

A J U ほっとはあと

機関誌 第202号

令和3年10月5日(火)

(毎週火曜日増刊) 第14326号

昭和54年8月1日第三種郵便物承認

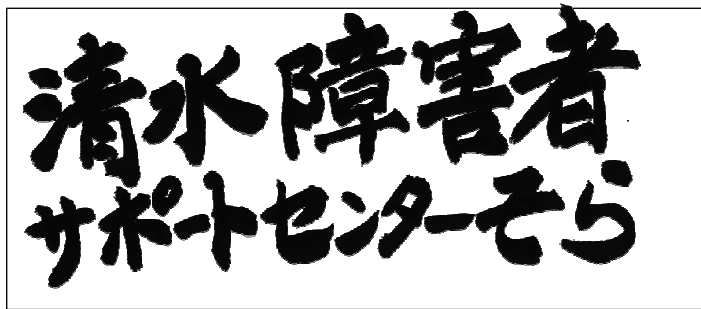
編集・発行

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 054-366-8580



秋のごあいさつ



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

りじちよう
理事長

山本忠広

あさゆう さわ かぜ あき
朝夕の爽やかな風はめっきり秋めいてきました。

コロナ禍ではありましたが、東京オリンピック・パラリンピックも無事開催され、たっぷり見させてもらいました。特に車いすバスケットボールやラグビーは、同じ車いすを使用しているものとして、驚きと感動の連続でした。私はテレビの前で興奮していましたが、日本で開催されることを望まない方もいらしたでしょう。

今現在の話題として、ワクチンを接種したい人、接種したくない人もいます。人の考えや価値観はそれぞれ違い、自分の考え方を押し付けるのではなく、認め合うことが大事ではないかと思います。正義感とは時として人を傷つけてしまう場合もあります。反対に人の言動で悩まれた時は、一人でため込まず相談されてはいかがでしょうか。

しずおかけんじんけんけいはつ じんけんけいはつ けいはつし ねん とうかん ごう
静岡県人権啓発センター 人権啓発だより「じんけん」啓発紙2021年 通巻73号より

○相談に応じます・・・電話相談・面接相談 月～金 (年末年始・祝休日はお休み)

午前9:00～午後4:30 電話: 054-221-3330

※面接相談は予約が必要です。あらかじめご連絡ください。

ひ ぼう うちゅうしょう こま ひ とり なや そうだんまどぐち そうだん
誹謗中傷などで困ったときは、一人で悩まず、相談窓口にご相談しましょう。

みんなの人権110番 0570-003-110

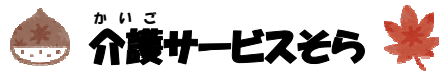
子どもの人権110番 0120-007-110

インターネット受付 インターネット人権相談 で検索

誹謗中傷ホットライン (インターネット削除要請したいとき)

セーフティーインターネット協会





実りの秋、食欲の秋です。店頭には旬の果物が並んでいますね。年々果物の品種は増えています。最近では少量での販売もあるので、少しずついろいろな種類を楽しみたいです。清水にも身近になし園やぶどう園があり、毎年楽しみにされている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？また、中部横断自動車道が開通し山梨までのアクセスが便利になったので、落ち着いたら旬の美味しさを味わいに足を延ばしてみたいです。



【今日は何の日？】



《10月》

1日 福祉用具の日	身近な生活用具となるよう取り組みが行われています。
10日 缶詰の日	備蓄品のチェックをするのもいいですね。
18日 十三夜	今年は18日。十五夜について美しい月とされます。

《11月》

1日 点字記念日	明治23年のこの日、日本語用の点字が決められました。
9日 換気の日	119で換気の日。今ではもう習慣になっていますね！
11日 介護の日	いい日、いい日、あったか介護ありがとう。 ポッキーの日だけではありませんよ。

《12月》

3日～9日 障害者週間	例年は芸術祭やキャンペーン等が実施されています。
29日 福の日	福よこい。



皆さんの特別な記念日はなんですか？

担当：平井明子

<ヘルパーさん募集！>

ヘルパーの仕事をやってみたい方、興味をお持ちの方は、ぜひご連絡下さい！
仕事の内容はホームページでも紹介しています。

ホームページ： <http://n-sora.org>

メール： mail@n-sora.org

T E L： 054-366-8000

担当：四宮久史

せいかつかいご 生活介護 ここ



こんにちは、^{せいかつかいご}生活介護ここです。

^{ねん いちど}4年に一度プラス ^{ねん}1年のオリンピック、パラリンピックが^{にほんせんしゅだんだいかつやく}日本選手団大活躍のうちに^{へいまく}閉幕しました。

この時期の開催に吹っ切れない思いもありましたが、アスリート達の^{たち あつ きも}熱い気持ちにはこみあげてくるものがありましたね！

ここのみんなもそれぞれ自分たちの^{きん}金メダルを目指して^{めざ ひび}日々がんばっています。スタッフも^ま負けずに^{がんば}頑張りたいです。



たんとう たきだおさむ
担当：滝田 修





どれみ

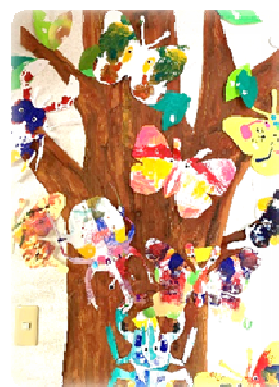
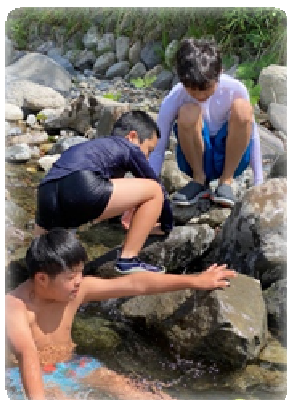


「いも・くり・カボチャ」^{みの あき とうらい}実りの秋の到来ですね。

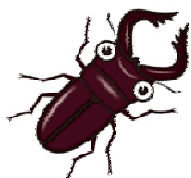
夏休み^{なつやす}、コロナ禍^かでたくさんの制限^{せいげん}がある中^{なか}、子どもたちは手指消毒^{しゅし しょうどく}・マスク着用^{ちやくよう}・黙食^{もくしょく}をがんばりました。そして、元気^{げんき}いっぱい夏の遊び^{なつ あそ}を満喫^{まんきつ}しました。親水公園^{しんすいこうえん}での水遊び^{みずあそ}や就労継続支援B型事業所^{しゅうろうけいぞくしえん}の見学^{けんがく}、ミニ映画館体験^{えいがくたいてけん}など「また行きたい!」「もっと観たい!」の声^{こえ}と笑顔^{えがお}があふれていました。

夏の「どれみの樹」^{なつ き}は、『集まれ! 虫さん!』^{あつ むし}

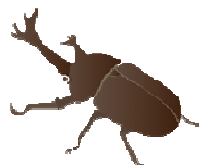
絵の具^{えのぐ}・シール^{しーる}・ビーズ^{びーず}を使った色とりどりのちょうちょやカブトムシ^{だいしゅうごう}が大集合。はさみ^{はさみ}の使い方^{つかいかた}が上手^{じょうず}になった子^こ、色の変化^{いろへんか}に目を輝かせる子^こなど一人一人の成長^{せいちょう}を感じることができました。



担当：荒田尚美



ほうかごとう 放課後等デイサービス ここ

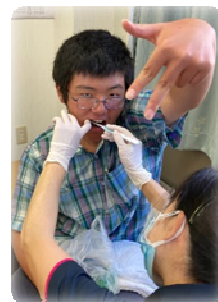
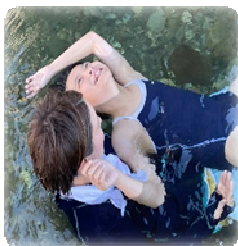


きんもくせい あま かお ただよ きせつ
金木犀の甘い香りが漂う季節となりました！

ことし なつ さまざま かつどう いっしょうけんめいたの
今年の夏も様々な活動をして一生懸命楽しみました♪

これから寒くなりハロウィーンやクリスマス・・・など
楽しい行事が盛りだくさんです。

はあーとぴあでは、
そら小澤さんにレクリ
エーション活動をして
もらい、歯科保健活動
や博物館へ行き、川で
は大人も一緒に入りま
した！！



かわ い
川へ行きました♪



し か ほけんかつどう
歯科保健活動

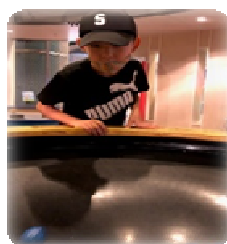
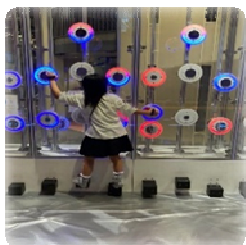


かつどう
ここでの活動



はーとぴあ

はくぶつかん がいしゅつ
博物館&外出



るくるにも行きました！！
様々な科学に触れ、知ってい
るものや学校では習わない
ようなことがたくさんあり、
不思議と驚きの連続でし
た！！

たんとう すぎやまゆうすけ
担当：杉山雄亮



うんどう あと はん はん あき とく かん よう
運動した後のご飯がうまい！いつもご飯はうまいですが、秋は特においしく感じる様です。
うんどう あき なつ かっとうしゃん けいさいいた
運動するにはもってこいの秋ですが、夏の活動写真を掲載致します。テイクアウトイベン
みずあそ なつまつ などなど
ト、水遊び、夏祭り等々です。

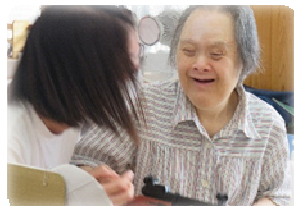
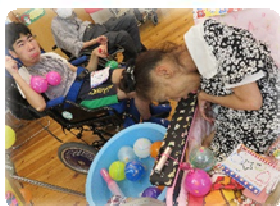


テイクアウトイベント

お好み焼き



なつまつり



カレンダー作り



おさんぽ



たんとう あおきだいご
担当：青木大悟

ホットハート 介護サービス

😊お出かけしたい季節…心に残る旅の思い出を聞きました！

「白山」は岐阜、福井、富山、石川の4県にまたがった大きな山（連峰）です。別名「花の山」と呼ばれていて、夏場は沢山の高山植物が咲き誇ります。数年前、白山に4～5時間かけて登りました。山頂近くの登山道わきにクロユリが咲いていました。1本でもめずらしいクロユリの、みごとな群生地！忘れられない思い出です。この頃なかなかトレーニング（登山のトレーニングもまた山歩き）できないでいますが、いつかまた行ってみたい山です。 Kさん



まだ子どもが小さい頃、家族で小笠原諸島の母島へ行きました。台風の為、22時間かけて父島へ到着し1泊。そこから小舟で母島へ渡りました。母島に親族がいた為、半月ほど滞在しました。昔のことですから、村の人達が私たち家族を見に来たり、伊勢海老をいただいたり。



都会を離れ、きれいな海を眺めてのんびり過ごした日々は、人生の中で一番心に残っている思い出です。今はどうなっているかな…。 Iさん

ニュージーランド南島ミルフォードサウンドはフィヨルドランド国立公園の中でも随一の美しさ。旅番組を見て「行きたい！」と思い行ってみました。お天気に恵まれ観光船から壮大な美しい景色を楽しみました。 Mさん

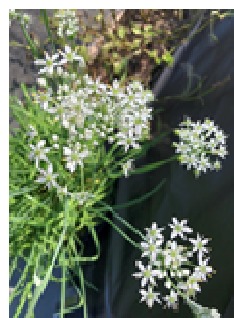


スイスが良かったですね！すごく広々としていて自然がきれい。山歩きもとても気持ち良かったです。マッターホルンでは天候が悪く頂を見ることが出来ませんでした。購入した観光用の写真には合成した頂が私たちの後ろに映っていましたが…。もう一度行って快晴のマッターホルンを見たいです！ Tさん



😊久しぶりのじいさん様の川柳です。

初秋の 暗闇の朝 虫の声（早朝3時半！）
白い花 今年も咲いた ニラ畑



この花はなんの花？

担当 横澤弥生

ホットハート 居宅介護支援

三池平古墳をご存じですか？

「サポートセンターそら（ホットハート）」の事務所は庵原の厚生病院のすぐ近くにありますが、そこから車でわずか数分のところに静岡県指定史跡の古墳【三池平古墳】があります。場所は「ナショナルトレーニングセンター、Jステップ」の入り口右側の丘の上。

なんと5世紀初頭の前方後円墳です！昭和31年にミカン畑の農作業中に発見され33年に発掘調査開始、平成21年に復元整備完成しました。



(静岡市観光交流文化局文化財課発行パンフレットより)

石棺の中には比較的若い成人男性の骨が納められており、庵原地域の有力首長の墓と考えられているそうです。また、石棺内からガラス製勾玉、小玉などの装身具、石棺外からは帆立貝型石製品、鉄刀、鉄剣、鉄斧、鎌など数多くの副葬品が出土したそうです。出土遺物は袖師にある「静岡市埋蔵文化センター」にて公開中。コロナで遠出はできませんが、身近な遺跡を訪ねてみてはいかがでしょうか？



奥が後円部 手前が前方部



竪穴式石室跡



標高55mからの清水



古墳までの通路も定期的に草木の手入れがされており、芝生がとてもきれいです。早春にはつくしの群生、初夏には可憐なねじり草（写真）などの山野草も見られるようです。

担当：小笠原恭子

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

しずおかし こべつひなんけいかくさくてい じぎょう
静岡市の個別避難計画策定モデル事業について

きんねん しんさい ふうすいがい いま き ぼ さいがい はっせい ねんまえ はっせい
近年、震災や風水害など、今までにない規模の災害が発生しています。10年前に発生した東日本大震災では、障害者、高齢者、外国人、妊産婦等の方々について、情報提供、避難、避難生活等様々な場面で対応が不十分であったため、平成25年の災害対策基本法の改正により、災害時に自ら避難することが困難な高齢者や障害者等の避難行動要支援者について、避難行動要支援者名簿を作成することが市町村の義務とされました。

れいわがねんたいふう ごうとう きんねん さいがい おお こうれいしゃ しょうがいしゃとう かたがた ひがい
令和元年台風19号等の近年の災害においても、多くの高齢者や障害者等の方々が被害に遭われている状況を踏まえ、災害時の避難支援等を実効性のあるものとするためには個別避難計画の作成が有効とされ、令和3年の災害対策基本法の改正により、避難行動要支援者について、「個別避難計画」を作成することが市町村の努力義務とされました。そのため、私たち静岡市及び静岡市障害者協会では、避難場所や支援をしてくれる人を決めておく個別避難計画のモデル事業を実施しています。現在は、モデル事業となっておりますが、今後は、対象者全員の個別避難計画が作成されていくことでしょう。

令和3年5月20日から
避難指示で必ず避難
避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	緊急安全確保※1	災害発生情報 (発生を確したときに発生)
4	避難指示※2	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	高齢者等避難※3	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確認しに把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5に引き上げられ避難指示は発令されません。
※2 避難指示は、これまでの避難勧告の代替となることとなります。
※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ警戒の動きを促すため、避難の準備をとり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。警戒レベル5緊急安全確保の発令を待ってはいけません！

避難勧告は廃止されます。これからは、警戒レベル4避難指示で危険な場所から全員避難しましょう。

避難に時間のかかる高齢者や障害のある人は、警戒レベル3高齢者等避難で危険な場所から避難しましょう。

内閣府(防災担当)・消防庁

こべつひなんけいかく さくせい じっさい
個別避難計画を作成することは、実際震災が起きた時に、どのようなリスクがあるか、どのように避難するべきかを具体的に考えるととても良いツールになり支援者、地域との繋がりを深めるきっかけにもなるかと思います。是非、「誰一人取り残さない」防災対策が大きく進むことを心から願っています。



ないよう み な
内容が見直しされました。
ひ ご ろ そ な ばんぜん
日頃の備えは万全ですか？

たんとう はぎわらひであき
担当：萩原秀昭

自立生活プログラムより

今回は、7月末をもって3年間のパソコン教室を終了した塩村様より感想をいただいたのでご紹介
します。

三年間パソコンの授業教えて頂き有難う御座います最初は何も分からずちょっと戸惑っ
ていました。

でもそんな時に伊藤先生が緊張しなくても大丈夫だよって気にかけてくれたのが僕にとっ
て最後まで諦めずに頑張る事が出来ました。

最初の前半からこの調子で頑張れる事は出来たが後半からは僕には最後まで頑張る事が出
来ず怖くなってしまいました。

深澤さんだったり萩原さんに注意下さったり相談に乗ってもらえて少しは自分に対するや
る気を貰えて逃げずにやる事が出来ました。

分からなかった問題をテキスト見ながらしてって約束したがやらない事が続いてしまっ
て先生や深澤さんと萩原さんに困らせてしまいました。試験問題結果はいい時と悪い時があ
っていい結果が残す事が出来ず今も反省しています。

いつも先生と笑いあったりして楽しい日々を送らせたり時にはちょっとガンダムのお話を下
さったりしてとても楽しい授業にしてくれました。



今はこのご時世ですが互いに体に気を付けて頑張っていきましょう。
三年間僕の為にパソコンの授業教えて頂き有難う本当に有難う御座
いました。この恩を忘れずに頑張っていきたいと思います。また先生
とどこかで会える日を待っています。

令和3年7月29日(木) 塩村一樹より

パラリンピック特集

令和3年8月24日に開幕、9月5日に閉会式を迎えた東京パラリンピック、皆さんテレビ等
で観になりましたか。

「火の玉ジャパン」ごと、ボッチャの日本代表選手団の活躍は素晴らしかったですね。
主将を務めた杉村英孝選手は静岡県伊東市出身、今回で3大会連続の出場となったそう
です。また、今大会ではボッチャで日本初個人金メダルを獲得しました。杉村選手は「勝つ
ことによって注目され、多くの方がボッチャに興味を持ってくれればいいな」と話してい
ました。活動を通じて多くの方に興味を持って欲しい、ボッチャに対する熱意が伝わって

きますね。杉村選手の熱い想いが通じて、最近では学校や地域、施設での活動でもボッチャを体験している姿をよく見るようになった気がします。障がいの有無に関わらず、多くの方が興味を持ってくれる事は嬉しいです。



機関誌195号に記載しました、静岡県島田市出身の藤本怜央選手の活躍も輝いていましたね。

5大会連続出場を果たし、ベテラン選手としてチーム内でも圧倒的な存在感を放っていました。東京パラリンピックでの8試合は、車いすバスケットを心から愛する選手たち全員が作り上げてきた結晶。銀メダルを獲得した選手たちの活躍に元気をもらいました。コロナ禍でしたが、感動をありがとうございました。

職員紹介



そらの皆さんのパワーに負けない様に
頑張ります。

坂本 心



【職員よりひとこと】

日暮れが早くなってきました。運転手の皆さん早めのライトオン。 青木 大悟

TEL 054-366-8000 《代表》 FAX 054-366-8580

ホームページ <https://n-sora.org> E-mail mail@n-sora.org