



「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？

昨年の10月以降掲載が止まっていましたが、今月から不定期で「あいサポート運動」に関するお知らせを再開いたします。

「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。

重度心身障害の人の食事、^{へんけい}変形・^{こうしゆく}拘縮、^{きんきんちよう}筋緊張、コミュニケーションについて知ってほしいことをお知らせします。

○食事・・・自力ではできないため、スプーンなどで介助します。食べ物がのどに詰まりやすいので通常食が食べられない人は、細かく刻んだり、トロミをつけたりして飲み込みやすくします。外食の時には、ハサミやミキサーの貸し出しがあると助かります。

○^{へんけい}変形・^{こうしゆく}拘縮・・・手や足が変形や拘縮したり、背骨が曲がったりすることが多いです。

○^{きんきんちよう}筋緊張・・・筋肉が緊張して思うように手足を動かすことができません。

○コミュニケーション・・・言葉の理解が難しいので、声や身振りでコミュニケーションをします。いつも介護している人でないとコミュニケーションは難しいです。声を出したり身振りでコミュニケーションは、緊張や拘縮があっても大きくはできませんが、皆さんの声掛けに笑顔で答えます。今回は、健康・趣味遊び・超重症心身障害、配慮について、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

～令和2年度あいサポートアート展のお知らせ～

開催場所： ☆ふくやま美術館1階ギャラリー、ホール

開催期間： ☆令和2年11月17日(火)～11月22日(日) (※) 広島市での開催は終了しました。

防災 ～避難所について～

「避難所」とは、災害がおきる前やおきた後に2次災害の危険があるなどの理由から、家で生活ができなくなったと判断された人が避難し一時的に生活をする場所です。物資や食料の配布、トイレの使用など自宅とは違います。避難所には「非常用持ち出し品」(避難する時に持ち出す物)のチェックリストを作りましょう。その中で、①非常食：日頃から食べなれている物、②常用の薬：最低3日分の準備を持って出かけましょう。

避難所では、避難所の係の人に「ヘルプカード」などを使って、必要な支援について伝え、支援をしてもらいましょう。

※避難所はお住まいの地域に開設されます。地域の避難所の様子を事前に確認をしておきましょう。

※この避難とは、安全を確保する為で、安全な場所にいる人は避難(移動)する必要はありません。

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(11月10日(火)はスタッフ研修のため15時で閉所します)

令和2年度 障害者週間啓発事業について

12月3日から9日は『障害者週間』です。この『障害者週間』は国民の間に広く障害者の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障害者が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高める事を目的としています。毎年初日には、街頭キャンペーンで『障害者週間』についてお知らせする「障害者週間リーフレット」や市内の「事業所の製品」の配布をしていましたが、今年は新型コロナウイルス感染予防のため中止となりました。しかし、今年の『障害者週間』期間中には様々なイベントが企画されています。今年のイベントについてご案内をします。

今年のコンセプトは・・・

フクシカケルミハラ

～たのしいことをかっこよくみせてみよう～

フクシカケルミハラ
開催イベント



フクシ×アート展

- ・広島県立三原特別支援学校作品展
- ・あいサポート特別巡回展
- ・一般公募作品展

日時：12月3日(木)～15日(火)

10:00～17:00(最終日は15:00にて終了)

会場：三原リージョンプラザをメイン会場にして街中のご協力いただいた店舗等に展示します。



フクシ×ショップ



福祉施設を利用されている方が作った 素敵な商品を販売

出店場所・日時 10:00～16:00

・12月3日(木)

三原駅前スペースサテラス
ハンドサインカフェにて出店

・12月5日(土)・6日(日)

三原芸術文化センターポポロ
映画祭とコラボ出店

・12月12日(土)・13日(日)

八天堂ビレッジ・空の駅オーチャード
イベント出店

フクシ×カフェ



ろう者が聴者に関係なく交流できる 体験型カフェを開催

ブラインド(視力のない)世界を知る・体験する

◇知る：オンラインで語るブラインドの世界

◇体験その1：アイマスクをつけて飲み物を飲んでみる

◇体験その2：視覚障害者向けの絵本の読み聞かせ

会場・日時： 11:00～15:00

・12月3日(木) 三原駅前スペースサテラス

・12月5日(土)もしくは6日(日)

三原芸術文化センターポポロ



卓球サロンが終わって 昼食会を楽しみました〜(^^)♪



年6回、第2水曜日は料理教室をしていましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため2月から中止をしています。

卓球サロンのメンバーさんから、「料理教室は、いつあるん？」と問い合わせをいただき、今はまだ料理教室は難しいので卓球が終わってからみんなで弁当やパンを買って食べようと言う事となり、21日の卓球が終わってからサン・シープラザ1階のテーブルを利用して昼食会を行いました(^^)♪もちろんテーブルやイスは消毒をしてコロナ対策はバッチリ！！

仲間と楽しそうに食事をされている風景を見ながら、また、皆さんとこんな時間が過ごせたらいいなあ〜とスタッフは思いながら買って来たお弁当をおいしくいただきました。



バッジやストラップの小物を作ませんか？

コロナ禍の影響で現在休止となっていますが、県立広島大学三原キャンパスでは性別、年齢、障害の有無に関わらず、誰もがものづくりを楽しめる場「ものづくり工房 作ら(さくら)」が開催されています。ドリームキャッチャーの利用者さんより「作ら(さくら)」で作製しているプラスチックの板(通称:プラバン)を利用してバッジなどの小物をドリームキャッチャーで作ってませんかという提案がありました。近々ドリームキャッチャーで「プラバンで小物づくり」を開催したいと思えます。日程などの詳細はあらためて12月号でご案内します。ぜひご参加ください。



好きなイラストやデザインで作ることができます。



ペットボトルの捨て方が変わります

三原市では10月からゴミの分別方法が変わりましたね。ドリームキャッチャーでもその新しく変わった分別方法でペットボトルを捨てたいと思います。今までの違いは、

ペットボトルの外側のラベルをはがすことです。

あとは今まで通り、中とキャップをきれいに洗って所定のゴミ箱へ捨ててください。そしてはがした外側のラベルは、ペットボトル専用のごみ箱の左にある、

新しく用意したビニール袋に入れてください。

わからない時は気軽にスタッフに声をかけてくださいね。皆さんのご協力をお願いします。

キャップは木のゴミ箱へ

ペットボトル本体は赤いフタのゴミ箱へ

ラベルをはがしたら、このビニール袋に入れてください



「みんなで行こう」
企画 第2弾!



SEA SPICA (シースピカ)

日にち: 11月13日(金曜)

集合時間: ①シースピカ見学: 13:00 ②エトセトラ見学: 14:30

集合場所: ドリームキャッチャー (詳しくはスタッフまで)



etSET0ra (エトセトラ)

新しい観光船と観光列車
ができたそうじゃ。
船は三原港出発じゃし、
列車も三原駅を通るよ。

船は三原港の東側から、
列車はサン・シープラザ
からよく見える場所を
みつけたよ。



いつもやさしい
Aさん

〈ある日の会話より〉



いつも笑顔の
Bさん

神明市の時のように
みんなで見に行きたい!

行こう!行こう!
写真も撮りたい!!
晴れたらいいな!

シースピカ&エトセトラを見に行こう!

皆さんはもうご存知ですか? 広島港・三原港間を往復し、瀬戸内海の島々を巡る観光型高速クルーザー「SEA SPICA (シースピカ)」と JR 宮島口駅から尾道駅を呉線と山陽本線で結ぶ新観光列車「etSET0ra(エトセトラ)」が先月デビューしました。利用者さんから今年2月の神明市に続き、「新しい船と列車をみんなで見てみたい!」と声があがりました。新観光船の出港の瞬間を三原港から、新観光列車の三原駅からの出発の瞬間をサン・シープラザから一緒に見に行きませんか?

~お知らせ~

洋服かけを用意しました

これから寒くなるので上着は必要ですよね。その上着などを置くために西側入口の近く、荷物置きの前に「洋服かけ」を用意しました。今まで荷物置き場に置いていた上着・コートなどはこちらにおかけください。貴重品は自分で管理してくださいね。



体力づくりについて

毎月第2・4木曜に行っている体力づくり、部屋の都合上、当面の間、開催場所は
・第2木曜は「第1教養娯楽室」、
・第4木曜は「健康増進室」になります。

年賀状の印刷について

昨年に引き続き、ドリームキャッチャーでの年賀状の印刷は行いません。皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

わからないことがあればお気軽にスタッフにご質問ください。

〈各活動の開催時間と場所〉

- ・ 創作の時間 13:00~15:00
 - ・ 卓球サロン 10:30~12:00
 - ・ パソコン体験 10:00~12:00
- 場所：ドリームキャッチャー

- ・ 体操教室 11:30~12:30
 - ・ スポーツ吹き矢 10:00~11:30
- 場所：健康増進室

- ・ 体づくり 15:30~16:45
- 場所：12日 第1教養娯楽室
26日 健康増進室

- ・ 高次脳機能障害
サポートネットひろしま
10:00~12:00 第2研修室

- ・ 視覚障害者協会婦人部 お花教室
10:00~12:00 第3会議室

日	月	火	水	木	金	土
1 休所日	2	3 文化の日 休所日	4 卓球サロン	5 パソコン体験	6 体操教室	7 休所日
8 休所日	9	10 創作の時間 お花教室 開所時間 (15時まで)	11 卓球サロン	12 パソコン体験 体づくり	13 体操教室 高次脳	14 休所日
15 休所日	16	17 スポーツ吹き矢 創作の時間	18 卓球サロン	19 パソコン体験	20 体操教室	21 休所日
22 休所日	23 勤労感謝の日 休所日	24 スポーツ吹き矢 創作の時間	25 卓球サロン	26 パソコン体験 体づくり	27 体操教室	28 休所日
29 休所日	30	※各活動は、天候や新型コロナウイルス感染拡大を防止するため 内容の変更や中止の場合があります。あらかじめご了承下さい。				

各種相談日のご案内

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

成年後見制度専門相談

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	久井 (保健福祉センター) 第4水曜日
6日 10:00~12:00	18日 14:00~16:00	25日 10:00~12:00

- ・ サン・シープラザ3階
ドリームキャッチャー相談室
12日 10:00~12:00
毎月第2木曜日
(祝日の場合は変更あり)

