

今月の活動カレンダー

<各活動の開催時間> *パソコン教室 10:00~12:00 *体 操 教 室 11:30~12:30 *卓球サロン 10:30~12:00 *創作の時間 13:00~15:00 *体力作り 15:30~16:30 *お花教室 10:00~12:00 *料理教室 10:30~12:30 *健康体操 10:00~12:00						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		創作の時間	スポーツに挑戦 (卓球サロン)	パソコン教室	体操教室 ひまわり	
6	7	8	9	10	11	12
休所日	施設見学	創作の時間	料理教室 スポーツに挑戦 (卓球サロン)	パソコン教室 体力作り	休所日	地域活動支援センター お休み マヴィ (やっさ祭り)
13	14	15	16	17	18	19
休所日	地域活動支援センター お休み	創作の時間	スポーツに挑戦 (卓球サロン)	パソコン教室	体操教室 ひまわり 高次脳	
20	21	22	23	24	25	26
休所日	お花教室	創作の時間	スポーツに挑戦 (卓球サロン)	パソコン教室 体力作り	体操教室	
27	28	29	30	31		
休所日	地域活動支援センター お休み	創作の時間	スポーツに挑戦 (卓球サロン)	パソコン教室		
※7日(月)、12日(土)に余暇支援活動を行うため、地域活動支援センターをお休みします。 ※9日(水)の卓球サロンは、猛暑が予想されるためドリームキャッチャーで行います。 ※各活動は、天候等の事情により内容の変更や中止の場合がありますので予めご了承下さい。						

障害者生活支援センター ドリームキャッチャー

事務局 〒723-0014 広島県三原市城町1丁目2-1 サン・シープラザ 3階
 電話 (0848)63-3319 F A X (0848)63-3359
 メール dream-c@m-shakyo.jp ホームページ http://www.m-shakyo.jp/
 開所時間 9:00~17:30 土曜日 9:00~13:00

8月から三原市就労体験事業が始まります。

三原市地域自立支援協議会(*1)の中に、4つの専門部会があります。その一つに、障害のある人の「働く」を考える、就労支援部会があります。

就労支援部会は、各事業所の工賃アップに向けての取り組みや、一般企業への障害者雇用の推進に向けての情報交換など、2ヶ月に1回開催しています。

部会では、もう一つ力を入れている活動があります。それが「三原市就労体験事業」です。

この事業は2008(平成20)年4月から始まりました。

三原市で就労支援事業所を利用されている方々を対象に、日ごろ通所している事業所から離れて、三原市内にある会社や飲食店、病院等で、日々とは違う時間を過ごし、働く体験ができることを目的としています。

少しずつでも、「働く」輪を広げていきたい思いから、毎年、市内の企業に事業協力のアンケート調査を行っていることで、年々協力企業が増え、今年は35社のご協力のもと、8月中旬から来年2月までの期間実施します。

「就職を考えている」「働きたいので自信をつけたい」「〇〇の仕事を経験してみたい」など、目的はそれぞれです。みなさんのチャレンジをお待ちしています。

申し込みや問い合わせは、通所されている就労支援事業所のスタッフまでお願いします。

*1 三原市自立支援協議会とは…障害福祉に携わる全ての関係者でネットワークを構築し、情報の共有と地域課題の解決を目的に2007(平成19)年7月にスタートしました。



【各種相談の日程】

○障害者なんでも相談(予約が必要です。)

久井(保健福祉センター) 第4水曜日	大和(保健福祉センター) 第1金曜日	本郷(福祉センター) 第3水曜日
23日 水曜日 10:00~12:00	4日 金曜日 10:00~12:00	16日 水曜日 14:00~16:00

○成年後見制度専門相談(予約が必要です。)

毎月第2木曜日 (祝日の場合は変更あり)	10日 木曜日 14:00~16:00	サン・シープラザ 3階 第4相談室
-------------------------	------------------------	----------------------

グループ名	ひまわりサロン	高次脳機能障害 サポートネットひろしま
日時	4日, 18日 金曜日 14:00~15:30	18日 金曜日 10:00~12:00
場所	サン・シープラザ ドリームキャッチャー, 第2会議室	サン・シープラザ 第3, 第4会議室

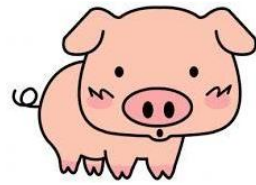



詳しい内容や問い合わせ、
参加の申し込みはスタッフまで。



①料理教室は、「焼き冷しゃぶサラダ」です。

メニュー：焼き冷しゃぶ、枝豆、たっぷりキノコの味噌汁
日 時：8月9日(水)10：30～12：30
締 切：8月7日(月、午前中)
持ってくる物：エプロン、飲み物、ハンドタオル
材 料 費：300円



豚肉には、疲労回復作用があるビタミンBがたくさんあるんだよ！
豚肉を食べて、暑い夏を乗り切ろう！！

マヴィ企画

②防災訓練

三原市は、大丈夫・・・？ いいえ、三原市でも災害が起こるかもしれません。もし、調理実習室が火事になったら？卓球をしている時に地震があったらどうすればいい？車いすを使っている人は、どうやって助けを求めたらいいの？災害は、いつどこで起こるかわかりません。何度も訓練をして備えることが大切です。ドリームキャッチャーでは、今年も9月に防災訓練を行います。詳しい内容は、9月号でお知らせします。みなさん、参加しましょう。



6月の活動報告

情報シンフォニー IT講習会

6月29日、情報シンフォニーさんによるパソコン講習会を行いました。それぞれに課題を持ち寄り、スキルアップを目標に充実した時間を過ごし、参加された方からは、「疑問点が解決した」「機会があれば、また参加したい」などの感想をいただきました



アダプティッドスポーツ大会

暑かったけど、楽しかったですね～(^^)
風船バレーは、フワフワと漂う風船に苦戦し、ポッチャでは、思うところにボールを投げられず悔しがり、卓球バレーでは、隣の人とボールを譲り合いアウトに・・・(^^)
初めて参加された方は「難しいけど楽しかった」何度か参加されている方は、学生さんとの会話に花を咲かせて、それぞれに楽しい時間を過ごしました。
10月には、スポーツフェスティバルに参加予定です。初めての方、大歓迎！(^^)一緒に、体を動かしましょう！



料理教室

ハルオさんに教わりながら、サンマを腹開きにして「サンマのかば焼き丼」に挑戦！

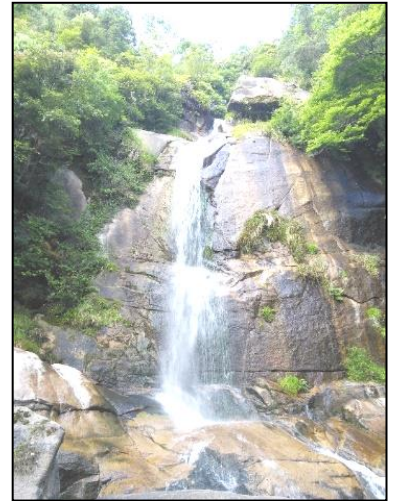


ハルオさんがわかりやすくコツを教えてくださいましたので、上手にサンマをさばくことができました。自分でさばいたサンマは、おいしかったです！これからも初めての体験を、楽しみながらチャレンジしましょう！
ハルオさん、ご協力いただき、ありがとうございました。第3弾も楽しみにしてま～す(^^)/



夕暮れを楽しんできました

私が三原に来て、2年がたちました。三原またはその近くのまだ行っていない所を見てみようと思ひ、日が長くなったので仕事終わりに、続日本100名城に選ばれた本郷の「新高山城」跡に行ってみました。城跡は新高山山頂にあり、そこからは本郷の山々を見わたせました。夏の夕暮れの景色を楽しむことができ「昔の人もこの風景を見ていたのかな」と思うこともできました。別の日に毛利元就が涼しさをとるために立ちよつたと伝えられている「瀑雪の滝」に行ってきました。その名前のように滝の水しぶきが雪のように見えました。そしてその上にある「棲真寺」へ登りました。かなり山道を歩きましたが、木々を抜けた山の中にハス畑があり、そのすぐ近くにお寺がありました。新高山の山頂とはまたちがった雰囲気がありました。



〔瀑雪の滝〕



〔尾道大橋からの眺め〕

また、三原以外ではしまなみ海道の尾道大橋、因島大橋に行ってきました。しまなみ海道はバイクや車で何回か走ったことはあるのですが、まだ歩いて渡ったことはなかったのでチャレンジしてみました。夕陽とともに歩く2つの大橋から見える尾道水道はバイクや車から見える景色とはちがって、ゆっくりと瀬戸内海の夕焼けを楽しむことができました。これからも三原やその近くのまだ行ったことのない場所に行きたいと思っています。皆さんのおすすめの場所があったらぜひ教えてください。チャレンジしたいと思います。

相談員兼指導員 河内 秀雄

兎っ兎・浮き城茶屋にて手作り作品販売中！

昨年の8月から三原港にある「兎っ兎」とサン・シープラザ1階の「浮き城茶屋」で、利用者さんの絵をデザインしたポチ袋や巾着、ドリームキャッチャーなど活動で作った作品を販売中です。みなさん、どこにあるか見に行ってくださいね！(^^)！



やっさ祭り

8月12日(土)の三原やっさ祭りにマヴィから「明日にける橋チーム」で参加します。暑いけど、楽しく踊りに参加しているので、見かけたら声を掛けてくださいね～(^^)/



～熱中症にご注意ください～



「今日も暑いね～」「昨日は、暑くて眠れなかったわ」と最近よく話題になります。今年は、スーパー猛暑と言われ毎日暑い日が続いています。水が飲みたいなあと思った時には、すでに体の水分が減っていて熱中症になりやすいそうです。のどが渇いてなくてもこまめに水分補給をして熱中症にならないように気を付けましょう！

