

清水障害者 サポートセンターそら

平成30年1月2日(火)

(毎週火曜日増刊) 第12887号

昭和54年8月1日第三種郵便物承認

編集・発行

特定非営利活動法人

清水障害者サポートセンター そら

静岡市清水区庵原町 219-18

TEL 054-366-8000 FAX 054-366-7780



あけましておめでとうございます

お健やかに新年をお迎えのことと存じます

旧年中は一方ならぬお世話をいただき厚く御礼申し上げます

本年も相変わらぬご教示を賜りますよう宜しくお願い申し上げます

清水障害者サポートセンターそら

理事長

山本忠広

発行所 東海身体障害者団体定期刊行物協会 名古屋市中区丸の内三十一番四三 みころろセンター四下 定価五〇円

みなさんは健康のために何かしていますか? どんなことに気をつけているのでしょうか? 最近テレビを観ているとお医者さんが「〇〇は体にいい」「〇〇はあまり体に良くない」というようなことを言っているのをよく耳にします。観ていて悩ましいのはお医者さんによっても意見がまちまちで「どの先生の話が確かかな?」なんて思ったりもします。例えば、何年か前までは卵の黄身にはコレステロールが多いから週2~3個程度食べるのがいいと言われていましたが、ここ数年では食べるコレステロールと体内のコレステロールは違うから1日に1個以上食べていいとか。同じ油でもオリーブオイルとエゴマ油は体に良いとか、糖質が多い食事を減らすダイエットとか。こんなことをいくつも考えている方がストレスになって体に良くないような気すらします。

ごく当たり前の事ですが、何事も極端な(偏った)生活はせず、バランスの良い食事・6~7時間の睡眠・適度な運動ができるよう心がけたいものです。

今年も一年健康に過ごしたいですね!



謹賀新年

旧年中は当事業所のサービスを御利用いただき心よりお礼申し上げます。
本年も皆様のご希望に添うべく、一層のサービス向上を目指します。皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

平成三十年 元旦

介護サービスそら一同



「清水障害者サポートセンターそら」開所時より、勤務をしてきました我々二人も、とうとう、年男・年女になりました。皆様と同じく人生いろいろありましたが、ここまで何とかたどり着きました。

平成30年度、障害福祉の新たな法改正が目の前です。今、様々な社会問題が山積みですが、目の前の出来事に目を向けて取り組んでいきたいと思えます。

昔の方は、「老いては子に従え」と言い「年の功」とも言いました。若い職員とともに、今後も努力していきますので、よろしくお願い致します。(中村・小澤)

いつも元気にがんばるワン!!!



ジゲン



銀次郎



すあま



クッキー・ドン・ライト

2018 わんだふる な

いちねん
一年になりますように☆



ロビン



せくら



コタロー



マリリン



アイちゃん



ちょこ



ひめ きみ



そら



ハル

りようしゅさま かぞく
利用者様たちのご家族にも
ごらひよう
登場していただきました！

＜生活介護そら＞

昨年 9 月に、なぎさホームさんと第 2 回目になる合同運動会を行いました。今年度はそらが優勝しました！来年度も楽しみです。10 月から 12 月は、室内でのイベントで、ハロウィンパーティーやスポーツフェスティバルを行いました。また、少人数で外出にも出掛け、季節感を楽しみながら美味しいご飯やドライブを満喫しました。



ハロウィンパーティー



スポーツフェスティバル



大塚さんいつもありがとうございます♪

♪おでかけ♪



どれに
しようかな～

おそろい♪



にく
お肉
だいすき!



でか びより お出掛け日和



ことし ねが いた しょういんいちどう
今年もよろしくお願ひ致します♪ 職員一同



♪ 放課後等デイサービス とれみ ♪

あけましておめでとうございます！

昨年さくねんの秋あきのどれみは、お化けばいっぱいたので楽しいハロウィンたのでした！仮装かそうしてそらの事務所じむしょへ行き、**Trick or Treat!!** お菓子かしを沢山たくさんもらいました！



そして、ハロウィンの後あとは…… **Christmas!!**
みんなでツリーやリース、ブーツつくを作って、楽しみたのました！
みんなのところへサンタさんきは来てくれたかな……？



どんどん寒さむくなっていますが、
子どもたちは元気げんきいっぱい！
スタッフも子どもたちに負まけないように、
楽しく活動かつどうしていきます！
今年ことしもよろしくお願ねがいします！

わたしたち、いぬ年としです。

ほうかごとう
放課後等デイサービス ここ

しんねん
新年あけましておめでとうございます

ことし いっしょ えがお ほしよ
今年もみなさんと一緒に笑顔いっぱいの場所にしていきます！

ねが いた
どうぞよろしくお願ひ致します

ことし えと もうひつ か
今年の干支を毛筆で書きました。
ふで も て しゅうちゅう
筆を持つ手が、とても集中して
いい時間でした。



さむ きせつ げんき ふゆ たの
寒い季節ですが、みんな元気いっぱい冬を楽しんでいます♪

ことし かつどう かんが
今年もたくさんの活動を考えています♪





かいご ホットハート介護サービス



しんねん あ ことし ねが いた
新年明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願い致します。

ホットハート ヘルパー 一同 いちどう

わたし ことし かんじ みな しょうかい みな しあわ
私たちの“今年の漢字”を皆さんにご紹介いたします。皆さんが幸せになれるよう、
たちば こころ こ
それぞれの立場で心を込めて♡

◇ “笑” えみ ねん がつ かいごほけん ほうかいせい た た ふとうめい
30年4月より、介護保険の法改正が多々あります。まだまだ不透明ではあり
かいごほけん じぎょうしゃ かいせい とき
ますが、介護保険のサービス事業者にとってはきびしい改正になりそうです。こんな時
えがお りょうしやさま せつ おも いなば ゆうこ
そ、笑顔でご利用者様に接していきたいと思ひます。 稲葉 祐子

◇ “違” ちがい たが ちが みと ちが たの
です。 お互いの違いを認め、違いを楽しむ。
こころ なか よ なか へいわ よこざわ やよい
これで心の中も、世の中も平和になるのでは。 横澤 弥生

◇ 昨年 さくねん さまさま できごと つぎ つぎ いちねん
は、様々な出来事が次から次へとあり、めまぐるしい一年でした。
ことしいぬとし たの と まわ いちねん おも いなぎ ゆうこ
今年戌年は “楽しく跳び回る一年” にしたいと思ひます。 稲垣 優子

◇ 新しい年 あたら とし ほじ いちにち いっしゅうかん いっかげつ いちねん はや かん よゆう
が始まります。一日、一週間、一ヶ月、一年がとても早く感じられます。余裕を
も まへむ と く おも つしま せつこ
持って “前向き” に取り組みたいと思ひます。 対馬 勢津子

◇ “明朗快活” めいろうかいかつ まへむ いちねんが んば いそむら まゆみ
いつも前向きでいられるように一年頑張ります。 磯村 真弓

◇ “天地” てんち とし みじゆく かん てんめい し あた
この歳になってもまだまだ未熟だと感じます。天命を知るために与えられた
ばしょ おおさわ か ゆ こ
場所のでがんばります！ 大澤 富祐子

ことし しみず ほっそくとうじ かつやく い な さくねん がつ あたら
今年 ことし は、“ホットハート清水” 発足当時から活躍している伊那ヘルパーと、昨年9月から新
なかま くわ おざわ とうじよう
しく仲間に加わった小澤ヘルパーにも、登場していただきました。

◇ ホットハートでの介護の仕事 かいご しごと はや ねん かん ほうじん ずいぶんおお
は早いもので23年になりました。その間、法人も随分大き
わたし こ びようき とき みな たす めいわく
くなりました。私や子どもが病気になった時には皆さんに助けていただき迷惑もおかけ
やさ たいおう くだ なが つづ こと でき かんしゃ
しました。いつも優しい対応をして下さったので長く続ける事が出来ました。感謝してお
えがお やさ かいご い な こ
ります。これからも笑顔で優しい介護をしていきたいです。 伊那きみ子

◇私が登録してからあっという間に4ヶ月が過ぎました。現在10名のご利用者様宅に訪問していますが、サービスの内容も人柄も十人十色。毎日がトライ&エラー、勉強の日々です。今年の抱負は「一期一会」。毎回、心新たにご利用者様に寄り添ったサービスを提供する事です。ご利用者様は日々、心理的、身体的に変化している事を心に留めて、ご利用者様の「今」を大切にしてサービスを提供致します。

小澤 恵

帰って来た!!

じいさんの波乱万丈記

「WHILL (ウィル) の電動車椅子」



今まで8年ほどセニアカーを借りてきました。利き腕である左腕の関節痛の悪化で返却しましたが再び利用する事に。昨年11月に新車をお願いして届いたセニアカーは以前のものと違い、両腕が使えないと安全に使用できないものでした。単独での外出は出来ないのかとあきらめていた時、ウィルという電動車椅子があると知りました。しかし、車椅子には抵抗がありました。まったく歩行が出来ないわけではない。補助具があれば少しは歩く事が出来るし…。ケアマネさんとパンフレットを見たとき、今までのセニアカーの車椅子とはまったく違いびっくりしました。大きさもセニアカーの半分位で限られたスペースを有効に使いたい我が家には丁度いいサイズです。試乗する為にウィルが我が家に来る日、私の胸は高鳴りました。福祉用具の方から細かい説明を受け自宅周辺のでこぼこや段差などウィルの動き方を確認しながら試乗してレンタルを決めました。近くのスーパーへ行き、入店の許可をいただいて買い物する事が出来ました。セニアカーでは出るのに四苦八苦した自宅の保管場所からも無理なく出かける事が出来るので、外出が億劫ではなくなりました。出かけると心の視野が大きく広がります。思えば何年も満開の桜を見てないなあ！無人でも季節の野菜を買える！体の痛みは強いけれど暖かい日差しを受けると気持ちが前向きになります。

何か良い予感がします！

(編集担当・・・大澤 内容のお問い合わせ・・・稲葉)



きよたくかいごしえん 居宅介護支援 ホットハート

きんがしんねん 謹賀新年

さくねんちゆう せわ
昨年中はお世話になりました。
ほんねん どうぞよろしくお願ひいたします



しんねんの抱負

ほうふ



さくねん まねんお
昨年は、あっという間に1年が終わっ
てしまったので、今年はその時々
の時間を大切にしていきたいと思いま
す。今年もよろしくお願ひ致します。
はぎわら ひであき
萩原 秀昭

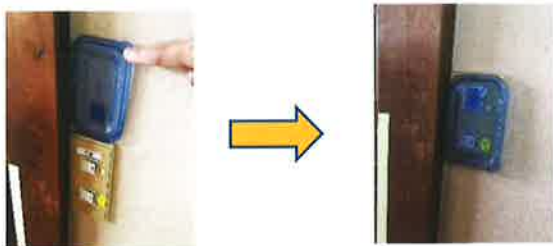
けんこう けんこう
1に健康、2に健康、
3.4がなくて5に健康！
今年も健康第一で、明るく前向きに、
大事に時間を過ごしたいと思ひます。
くれまつ さとみ
樽松 里美

さくねん わたし おうえん
昨年は、私が応援する「アルブレッ
クス新潟」がついにJ2に降格しまし
た。エスパルス先輩を見習って、絶対
に1年で昇格します！
おがさわら きょうこ
小笠原 恭子

せいのたいじゅう
1、背すじを伸ばす 2、体重〇〇Kg
二年越しの目標=ダイエット！
ダイエットが必要な皆さま、一緒に励
まして頑張っていきましょう。
さとう まり
佐藤 真理

おだてんとうぼうし スイッチの無駄な点灯防止に！

いばなすがすが 生け花で清々しく



さまたく いばな でむか
M様宅では、いつも生け花が出迎えて
くれます。眺めていると身も心も
すがすが ふうりゅう
清々しくなります。風流ですね～。

さま ほぞんようき
T様は、保存容器のフタをスイッチ
カバーにリメイク！堅くてしっか
りしているので、簡単にスイッチを
さわ てんとう ふせ
触って点灯させてしまうのを防い
でくれます。アイデアがいいです
ね～。



しずおかしいたくじぎょう しょうがいしゃそうだんしえん
＜静岡市委託事業 障害者相談支援センター＞

新しい年です!

静岡市の障がい者福祉について考えてみませんか?

しずおかし だいい じしずおかしそごうけいかく じゆうてん きょうせいとし
静岡市における、第3次静岡市総合計画の重点プロジェクトのひとつに、『「共生都市」
じつげん かか
の実現』を掲げています。

ただ今、障がい者福祉に関しては、定期的に行う計画の見直しとして平成30年度から
ねんかん けいかくさくていじゆんぴ すず しょうがい うむ さまざま ちが みと あ ささ あ
3年間の計画策定準備を進めています。障害の有無や様々な違いを認め合い、支え合うま
ちづくりを推進するため、『静岡市障がい者共生のまちづくり計画(案)』を公表しています。

みなさま いけん よ
ぜひ、皆様のご意見をお寄せください。

ないよう いちぶ しょうがい
～内容の一部をご紹介します～

けいかく きほんりねん
★計画の基本理念

しろう うむ そうご そんちよう ささ あ
障がいの有無にかかわらず、相互に尊重し、支え合い、
ちいき あんしん じぶん く きょうせいとし じつげん
地域で安心して自分らしく暮らすことのできる「共生都市」の実現。

けいかく きほんもくひよう
★計画の基本目標

- (1) しょうがい うむ かか けんり いし ひど そんちよう
障害の有無に関わらず権利や意思を等しく尊重すること
- (2) しゃかいせいかつ りよう こうじよう
社会生活におけるアクセシビリティ(利用のしやすさ)を向上させること
- (3) たよう たいおう ちいせいかつ しえん
多様なニーズに対応したサービスで地域生活を支援すること

★その他、「理解促進 権利擁護」「生活支援」「医療 保健」「生活環境」「子ども」「雇用 就労」
しゃかいさんか かだい たい と く ほうしん あんき
「社会参加」などの課題に対して、それぞれの取り組み方針の案が記されています。

★また、各取組における福祉サービスなどの事業については、目標値などを示しています。

いけん ぼしゆう
～ご意見の募集について～

◆募集期間：へいせい ねん がつ にち きん
平成30年1月12日(金)まで

◆ご意見の提出方法：いけん ていしゆつほうほう せんよう いけんおうぼようし しょうがいしゃふくしかあて じさん ゆうそう
専用の意見応募用紙を障害者福祉課宛に、持参又は郵送、ファクシ
ミリなどをお願いします。

◆計画(案)の閲覧(配布)場所：けいかく あん えつらん はいふ ぼしよ しずおかしやくしよ しょうがいしゃふくしか せいしんほけんふくしか
静岡市役所 障害者福祉課 精神保健福祉課
かくく しせいじようほう し かくくふくしじむしょ しょうがいしゃしえんか
各区の市政情報コーナー 市ホームページ 各区福祉事務所 障害者支援課 などです。

★上記についてのお問い合わせは、下記の相談員までご連絡ください。

そうだんたんとう はぎわら・しんがい・ふかざわ でんわ
相談担当：萩原・新貝・深澤 電話：054-366-7781



しょう しゃ かぞく たの りょこう し えん だんたいかいきん
障がい者と家族が楽しめる旅行の支援団体解散

スタッフやボランティアのみなさま ありがとうございます♡

どうほうじんかいいんみなみなさま なか けん つばさきょうぎ かい
当法人会員の皆様の中には、「県ふれあいの翼協議会」
かたがた ごきょうりょく え いちど に ど こくない かいがい りょこう たの
の方々のご協力を得て、一度や二度、国内や海外の旅行を楽
しまれた方がいらっしゃるのではないのでしょうか？

いま ねんまえ ふくしてき かんきょう とどの
今から 37年前、まだまだ福祉的な環境が整っていない
じだい なか しょう かた けんじょう かたがた こうりゅう ば
時代の中で、障がいのある方と健常の方々の交流の場とし
ほつそく かぞく さんか かのう みなさま おも でつく
て発足し、家族の参加も可能とすることで皆様の思い出作
りきかく うんえいの企画や運営だんたいをしてくださった団体げんしょうが、スタッフの減少
や高齢化などにより解散されることになりました。

げんだい こじん さまざま じょうほう にゆうしゆ つか
現代は、個人で様々な情報を入手でき、使えるサービス
りょう どくじ りょこう たの かた ぶ
を利用して独自で旅行を楽しまれる方も増えてきました。

しゃかい か こんご すず だれ かんたん りょこう たの
社会のバリアフリー化は、今後も進んでほしいところですが、誰もが簡単に旅行を楽しめ
る時代になるには時間が掛りそうですね。“旅行”という夢の後押し、新たな形の企画がで
きるといいですね。

わたくし しょうがいしゃそうだんし えんじぎょう こんねんど かいさい じりつせいかつ
私 どもの障害者相談支援事業において今年度も開催している自立生活プログラムでは、
みな りょこう きかく おこな さまざま おも だ あ ちい ゆめ おお
皆さんと旅行の企画を行っています。様々な思いを出し合いながら、小さな夢をどこまで大
きくできるでしょうか？ご協力いただける方々のお声もお待ちしています。



静岡新聞 平成29年12月18日(月)朝刊より



どうほうじんじむしょ せっち ぼきんばこ おお
当法人事務所ホールに設置しました募金箱には、多くおおのみなさま
きょうりょく えん きん あつ
のご協力をいただきまして、6,202円の募金が集まりました。
さくねんまつ しずおかけんきょうどうぼきんかい とど
昨年末、静岡県共同募金会へお届けさせていただきましたのでご
ほうこくいた まこと
報告致します。みなさま、誠にありがとうございました。

へんじゆうたんとうしや
【編集担当者より】
ことし いぬとし としおとこ えんぎ いぬとし まも ほんぞん
今年ことしは戌年いぬとし、年男としおとこになりました。縁起えんぎがいいとされていますが、戌年いぬとしの守り本尊まも ほんぞんは
あみだによらい しみずく ゆい えんめいじ あみだによらい ほんぞん てら
“阿弥陀如来”です。清水区しみずくの由比ゆいにある延命寺えんめいじは阿弥陀如来あみだによらいをご本尊ほんぞんとするお寺てらだ
わたし としおとこ としおんな みなみなさま けんこう いの いかわ
そうわたしです。私たち年男としおとこ、年女としおんな、皆々様みなみなさまのご健康けんこうをお祈りいのいたします。 (井川)
TEL 054-366-8000 《代表》 FAX 054-366-7780
http://n-sora.org
Email: mail@n-sora.org

平成三十年 二月二日(火) (毎週火曜日増刊) AJU通巻 第一二八八七号 昭和五十四年八月一日 第三種郵便承認