



令和7年1月14日(火)
(毎週火曜日増刊) 第15357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



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



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

みこころセンター4F

定価五〇円



清水障害者サポートセンターそら
理事長 山本忠広

昨年さくねんの11月末がつまつ、東京国立博物館とうきょうこくりつはくぶつかんへ埴輪はにわ展てんを観みに行いってきました。

埴輪はにわとして初はじめて国こく宝ほうとななった「埴輪はにわ掛甲けいこうの武人ぶじん」には、ととてもよよく似にた埴輪はにわが4たい体たいあるらしいのですが、そのうち1たい体たいは

シアトル美術館びじゅつかんが所蔵しよざうしており、日本にほんで見みられる機き会かいは限かぎられていいるとのこことで、このチャチャンスは逃のがさひさまいと久しんしぶかんりの新幹線しんかんせんにのり、ワクワクしながら上野うえのまで行いきました。

黄色きいろく色いろづいたイチョウいを眺ながめながらいざ会かい場じょうへ。入にゅう場じょう料りょう2,000円えんも障しょう害がい者しや手帳ていじの提示ていじで同どう伴はん者しや1名めいも無む料りょうになりました。入いり口ぐちまで70分ぶんの待まち時じ間かんもああったのですが、列れつに並ならばずそのまま展てん示じ会かい場じょうへ案あん内ないしてもららえました。(大だい満まん足ぞくの対たい応おうをしていただきました)

埴輪はにわ5たい体たいを見み比ひべ

まましたが、ほとんとど違ちがいは分わからず。

古墳時代こふんじだい・6せい世紀きのもの

がここんなにきれい

にの残のこっているこことも

おどろおどろききでした。





かいご 介護サービスそら



2025年、新しい年を迎えました。蛇は脱皮を繰り返す生き物の為、「無限の可能性」「復活と再生」のイメージがあるそうです。「巳」を「実」にかけて「実を結ぶ」年ともいわれるそうです。

皆さん、京都にある鈴虫寺というお寺をご存じでしょうか？ 正式名称は妙徳山 華厳寺というお寺なのですが、今から80年ほど前に当時のご住職が短い寿命しかない鈴虫が懸命に鳴いている姿を見て、悟りを開かれたことをきっかけに、お寺に訪れた人にいつでもその鳴き声を聞いてもらえるようにと本堂でたくさんの鈴虫を飼い始めたことをきっかけにこう呼ばれるようになったそうです。

今でも1年を通じて鈴虫が鳴いています。

もう一つこのお寺には大きな特徴がありそれはどんなお願い事でも1つだけ叶えてくれるという草履を履いたお地蔵様がいることです。草履を履いているので、願い事を叶えに来てくれる珍しいお地蔵様なんです。

先日妻と一緒に、願いが叶ったお礼とお礼を返しに11年ぶりに鈴虫寺に行ってきました。

巳年にあやかり、次の願いが叶うように願っています。

2025年が明るい年になるようにしたいものですね。



<ヘルパーさん募集！>

ヘルパーの仕事をしてみたい方、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：<https://n-sora.org/>

メール：mail@n-sora.org

TEL：054-366-8000

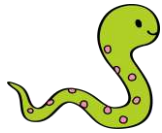
担当：小林忠義

せいにかつかいこ 生活介護ここ

新年明けましておめでとうございます！今年^{ことし}は年男^{としおとこ}も年女^{としおんな}もいない「ここ」ですが、気分^{きぶん}は全員^{ぜんいん}年男^{としおとこ}年女^{としおんな}！で楽しく一年^{いちねん}を過ごすことができるよう^{いろいろ}色々な活動^{かつどう}に取り組んで^{とく}いきたい^{おも}と思います！！

とうげいきょうしつ 陶芸教室

かんせい 完成~!!



まがたまづく 勾玉作り



ごうどうらんどうかい 合同運動会



ハロウィン



ふくしまつ しってん 福祉祭り出店



はたけ 畑



たんとう しみずりお 担当：清水梨央



ほうかごとう 放課後等デイサービスどれみ



しんねん 今年あけましておめでとうございます。今年も元気な子どもたちと一緒に、楽しい一年
にしていきたくおもいます。ほんねん 本年もよろしくおねがいます。

10月

ことし 今年のハロウインは、「生活介護ここ」と合同で行いました。「ここ」の大きいお
兄さんやお姉さんとお話するのは緊張したけど、とても楽しかったです。



11月

ひなんくんれん 避難訓練では「しゃ・も・じ」「お・か・し」の練習をし、ペアを組んで歩いて
避難場所に行きました。かんごがっこう ねえ 看護学校のお姉さんが実習に来てくれて、たくさん遊ん
でもらいました。ひろば 「どれみ広場」には枯れ葉が舞い、雪が積もり始めました。



12月

いちねん とお 一年を通して練習してきたダンスとカップス、とっても上手になりました。くふう
して作ったクリスマスリースも飾られて、「どれみ広場」はとっても賑やかです。
とうげいきょうしつ み すてき 陶芸教室の「巳」。素敵にできました！



たんとう やまもとけいこ
担当：山本桂子



ほうかごとう 放課後等テイサービス ここ



あ 明けましておめでとうございます。楽しいお正月を過ごせたでしょうか。

さくねん 昨年「ここ」では様々な行事をして盛り上がりました。

ことし げんき たの かつどう 今年も元気に楽しく活動していきたいと思ひます。



とうげいきょうしつ 陶芸教室

ことし とうげい せんせい き 今年も陶芸の先生に来ていただき、2025年の えと み つく 干支(巳)を作りました。みんな真剣な表情で作っていました。

せいかつかいご 「生活介護ここ」のハロウィンイベントに さんか 参加させていただきました。仮装をして楽しく お菓子探しをしました。



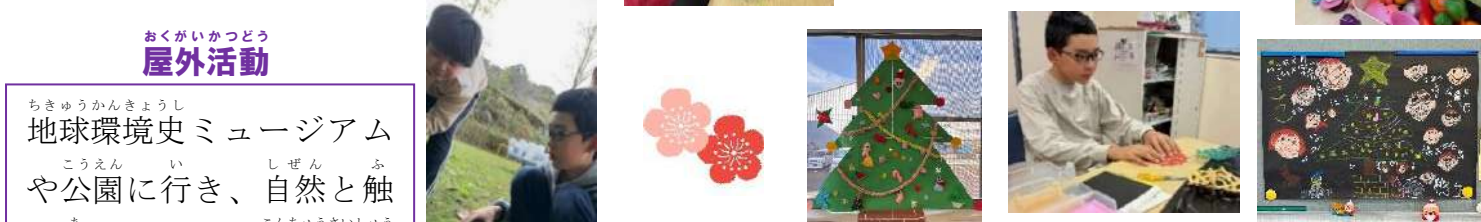
クッキング

やさい 野菜ピザ、かぼちゃのパンケーキ、スイートポテトをつく やさい せいかつかいご き 作りしました。野菜は「生活介護ここ」からの差し入れです。子供たちは毎月楽しくクッキングをしています。



こうさく 工作

ハロウィンやクリスマスなど、作りたいもの じぶん かんが かんせい 物を自分で考えて完成させました。



おくがいかつどう 屋外活動

ちきゅうかんきょうし 地球環境史ミュージアム こうえん い しぜん ふ や公園に行き、自然と触れ合いました。昆虫採集 も大好きです。



み み むす じゅうじつ いちねん 巳[実]を結ぶ充実した一年になりますよう ことろ いの もう あ 心よりお祈り申し上げます。





こたつの上には何が乗っているか一つ想像してみてください。半数以上の方は、みかん！お茶！でした。答えの中でも少なかった答えを紹介してみたいと思います。リモコン！あ～確かにと思います。猫！かわいいですね。鏡！なるほど。テーブル！……質問の仕方が悪かったかな？孫！危ないから降りましょう。マージャン牌！昭和な感じですね。色々ありますが、思い浮かべてみたら面白いかもしれませんね。今年も一年よろしくお願い致します。

ゆめテラス



ハロウィンイベント





そら・ここ・なぎさ・わたぐも



うんどうかい

SMILEモリモリ運動会



イラスト:大瀧浩司さん
 おおたきこうじ
 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

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いたします。

新しい年を迎え、初詣、初日の出を見るのか、ヘルパーさんに聞いてみました。初詣は、去年の感謝を伝えるとともに、新年が良い年になるよう神様に願いたします。初日の出は、初日の出と共に年神様がやってくると考えられ、初日の出を拝むことで、年神様にその年の豊作や幸せを祈る意味があるとされています。

※年末のアンケートです

- ★初日の出は家で見る人が多いです 初詣は近くのお寺に毎年行っています
- ★来年は鉄舟寺の除夜の鐘がつけるようなので行きたいです S.0
- ★初詣は草薙神社へ行きます N.I
- ★田貫湖へ行く途中の小さな神社でお参りをし田貫湖へ行くことが毎年1年のスタートになります Y.K
- ★富士宮の浅間神社へ行き、樹齢1000年の杉と夫婦檜を見たいです ぼよよーん
- ★初詣は地元の神社と護国神社へ行きます N
- ★初日の出は家のベランダから見ます 初詣は行きませんが、行きたいです ばあばたわし
- ★初詣は三保へ行きたいと思っています 白クマ
- ★初詣は草薙神社へ行きます 小さい神社ですが階段の下まで人が並んでにぎやかです 階段下では焼き芋を売っています まちこ
- ★初日の出は毎年家族と愛犬と一緒に駒越の海岸で見えています 初詣は静岡浅間神社に行きおみくじを必ず引いてきます ひさみさん
- ★初詣は自転車で美濃輪神社 聖母保育園の横のカトリック教会に行きます 教会はどこに移設されるか… のんちゃん
- ★初詣は除夜の鐘を聞いたら(0時)近所の神社へ行きます 宮当番が火を燃して待っていますので火にあたりながら新年のあいさつをします お神酒をいただきお守りをもらってきます 初日の出は一本松へ登りご来光を拝みます 甘酒をいただきます 横沢弥生

～・～・～ 新しいヘルパーさんの紹介です ～・～・～



「一期一会」の出逢いに感謝しながら、ホットな気持ちになって頂けるような訪問介護を目指して行きますので、どうぞよろしくお願致します。 ひとみさん

担当：磯村真弓

ホットハート 居宅介護支援

新年おめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。

そして、清水エスパルス、昨年はJ2優勝&J1昇格、おめでとうございます！

33年前に新潟から清水に嫁いできた私。その翌年1993年5月にJリーグが開幕しました。初夏の頃、3月に生まれた息子をベビーカーに乗せて公園に行くと、先輩ママさんたちは前日のJリーグの試合の感想を言い合っていました。「〇〇のディフェンスが危うかった」「〇〇のセンターリングがダメ」など、聞いたことのない専門用語で盛り上がっていたのです。正直、「すごいところに来ちゃったな」と思いました。あれから30年、こんな私に誰がした？(きみまる風)もうすっかりサッカーの虜。清水出身の夫はもちろんエスパルスサポーターだったので最初は私もエスパルスを応援していましたが、地元のアルビレックス新潟が1999年にJ2に昇格してからはアルビレックスサポーターに転身。新潟は清水には縁があって2003年のJ1昇格の時には清水東高校出身の反町監督(現エスパルスゼネラルマネージャー)が指揮を執り、昨年清水を昇格に導いた秋葉監督は選手として在籍していました。また開幕前の選手の春キャンプ地が清水山切の「J-ステップ」だったので、私は毎年春には選手のトレーニングを見に行くのが楽しみでした。日本平スタジアムで清水対新潟の試合の時は夫はホーム側、私はアウェイ側でそれぞれ応援。勝っても負けても恨みっこなしでした。そして20年の間には新潟はJ2に落ち、やっとJ1に上がったから清水がJ2に落ち、ようやく今年は8年ぶりに同じJ1で闘います。嬉しい！

「そら」には山本理事長はじめエスパルスサポーターが何人かいて、清水の結果と共に喜んだり心配したり。でも清水が昇格したら今度は新潟が残留争い。残留が決まった翌日は理事長が朝一番に「良かったね」と声をかけて下さり、他のエスパサポからも「おめでとう」と。なんという幸せ！清水に来て、サッカーに出会えて良かった！ありがとう、エスパルス！



←そら職員青木さんと早くもオレンジダービー

アイスタ対決は2月！

お互いに推し選手のユニフォーム



しずおかしいたくじぎょう しやうがいしやそうだんしえん
静岡市委託事業 障害者相談支援センター
しずおかしいたくしやうがいしやそうだんしえんじぎょうじりつせいかつ
静岡市委託障害者相談支援事業自立生活プログラム
しやうぎやうしせつ
商業施設のバリアフリーチェックをしよう!

れいわ ねん がつ にち すい さくねん がつ しんかん
令和6年12月18日(水)に、昨年11月にオープンしたエスパルスドリームプラザ新館「PARK-side」を訪問し、施設内や駐車場などの物理的バリアやトイレ、案内板などのチェックをしました。

めい さんかしや いっしょ ちゆうしやじやう そとかいだん たもくてき あんないばん
5名の参加者と一緒に駐車場、外階段、スロープ、エスカレーター、多目的トイレ、案内板などを実際に使ってみました。

「PARK-side」駐車場は建物の下に88台駐車でき、車いす用は1台駐車できます。当日は天気も良く、外階段のチェックから始めました。スロープは付近が工事中だったため、利用できませんでした。階段の、段差の高さはよかったです。ふちに色がないため段差があるとわかりにくい箇所がありました。外にはウッドデッキがあり、天気の良い日は気持ちよく過ごせそうでした。エスカレーター前のベンチには植物が植えてありましたが、伸びている葉が障害物になっている所もありました。全体の案内板は字が小さく読みにくい印象でした。点字表示もありませんでした。トイレの案内板は、高い所に小さい表示でわかりにくいと感じました。また、銀色で反射して見えにくいこともわかりました。多目的トイレは十分な広さがあり、手すりの色が濃くわかりやすかったです。ベッドも大きく、大人でも十分に利用しやすいと思いました。

てんじ のぼ ところ かい ちゆうしやじやうでいりぐち
点字ブロックは、エスカレーターを上った所と1階の駐車場出入口にありました。2階の奥には子供のスペースがあり、海の魚が展示されているコーナーがありました。通路が外になるため、季節を感じやすいです。

ほんかん れんらくつうろ て とちゆう き した だんさ
本館への連絡通路は、手すりが途中で切れており、その下に5センチほどの段差がありました。手すりの向こうは遊園地になっていますが、段差にわかりやすい目印はありませんでした。



あたら たてもの
新しくできた建物はきれいで、おしゃれにできていますが、はっきりとした表示や、触ってわかるものがあるともっといいと思いました。ほんかん いどう た ほうこくかい
本館に移動しカレーを食べながらの報告会となりました。らいねんど おこな
来年度もバリアフリーチェックを行いますので、きょうみ かた いっしょ い
興味がある方はぜひ一緒に行ってみませんか。

2025年 年男&年女

巳年生まれのみなさんに一言いただきました。



波風が立たないように、平凡な1年でありたい。

松永晴子

今年はヘビのように柔軟に粘り強く行動し、福をもたらせるようにがんばります。幸あれ！

古藤

巳は足がないのに6番目に神様のところに着いたんですね。
7回目の年女まで出来ることを頑張ります。

のんちゃん



還暦を迎えました。

介護保険の世界ではまだまだ若輩者かもしれません。今年は美しいもの、面白い事で心動かされる出来事が沢山あるといいな、と思っています。

横沢弥生

アッという間の6回目の年女です。

2025年は60年に1度の乙巳(きのとみ)に当たるとのことです。「努力を重ね、物事を安定させていく」という意味合いとされています。私も日々努力を重ね、仕事につなげていきたいと思います。 せんちゃん

**まだまだ人生を楽しみたい！今年も仲間と温泉に行きたいです。
剣持留吉**



**巳年だったことを忘れていました。今一度、気持ちを
引き締めて10回目の巳年まで頑張りましゅ。**

青木

**昨年は色々な事があり大変でした。転ぶことが一番よくないので気を付けまし
た。手も足も痛みますが、今年は良い年になるようにがんばりたいと思います。**

宮田よし江

**今年こそ、色々頑張ろうと思いながら、気
づいたら年女になっていました！**

**今年こそ、ヘビのように脱皮して、新しい自
分になりたいです。**

K、S

たくさん笑って

たくさん食べて

たくさん寝て

元気に過ごす！

猫年があればいいなあとと思う年女



【編集担当者より】

あさばん さむ み し き せつ
朝晩の寒さが身に染みる季節になってきました。ふだん しょうゆは わたし
普段は醤油派の私ですがこうなると
み そ た からだ あたは はなし やまもとけいこ
味噌もよく食べます。体が温まりますよね。ラーメンの話でした。 山本桂子

TEL 054-366-8000 《代表》 だいひょう FAX 054-366-8580

ホームページ <https://n-sora.org/>