

清水障害者 サポートセンターそら

平成 30 年 4 月 3 日(火)
(毎週火曜日増刊) 第 12986 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



はる 春のごあいさつ

しみずしょうがいしゃ
清水障害者サポートセンターそら
りじちやう
理事長 **山本 忠広**

今年は寒暖の差が激しく衣類の調節が難しいですね。体の調子も崩さないようにしたいです。3月17日(土)、毎年参加しています「心のバリアフリーイベント」に今年も参加してきました。駿府公園の桜も咲き始めたのに最高気温は 11℃と、やけに寒い一日でした。10名ほどのボランティアの方々と一緒に車いすの乗車体験ブースを担当しました。車いすに触れるのが初めてという方も多くいらして、貴重な体験になったと思います。

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―六―四三 みこころセンター四F 定価五〇円



送迎車両が増えました

日本財団からの助成を受け、「生活介護そら」の送迎車を一台購入することができました。

新年度から新たにご利用
いただく方もいますので、
ちょうどいいタイミング
で送迎車両を増やすこと
ができとても助かりまし
た。ありがとうございます。
した。



NPO法人 清水障害者サポートセンターそら

の活動は

介護や支援を必要とする方々とその家族に、総合的な福祉サービスを提供し、地域社会で自立して、こころ豊かに生活できるよう援助することを目的としています。

ホットハート
訪問介護事業所

高齢者福祉

介護保険サービス

ホットハート
居宅介護支援事業所

赤青オレンジ色のところの
活動をしています！

(介護予防)訪問介護

(介護予防)居宅介護支援

(介護予防)通所介護

訪問リハビリ

(介護予防)通所リハビリテーション

訪問看護

(介護予防)短期入所生活介護

福祉用具貸与

その他いろいろ

生活介護そら

会員制介助派遣サービス

制度にないサービス



児童福祉

障害児通所支援

放課後等デイサービス

児童発達支援

その他いろいろ

放課後等デイサービスどれみ

放課後等デイサービスここ

障害者(児)福祉

障害者福祉サービス

短期入所

居宅介護

自立生活援助

同行援護

生活介護

重度訪問介護

就労移行支援

地域生活支援事業
移動支援

就労継続支援 A 型

行動援護

就労継続支援 B 型

障害者計画相談支援

就労定着支援

その他いろいろ

障害児計画相談支援

特定相談支援事業所
清水障害者サポートセンターそら

地域生活支援事業
相談窓口

静岡市委託事業
障害者相談支援センター
障害者虐待防止センター

私たちの法人は、これらの活動を通して、人と人とのつながりを作っています。
みなさまにとって楽しいことが増えますように、ぜひいっしょに活動してみませんか？

<介護サービスそら>

介護サービスそらでは、大きく分けて4つのサービスを行っています。外出支援の【移動支援】、在宅支援の【居宅介護(身体介護・家事援助)】、重度身体障害者の生活全般支援の【重度訪問介護】、最後に【同行援護】というサービスです。同行援護という言葉に耳にしたことはあるけれど、実際にはどんなサービスなのか知らない方も多いと思います。そこで今回は同行援護のサービスについて紹介したいと思います。

まず同行援護とは、視覚障害のある方が外出する際、ご本人に同行し、移動に必要な情報の提供や、移動の援護、排せつ、食事等の介護のほか、ご本人が外出する際に必要な援助を行うことです。



実際、視覚障害があっても障害福祉サービスを利用されている方ばかりではなく、同行援護というサービスを知らない方も多いようです。

また平成30年4月からの法改正により、ヘルパー資格だけでは従事できなくなり、同行援護従業者養成研修一般過程を完了した者でなければ従事できなくなりました。

介護サービスそらでは、移動支援・在宅ヘルパーと合わせて、同行援護のヘルパーも募集をしていますので、資格をお持ちの方、ご興味がある方は、是非ご連絡ください。

ご存知ですか?
こんなこと!

駅ホームのアナウンス
上りが男性の声
下りが女性の声

《退職のお知らせ》

主に居宅介護・重度訪問介護の提供責任者・ヘルパーとして勤務してきました中村が、平成30年3月末に退職しましたことをご報告致します。



平成14年、当時は登録ヘルパーとしてサポートセンターそらにお世話になり、翌年4月から支援費制度(障害福祉サービス)がスタートしました。それから15年の長きにわたり、本当にお世話になりました。
ありがとうございました。
中村 光男

♪ ほうかごどう 放課後等デイサービス どれみ ♪

3月は別れの季節…高校3年生は卒業し 新たなステージへ
これから頑張ってください！ 応援しています！

節分に豆まきをしました。巨大な口をぱっくり開けた鬼をめがけて「鬼は外！」



バレンタインには、チョコファウンテン(♡>u<♡)

♡♡マシュマロやバナナ、パンをチョコレートの滝にくぐらせます♡



ひな祭りには、お内裏様とお雛様の飾りを制作しました
絵の具でポンポンして、かわいくできました！



富士山静岡空港

富士山世界遺産センター

外出しました♡



ほうかごとう
放課後等デイサービス ここ

さむ ふう おわ さくらまんかい きせつ
寒かった冬も終わり、桜満開の季節になりました！

しんきゅう しんがく
進級、進学おめでとうございます。

こんねんど せいちよう いっしょ まい せいちよう
今年度も成長したみなさんと一緒にスタッフも負けずに成長していきます。



しゅうかく
ブロッコリーの収穫



かく き
福がたくさん来ますように！



べんきょう がんば
勉強も頑張っています！



つく
♡おやつ作り♡

<生活介護そら>

1 月、成人を祝う会では、皆で晴れ姿をお祝いしました。2 月には豆まきや恵方巻き作りを行い、無病息災を祈りました。また、3 月には、お雛様の顔はめパネルを作って写真を撮りました。その他にも、ダンスをみたり、ハンドトリートメントを楽しみました。ボランティアの皆様、ありがとうございました。

成人おめでとうございます♪



豆まき & 恵方巻き作り



VB4ダンスメンバーの皆さんと





じゃがいも作り&杏仁豆腐作り

おいしくなあれ★



ひなまつり



ハンドトリートメントで癒されました♪



うめ まんかい
梅が満開でした



おんがくはっぴょうかい ♪ 音楽発表会 ♪



ホットハート介護サービス



新年度が始まりました。

今年度は、3 年ごとの介護保険の改正とともに始まりました。

今後、さらには重要になっていく重度化防止、自立支援を

意識して業務に当たりたいと思います。ご利用者さまがご自分でできる事は継続していき

よう、また、望む暮らしができるように支援していきます。

ヘルパー研修では「自立支援」をテーマに企画していく予定ですので、出来る限り参加してください。

『大切な思い出聞かせてください』のコーナー

今年度の機関紙では、利用者様の昔の思い出などをお聞きしてご紹介したいと思います。



初回は、岩崎 正昭さんです。

私は新潟県上越市で生まれ、二十歳の頃、仕事を求めて清水にやってきました。昭和 20～30 年代、寒冷地方の若者は清水のみかん農家などで住み込みで働きました。

「移動はん」と呼ばれていました。春の田植えや秋の稲刈りの時期は新潟に戻り、実家の田んぼの手伝いもして忙しく働きました。私が働いていた農家の近くに福島から来た女性がいてお互いに好きになり結婚しました。14 歳年上の姉さん女房でした。

冬、秋葉山のお祭りの頃、みかんの収穫はおわりです。実家に帰る人もいたし、清水に残って万世町にある片山缶詰や佐藤缶詰で働く人もいました。知り合いから横砂の「王こがね味噌」を紹介してもらった予定でしたが経営者家族 4 人が殺される事件がおき(今も再審中の袴田事件)その話は流れてしまいました。他の知り合いからの紹介で蜂ヶ谷の製材所に妻と二人で就職しました。加工場や事務所の 2 階に住まわせてもらい、電話番号や留守番もしました。家賃や光熱費もただで助かりました。

新潟の両親が年老いて病気になり、清水に引き取る事にしました。新潟から電車で東京の上野駅、そこから東京駅、清水駅と妹に手伝ってもらい乗り継いで来てもらいました。その頃、区役所近くにあった市立病院に通院していた母がいつまでたっても帰らずあちこちを探しました。夜になり、長野のおばから母が来ていると電話がありました。タクシー乗り場で長野に行くと言う女性と知り合い、急に妹に会いたくなり連れて行ってもらったとのこ

と、思わず「もう親でもなければ子でもない、長野においてもらえ！」と怒ってしまいましたが、その後も妻と面倒を見て二人を看取りました。父も母も嫁によくしてもらい幸せだったと思います。

その後も二人で頑張って働き一軒家を買いました。庵原のお寺にお墓も買い「お前が先か俺が先か。」などと笑いあった思い出があります。平成17年ごろ、妻がトイレで倒れて半身不随になり、仕事をしながらの介護が始まりました。食卓の椅子に座らせ昼休みに戻り、昼ごはんを食べさせて仕事に戻る毎日でした。一年くらいはなんとも思わずに世話をしましたが、だんだんと大変になり泣きながら介護したこともあります。特に夜、何度もトイレに起こされるのは参りました。六年間介護して看取り今年亡くなって7年になります。毎日両親と妻の写真に「今からご飯を食べるぞ。」と話しかけてからご飯を食べます。何不自由のない生活ですが、やはり妻と一緒に長生きしたかったなと思います。



** 「移動はん」という言葉について **
【はん】・・・漢字はどのように書くのか
わかりません。ご存知の方は教えてください。

私の実家もみかん農家でしたのでみかん山の風景を懐かしく思い出しました。現在の岩崎様は介護で身につけた料理や洗濯をまめに行って明るく過ごされています。
提供責任者 横澤弥生



編集担当・・・大澤 内容へのお問い合わせ・・・稲葉

✿ きょたくかいごしえん 居宅介護支援

ホットハート ✿

いほら じぎょうしょ しゅうへん はる はな さ
庵原の事業所の周辺も春の花が咲き、

こころおど きせつ
心躍る季節になりました。

クアマネ しんねんど げんき
ホットハートのCMは、新年度も元気に

がんば ねが
頑張りますのでよろしくお願いいたします。



<わかりますか? しぞ~か言葉>

【言葉と意味、線で結んでみて下さい】

- | | | | | | | | |
|--------|---|---|-------|--------|---|---|--------|
| いかい | ・ | ・ | きれい | ごせつぼい | ・ | ・ | ぶつとばす |
| ええからかん | ・ | ・ | 刺さる | じるい | ・ | ・ | 仕方がない |
| おぞい | ・ | ・ | かき回す | しょんない | ・ | ・ | まぶしい |
| おだっくい | ・ | ・ | いいかげん | すかす | ・ | ・ | せいせいする |
| おとましい | ・ | ・ | 大きい | なりき | ・ | ・ | 開ける |
| くすがる | ・ | ・ | 粗悪な | ひどろしい | ・ | ・ | やわらかい |
| けっこい | ・ | ・ | お調子者 | ぶっさらう | ・ | ・ | うっとりしい |
| こだくる | ・ | ・ | 見苦しい | やぶっせたい | ・ | ・ | いいかげんな |

H30.3 そら近くにて

<自宅で治せるめまい運動>

めまいの中で一番多く、中高年の女性によく見られる「良性発作性頭位めまい症」・ぐるぐる回って吐き気を伴う。1分未満でおさまる。剥がれ落ちた耳石が三半規管(耳の中)で動くことが原因・は、簡単な運動で7~8割が改善するそうです。

【寝返り運動のやり方】

1. 仰向けになり天井(上)を見て10数える。
2. 右を向いて、10秒。
3. 仰向けに戻って、10秒。
4. 左を向いて、10秒。

これを朝晩2回 10セット。

ただし、めまいが1分以上続き、手足のしびれ、激しい頭痛、ろれつが回らないなど他の症状が一緒に現れた場合は脳から起こるめまいの可能性があるので、すぐに病院に行きましょう。

(NHK ためしてガッテン より)



「静岡市委託事業 障害者相談支援センター」

自立生活プログラム ってなあに？

みなさんは、日頃の生活の中で、「あれができるといいなあ」「これをしてみたいけどどうしたらできるかなあ」と思っていることありませんか？

私たちは、自立を目標としているみなさんに、社会生活力を高め社会資源を活用していただけるような活動をしています。いっしょに考え、いっしょに体験していきたいと思しますので、是非、ご相談ください。

対象者は、障害の認定をされている方ですが、ご家族からのご相談にも応じています。

パソコンを使えるようになって、また仕事に就きたいなあ。



毎週、パソコン講習を受けています！

去年の11月からパソコン講習に通って、以前使用していた表計算ソフトと比べると、便利で使いやすくなっていて驚きました。カレンダーづくりでは、自分の気に入った写真をダウンロードしてカレンダーに張り付けた作業が楽しかったです。今後の目標は、パソコンの資格を取ることと、仕事に活かせるような知識を覚えて行きたいです。(脳血管障害 望月さんより)

旅行に行きたいけど、けがをしてから電車に乗っていないので心配です。どうしたらいいんだろう？

行ってきました！三島スカイウォーク

JRの電車と路線バスを利用した日帰り旅行。★身体障害の手帳をもらってから初めて割引制度があることを知りました。★車いす利用者が電車やバスに乗ることは、まだまだ簡単ではないですが、もっともっとバリアフリーになるように、これからも出かけたいと思います。



- H30年度の前定
◆災害時のための活動
◆バスに乗ってみよう
◆料理をしてみよう
◆メイクってどうするの？
◆パソコン講習
◆バリアフリーチェック
日程は随時お知らせ致しますので、右記までお問い合わせください。054-366-7781

ほうじんかいいんけいぞく おが しんきかいいん ごあんない
法人会員継続のお願いと新規会員のご案内

日頃より当法人会員の皆様には、多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。早いもので法人を設立して17年、庵原町への新事務所に移転して5年目を迎えました。これもひとえに会員の皆様のおかげと感謝いたしております。勝手ながら、引き続き今年度もご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

また、当法人では、常時新規の会員も募っています。入会へのご興味がある方、ご連絡をお待ちしております。



理事長 山本 忠広
 担当 設楽 紀子
 電話：054-366-8000

※みんなの広場※

俳句を一句

風強し タバコがはやく 灰になる じいさん様
 * 早朝、痛いからだにムチ打って外に出たのに、貴重な一本が…。*

早くも2年後！県内大会ボランティア募集中！

2020年 東京パラリンピック
 競技種目のご紹介！

2020年8月25日(火)～
 9月6日(日)
 全部で 22競技 517種目



- ①アーチェリー ②バドミントン ③ボッチャ ④カヌー ⑤自転車競技
- ⑥馬術 ⑦5人制サッカー ⑧ゴールボール ⑨柔道 ⑩陸上競技
- ⑪パワーリフティング ⑫水泳 ⑬ボート ⑭射撃 ⑮シッティングバレー
- ⑯卓球 ⑰テコンドー ⑱トライアスロン ⑲車いすバスケットボール
- ⑳車いすフェンシング ㉑ウィルチェアーラグビー ㉒車いすテニス

【編集担当者より】

暖かい季節となりました。みなさんはどんなお茶が好きですか？お茶畑にも新芽が芽吹いています。緑茶は健康に良いと言われていています。美味しいお茶を飲んで一息つくのも良いのではないのでしょうか？さあ、新年度！がんばりましょう！（池ヶ谷）

TEL 054-366-8000 《代表》 FAX 054-366-7780
 http://n-sora.org
 Email: mail@n-sora.org

平成三十年四月三日(火)

(毎週火曜日増刊)

AJU通巻

第一二九八六号

昭和五十四年八月一日

第三種郵便承認