

地域活動支援センター10月のカレンダー

〈各活動の開催時間〉						
* 創作の時間	13:00~15:00	* パソコン教室	10:00~12:00	* ひまわりサロン	14:00~15:30	
* 卓球サロン	10:30~12:00	* 体カづくり	15:30~16:30	* 高次脳サポートネットひろしま	10:00~12:00	
* スポーツ吹き矢	10:00~12:00	* 体操教室	11:30~12:30	* 視覚障害者協会婦人部	お花教室 10:00~12:00	
日	月	火	水	木	金	土
		1 創作の時間 スポーツに挑戦 【スポーツ吹き矢】 (第1教養娯楽室)	2 スポーツに挑戦 【卓球サロン】	3 パソコン教室	4 体操教室 ひまわり (第2会議室)	5 マヴィ (パーベキュー) 休所日
6 休所日	7	8 創作の時間 開所時間 (15時まで)	9 スポーツに挑戦 【卓球サロン】	10 パソコン教室 スポーツに挑戦 【体カづくり】 (第1教養娯楽室)	11 体操教室 高次脳 (第2研修室)	12 休所日
13 休所日	14 ピア交流会 休所日	15 創作の時間 スポーツに挑戦 【スポーツ吹き矢】 (第1教養娯楽室)	16 スポーツに挑戦 【卓球サロン】	17 パソコン教室	18 体操教室 ひまわり (第2会議室) 開所時間 (12時30分まで)	19 マヴィ (スポーツフェスティバル) 休所日
20 休所日	21	22 休所日	23 スポーツに挑戦 【卓球サロン】	24 パソコン教室 スポーツに挑戦 【体カづくり】 (第1教養娯楽室)	25 体操教室 お花教室 開所時間 (13時30分まで)	26 三原市民保健・ 福祉まつり 休所日
27 休所日	28	29 創作の時間	30 スポーツに挑戦 【卓球サロン】	31 パソコン教室		

※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あらかじめご了承下さい。
 ※18日(金)は、三原市障害者プラン策定のためのワークショップ(別紙)に参加のため12時30分まで、25(金)は、福祉まつり準備のため13時30分までの開所となります。

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 月曜~金曜 9:00~17:00

三原市民保健・福祉まつりが開催されます。

今年10月26日(土)に中央公民館、フジグラン三原店、円一公園の3か所にて開催されます。
 ドリームキャッチャーでは、円一公園で創作の時間などで利用者の方と作ったクリスマスリースなどのバザー販売、中央公民館でパネル展示やポチ袋などの創作体験、「ひまわりサロン」「ほっと smile」「高次脳機能障害サポートネットひろしま」の方々のパネル展示や「三原市視覚障害者福祉協会婦人部」による生け花展示を予定しています。皆さんの聞きたいこと、知りたいこと、日ごろの活動をより多くの方にお伝えできる場になればと思っています。ぜひお立ち寄りください。

【とき】: 10月26日(土) 9:30~16:00

【ところ】: ① 三原市中央公民館

- ・1階 福祉関係団体による各団体の紹介や体験
- ・2階 三原市地域包括システム市民公開講座、糖尿病予防教室ほか

② フジグラン三原1階催事場

- ・救急法を学べるミニ講習会
- ・福祉関係団体による各団体の紹介や体験

③ 円一公園: 福祉バザー、手作り作品の販売、パンの販売

〈スタンプラリー〉 3会場で15か所のスタンプを用意しています。
 スタンプ5個で抽選1回、3会場廻ってスタンプを3個集めた人は中央公民館1階で抽選が1回できます。スタンプを集めて景品をゲットしてください!

【各種相談のご案内】

下記の相談は、予約が必要です。

当日スムーズな対応ができるよう、事前に内容をご連絡くださいますようお願いいたします。

○障害者なんでも相談

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

○成年後見制度専門相談

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



◇最初の2時間無料 ◇市営円一駐車場 ◇市営帝人通り駐車場

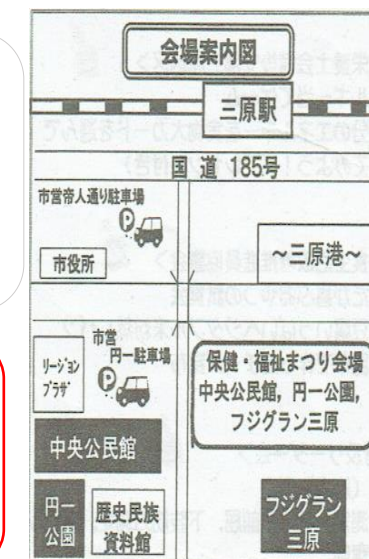
※駐車券を中央公民館にご持参ください。

※自転車は中央公民館の駐輪場をご利用ください。

※会場周辺の駐車場は限られますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。



クリスマスリースとポチ袋です。
 他にも手作り作品の販売をしています。
 皆さん、お越しく下さいね。



～地域活動支援センター7月・8月の活動報告～

7月20日（土）に20名以上の人に参加頂き、陶芸教室が開催されました。今回は5年目を終えて、安田先生にお話を伺いました。

“障害のある人もない人も同じように接して作品を作ってもらっています。そして同じテーブルで作品を作ることでお互いの理解につながってくれたら、その良い機会だと思います。私も母になり、それは本当によく思います。”と話されていました。

今年はいままで作成していたお皿、お湯のみ、コップの他に「取っ手付きコップ」も作り、作品の種類を増やしました。来年はさらに今までなかった色も着色できるようにバリエーションを増やし、多くの人に参加してもらいたいと思います。みなさんの参加をお待ちしています。



須波にある安田先生の陶工房 PolePole です。ここで作品を焼き上げ



こんなにステキな作品ができあがりました！



先生に教えてもらいながら作っていきます。

夏休みの思い出ができました！



卓球講座を開催しました。

8月21日（水）広島県卓球協会の松田先生をお呼びして今年度1回目の卓球講座を開催しました。今回は「ラケットの持ち方」「振り方」そして「正しい打ち方」を学びました。先生の指導で「コツ」をつかみ、少しの時間で上達された参加者もおられました。次回は来年の春休み頃を予定しています。皆さんの参加をお待ちしています。



先生から打ち出される球を正確に打ち返すぞ！

たこ焼きパーティーをしました。

利用者さんの提案から9月6日（金）の午前中、体操教室の前に急きょ「たこ焼きパーティー」をしました。利用者さんのアイデアで、具材をビニール袋で混ぜ合わせた事で洗い物も少なくて済みました。“たこ焼き”といっても、具にはソーセージやはんぺんを入れたり、チーズをトッピングしたり、

「ソースだけでなく、オリーブオイルと塩が最高！」との声も上がりました。次回は日時を決めてより多くの人に来てもらうようにしたいと思います。お楽しみに。

ポン酢やマヨネーズ等、他にも色々な味が楽しめました。



「あいサポート運動」って聞いたことありますか？知っていますか？

「あいサポート運動」とは、様々な障害の特性や障害のある人が困っている時に、それぞれに必要な配慮を理解していただき、障害のある人への配慮やちょっとしたお手伝いを行っていただく運動です。今回は、重症心身障害についてあなたに知ってほしいことをお知らせします。

重症心身障害とは、

重度の身体障害と重度の知的障害などが重複している最も重い障害です。自分で日常生活をおくることは困難で、自宅で介護を受けたり、専門の施設に入所したりして生活をされています。口の動きや目の訴えで意思を伝えますが、いつも介護している人でないとわかりにくいです。

重症心身障害の人の姿勢、移動、排泄・入浴について知ってほしいことをお知らせします。

- 姿勢・・・ほとんど寝たまま自力では起き上がれない状態が多く、座るのがやっとです。
 - 移動・・・自力での移動や寝返りが困難で、車いすなどで移動を行っています。
 - 排泄・入浴・・・全介助となり大変な労力を要します。知らせることができない（70%）、始末ができない（76%）
- また、オムツを使っている事が多いので、同性の介護が原則となります。

次回は、引き続き重症心身障害についてあなたに知ってほしいことをお知らせします。

参考資料：あいサポート運動広島県ホームページ



「白杖 SOS シグナル」を知ってください！

白杖を頭上にあげて合図することを「白杖 SOS シグナル」と言います。白杖を持った視覚に障害のある人が進行方向が分からなくなったり、助けてほしいや困っている時に「白杖 SOS シグナル」を示されることがあります。この仕草をしている人を見かけたら、いきなり体に触れたり、白杖を引いたりせず「お手伝いしましょうか？」などと、正面から声をかけてください。

10月から、消費税率が一部変更となります。

10月より、消費税率が8%から10%に引き上げられました。併せて、日々の生活の負担を減らす事を目的とした軽減税率制度が実施され、飲食料品の一部などに8%の軽減税率が適用されています。

三原市でも、

- ・「燃やすごみ指定袋や処理券の価格」
- ・「水道料金」
- ・「各施設の使用料金」などが一部変更となっています。

『広報みはら9月号』に詳しく書かれています。※変更後の料金については、各窓口までお問い合わせください。

8% 軽減税率対象品目 10% 標準税率対象品目

8% 軽減税率対象品目	10% 標準税率対象品目
飲食料品 MILK、精米、野菜、鮮魚、精肉、パン、飲料など タイクアウト、宅配、持ち帰り弁当など	外食 レストラン等での食事 酒類 ビール、ワインなど
新聞 週2回以上発行の定期購読分	その他 医薬品・医薬部外品、水通水、書籍・雑誌
一体商品 おもちゃ付きのお菓子 8%	重箱入りの高級おせち 10%
紅茶とティーカップのギフトセット 8%	