

# 地域活動支援センター11月のカレンダー

<各活動の開催時間> * 創作の時間 13:00~15:00 * 卓球サロン 10:30~12:00 * スポーツ吹き矢 10:00~12:00		* パソコン教室 10:00~12:00 * 体力づくり 15:30~16:30 * 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		* 料理教室 10:30~12:30 * ひまわりサロン 14:00~15:30 * 高次脳サポートネットひろしま 10:00~12:00		
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					体操教室 ひまわり	休所日
3	4	5	6	7	8	9
休所日	休所日	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)	スポーツに挑戦 【卓球サロン】	パソコン教室	体操教室 高次脳 (第2研修室)	休所日
10	11	12	13	14	15	16
休所日	お花教室 (第2会議室)	創作の時間 開所時間 (15時まで)	料理教室 (調理実習室) スポーツに挑戦 【卓球サロン】	パソコン教室 スポーツに挑戦 【体力づくり】 (第1教養娯楽室)	体操教室 ひまわり (第2会議室)	マヴィ (ビーチボールパレー) 休所日
17	18	19	20	21	22	23
休所日		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)	スポーツに挑戦 【卓球サロン】	パソコン教室	体操教室	休所日
24	25	26	27	28	29	30
休所日		創作の時間	スポーツに挑戦 【卓球サロン】	パソコン教室 【年賀状づくり】 スポーツに挑戦 【体力づくり】 (第1教養娯楽室)	体操教室	休所日
※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。 ※28日(木)のパソコン教室は「年賀状づくり」のため、通常のパソコン教室はお休みです。						

## 【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2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
8日 10:00~12:00	20日 14:00~16:00	27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)	14日 14:00~16:00	サンシープラザ 3階 第4相談室
-------------------------	-----------------	---------------------

# 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

## 12月3日~12月9日は「障害者週間」です

「障害者週間」について、耳にしたことはあっても、障害者週間とは何か、その成り立ち等を知っていますか？ここでは、「障害者週間」について改めて皆さんに知っていただきたいことをお伝えします。

### ~「障害者週間」の成り立ち~

- 1975(昭和50)年12月9日に、「障害者の権利宣言」が国連総会で採択されたのを記念して、1981(昭和56)年の国際障害者年に、この日が「障害者の日」となりました。
  - 1982(昭和57)年12月3日に、「障害者に関する世界行動計画」が国連総会で採択されたのを記念して、1992(平成4)年に、この日が「国際障害者デー」となりました。
- そこで、「国際障害者デー」である12月3日~「障害者の日」である12月9日の間が「障害者週間」となったのです。

### ~「障害者週間」とは~

「障害者週間」は市民の皆さんに、障害の理解や、障害のある人たちの日頃の活動を知ってもらうこと、また障害のある人が地域の活動に参加したいと思える機会を作ることなどを目的にしています。

今年も、三原市では様々な啓発イベントを予定しています。この活動をとおり、障害のある人たちの生活や、その人たちとともに地域で暮らしていくことについて、一緒に考えていただくきっかけになればと思っています。そのうち街頭キャンペーンでは、障害のある人たちが活動している事業所で造られた啓発グッズをお配りしますので、ぜひお手にとっていただきたいです。

三原市の啓発イベントの詳細は、同封の「三原市障害者週間啓発事業」のリーフレットをご覧ください。

### 障害者週間街頭キャンペーンの参加者を募集中!

ドリームキャッチャーでは、今年も12月3日の街頭キャンペーンで、創作の時間などで作った「はしおき」を市民の皆さんに配る予定です。「はしおき」作りを手伝って下さった方、ご協力ありがとうございました。また、街頭キャンペーンに参加して下さる方を募集しています。詳しくはスタッフまで。





詳しい内容や問い合わせは、  
スタッフに確認してください！

### ①料理教室は、「鶏ささみきのこのクリームソース」です！

メニュー：鶏ささみきのこのクリームソース、野菜の味噌汁、和え物  
日 時：11月13日（水）10：30～12：30  
締 切：11月11日（月、午前中）  
定 員：12名（申込先着順）／材料費：500円  
持ってくるもの：エプロン、飲み物、ハンドタオル  
※ご飯は、ドリームキャッチャーで用意します



### ②ビーチボールバレー交流会のご案内



日 時：11月16日（土）10：00～13：30  
場 所：県立広島大学 三原キャンパス 体育館（現地集合）  
参加費：400円  
締 切：11月7日（木）  
持ってくるもの：室内シューズ、ハンドタオル、飲み物、その他必要な物  
※ビーチボールバレー、またはカレー作りに参加できます。申込時にお伝えください。  
※ビーチボールバレー後には、みんなで美味しいカレーを食べます。  
※バスで行かれる人は、三原駅南口バスのりば5番（頼兼線）9時5分発が便利です。



### ③お楽しみ交流会！

今年もやります！  
ドリキヤ子恒例！

昨年は、広島エアポートホテルで豪華バイキングを楽しみました。  
今年は、ホットケーキでクリスマスケーキを作ったり、ゲームや、昼食には本場インドカレーにナン・サフランライスも計画中です。



日 時：12月21日（土） 9：30～15：00（予定）  
場 所：ドリームキャッチャー、調理室、栄養指導室  
集 合：ドリームキャッチャー  
参加費：大人1,000円/高校生以下500円  
締 切：12月13日（金）  
持ってくるもの：お茶・エプロン・ハンドタオル・各自必要なもの  
定 員：30人（申込先着順）

楽しい交流会になるよう、ドリームキャッチャーのスタッフも全員で参加します。  
参加申し込みは、スタッフまで。



### ④年賀状を作ってみませんか？

令和最初の新年を迎えるにあたり、親戚やお友達に年賀状を送りませんか？  
挨拶文、絵柄選び、宛名書き、印刷まで「年賀状作り」をお手伝いします。

日 時：第1回11月28日（木）10：00～12：00 挨拶文、絵柄選び  
第2回12月5日（木） 10：00～12：00 宛名書き、印刷  
定 員：3名（申込先着順・参加申し込みはスタッフまで）  
持ってくるもの：印刷できる年賀状  
※印刷代が別途かかりますので、ご了承のうえご参加ください。  
年賀状作りの日は、通常のパソコン教室はお休みです。



### 「三原市障害者フラン策定のためのワークショップ」が開催されました。

今回は先月行われたワークショップと一緒に参加したKさんの声をお伝えしたいと思います。

- Q** Kさん、今回ワークショップに参加された理由を教えてくださいませんか？  
**A** 自分が就労や勉強について考えていて、実際に面接会に行ってみようと思うが、スーツ着用なんよ。みんながスーツを持っているわけではないし、それは障害者に対してハードルが高すぎる。その他にも仕事や学ぶことについて、みんなはどう思っているか聞いてみたかった。
- Q** 実際に他の人の考えを聞いてみてどうでしたか？  
**A** 自分では「これは市や他の人に言っても無理だ」と思っている悩みを、他の人が同じことで悩んでいることを聞いた時、やはり自分で「無理だ」と決めつけんで、伝え続けていけないうらいけんと思ったわ。
- Q** 自分の伝えたかったことは伝えられましたか？  
**A** 自分の意見は伝えられたんじゃないかな。「働く」のテーマだけでなくその他のテーマでも話を聞いて良かったわ。
- Q** その他、感想など聞かせてください。  
**A** 他の人の意見を聞いて、自分でも気づいていないことがまだあるんじゃないかなあと思うことができたけど、他の人もまだ伝えきれていないところがあるんじゃないかな？ワークショップは意見を言える場所じゃけえ、そこで上手に伝えていけるようになったら良いと思うし、みんながもっと活用して行ってほしい。またそういう場所になってほしいな。
- Q** 毎年1回、ワークショップが行われています。自分の思っている事を三原市に伝えるよい機会ですので、ぜひご参加ください！

### みんなのつぶやき情報

三原は、  
タコだけじゃないぞ！

「〇〇にケーキ屋さんが出来たみたい」「イオンの火曜市にだけ出る〇〇が美味しい」など、三原はタコだけじゃないぞ！！と、これからもスタッフと皆さんとの会話の中から「おいしいつぶやき」や「楽しいつぶやき」などドリームキャッチャーにどんどん話に来てくださいネ！(^\_^)!

### ～ある日の会話～

あのね、相良さん！  
三原の酔心に「酒ケーキ」があるの知ってる？

いいんじゃない！

三原は、タコが有名じゃけどタコだけじゃないよね。



「酒ケーキ」！美味しそうですね～。  
今度、お金を出し合って散歩がてら酔心まで買いに行ってドリームキャッチャーでお茶でもしましょうか。

お値段は、酔心に聞いてみます。

他にも色々美味しい物があつたら教えてくださいね～！