトウトしてしまうこともしばしばです。一生懸命お仕事した疲れでしょうね。

決して歳を重ねたせいではないと思います！おそらく、きっと、たぶん…そうだと思います。

さて現在私は航空券にかかる税金や手数料をお知らせするサイトの更新や航空券の運賃や規則の登録といった業務を主に担当しています。

この業務は航空業界のお仕事になりますので、そういった業界に興味がある方、旅行や地理、英語とかが好きな方にピッタリなのですが、かくいう私は久しく飛行機に乗っていませんし、本格的な英語も十数年ぶりに接しました。そういったことから担当当初はとんでもない業務を引き受けてしまったと思っておりました。

でもそんな少々難しい業務でも同じ業務を担当している先輩方に教えてもらいながら、少しずつ少しずつこなしていくことで出来ることが増えていったように思います。その時感じたのは札幌チャレンジドの就労グループでは個人個人それぞれのペースに合わせて、進めていただける環境だと思いました。

今度は私がそういった素敵な環境作りのお手伝いができるように微力ながら頑張っていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

就労グループ紹介 <新メンバー紹介>

スキルアップ

ペンネーム 脳筋

私が札幌チャレンジドでお世話になって3年目になると思います。在宅でウェブアクセシビリティの業務に就いています。

指定難病、パーチェット病を患っていて、記憶障害(解離性健忘症)もあります。そのため、一般企業での就労は難しく、地元の就労支援B型を経験してから札幌チャレンジドが行っているテレワーク就労体験事業を学習してこちらに移ってきました。

今でこそ普通に業務を行っていますが、ここまで来るのに本当に苦労しました。パーチェット病に罹患したのはいつかは分かりません。若い時は一般企業に勤めていましたが、日に日に症状が強くなり、気がつけば歩くこともできない状態になりました。病院には行きましたが原因は分からず仕事を辞めて自宅に引きこもることに。5年以上寝たきりだったと思います。その間に病名は付き、薬などは処方されましたが、完治することはなく、対処療法でなんとか毎日を過ごしてきました。

転機が訪れたのは母の介護をするようになってから。母が脳溢血で倒れてから面倒を見る人がいなかったので仕方なく母の生活の手助けをすることになったのです。

最初は身体を動かすことも苦痛でしたが、動いているうちに徐々に体に変化が起こりました。少しずつではありますが、痛みがなくなってきたのです。気がついたら歩けるようにまで回復、それから運動することが楽しくなってきました。

母が亡くなってから自分の時間が出来たので、動けるうちに何かしたいと思い、地元のB型事業所に通うことを決め、3年間通いました、その間にも運動は続けており、ウォーキングやランニングを日課に体調維持に努めていきました。

それからB型事業所の施設長の紹介で札幌チャレンジドに移りましたが、間もなく精神的な理由で記憶障害が起こり、しばらく休みました。いろいろ悩みましたが記憶もほとんどない状態でとりあえず業務を再開、また一から勉強するのが大変でした。

今度は精神を鍛えるために筋トレを開始。メンタルを鍛えるには筋トレとネットであったのでそれを鵜呑みにしてやり始めました。今では筋トレとランニングは私の趣味になっています。

もう人生の中間地点位に立っていますが、これからも諦めずに常にスキルアップ目指していつかは一般企業で働くことを夢に頑張っていきたいと思います。長くなりましたがよろしく願いいたします。

就労グループ紹介 <新メンバー紹介>

社会人としての大きな一歩

ペンネーム N.T

はじめまして、2025 年 9 月からお世話になっている N.T と申します。

札幌チャレンジドでは、主に音声アノテーションを担当しています。

趣味は音楽で、メタルやプログレ、ジャズなど幅広いジャンルを聴きます。サックスの演奏もします。時々イラストを描く時もあります。

私は大学 3 年のコロナ禍をきっかけにうつ病になり、ギリギリ卒業はできましたが就職活動ができず、時々働いても体調が悪く長続きしませんでした。

一般の社会人のようには働けないけど奨学金の返済があるので困っていたところ、町役場の方から紹介を受けこちらで働くことになりました。

もともとパソコンを使うことは得意で、自分の得意なことを仕事にできることの喜びを感じながら日々働いています。現在はアノテーション以外にもイラストのお仕事を任されることもあり、とてもやりがいを感じます。

また、Teams を使って文章でやり取りでき、質問や相談なども気軽にできて非常に助かっています。

札幌チャレでお仕事をする事でやっと私も社会の一員になれた気がします。

長く勤めることと、大学の時に学んだグラフィックデザインのお仕事を任されるようになることを目標にしています。

今後ともよろしくお願いいたします。

移行グループ紹介

「スタッフから新年のご挨拶」

新年あけましておめでとうございます。2026年もメンバーの皆さまと共に頑張ってまいりたいと思います。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

それでは移行支援グループのスタッフより、一言ずつご挨拶させていただきます。



明けましておめでとうございます。今年もメンバーの皆さん、スタッフとともに、元気に過ごしていきます！新しい一年も、どうぞよろしくお願いいたします。**大山**

昨年4月に育休から復帰し、ドタバタした一年を過ごしました。
ところがまた産休＆育休をいただくことになってしまいました(汗)
2027年復職予定ですので、その際はまたよろしくお願いいたします。**中川**



今年は厄年ですが、厄を追い払う気持ちで頑張ります！
皆様にとって素敵な一年になりますように。どうぞよろしくお願いいたします。**金澤**

昨年は学びの多い一年でした。今年もたくさんのことを吸収できるよう頑張ります！**渡辺**



あっという間の1年でした。今年も無理せず頑張っていきたいです。
どうぞよろしくお願いいたします。**岡野(将)**

移行グループ紹介

「メンバーさんへインタビュー！」

移行支援グループ スタッフ
中川 かおり(なかがわ かおり)

今回は、25 年 4 月から移行支援のメンバーになった、ペンネーム:のんびり屋さんにインタビューをしたいと思います。

Q. 自己紹介をお願いします。

お初にお目にかかります。のんびり屋さんです。

今年3月に高校を卒業し、この「札幌チャレンジド 就労移行支援」に入ってから、7か月半、8か月が経ちました。気持ちがモヤモヤしてしまうこともあるけれど、一番は立ち上がることが大事です。ほとんどはしっかり講習を受けて、行動に気を付けています。

Q. 好きな講習はなんですか？(在宅訓練含む)

1ヵ月に2回行われる、JST です。テーマに沿って、ロールプレイをしており、実際に行動にも移して行っています。自分から積極的に意見を言うことや、パターンを掴んでいます。

今後の就職のために行っていることなので、ずっと大切にしている講習です。

Q. 今、頑張っていることはなんですか？

毎週金曜日にある、コミュニケーション講習です。人との関わりや、実際に演技もして、自信をもって行っています。間違いもあるけれど、一から考え直して、正しく行っています。



Q. 最後に一言お願いします

2025 年度も後半に入っています。これから、就活活動や実習が待ってますので、今のうちにできることを探して、しっかり行っていきます。



のんびり屋さん、ありがとうございました！

移行グループ紹介

『コミュニケーションが苦手な人のための就活サポートプログラム』 YouTube チャンネル開設しました」

キャリアデザイン札幌チーム スタッフ

渡辺 静流(わたなべ しずる)

2023 年度から日本財団様の助成を受けて「コミュニケーションが苦手な人のための就活サポートプログラム」を始め、今年度も継続してプログラムを開催しております。主に大学生を対象としており、利用料は無料で、学年学科問わずご利用いただけます。お困りの学生さんがいらっしゃるいましたら、是非一度お気軽にご相談ください。

そしてこの度、こちらのサポート内容について YouTube チャンネルを開設いたしました。プログラムの詳細などを動画内でご紹介しております。引き続き、動画を公開していく予定ですので、是非チャンネル登録・ご視聴をお願いいたします。

○YouTube

1. 「コミュニケーションが苦手な学生若者の就職支援事業について」
2. 「就活を上手にスタートするには！」
3. 「就活生の悩みあるある！」

YouTubeはこちらからご覧いただけます↓

https://youtube.com/channel/UC63A_aLQM_t_n4YOj8V_v4g?si=U91FBE1o6MIwFadX

または、「キャリアデザイン札幌チーム」と検索していただいてもご視聴可能です。



《お問い合わせ・お申し込み》

NPO 法人札幌チャレンジド キャリアデザイン札幌チーム(大山・中川・金澤・渡辺・岡野・長澤)

電話:011-769-0986 FAX:011-769-0842 mail:iko@s-challenged.net

○HP もあります→

<https://careerdesign-sapporo.com/>

○LINE からもお問い合わせいただけます→

札幌チャレンジド キャリアデザイン札幌チーム専用アカウント



賛助会費について

札幌チャレンジドでは、パソコン講習を受講される方に、賛助会費として年間1,000円をお支払いいただいています。

また、ご寄付や賛助会員(年間 1,000 円)として札幌チャレンジドを応援していただける方は、以下の口座にお振り込みください。
札幌チャレンジドの事務所にお持ちいただいても結構です。

1. 銀行振り込み

<振込先> 北洋銀行 札幌西支店 普通 3966083
「特定非営利活動法人 札幌チャレンジド 理事長 加納尚明」

2. 郵便振替

口座番号 02750-5-1346
「特定非営利活動法人 札幌チャレンジド」



いつもありがとうございます

「札幌チャレラジオ通信」放送予定日(直近3か月分)

1月24日*総務グループ
2月28日*講習グループ
3月28日*移行グループ



毎月第4土曜日 14:00~15:00 の1時間 でお送りしております。



「札幌チャレ通信」
春号発送予定日

令和8年3月27日(金)

昭和48年1月13日第三種郵便物承認

発行日:2026年1月10日

HSK 通巻 646 号 Vol.265

編集人: NPO 法人 札幌チャレンジド