



## 障害者生活支援センター



# ドリームキャッチャー



**よろしくお願いいたします！！**



〒723-0014

三原市城町1丁目2番1号

(サンシープラザ3階)

電話: (0848)63-3319

FAX: (0848)63-3359

E-mail: dream-c@m-shakyo.jp

開所時間 月曜日～金曜日 8:30～17:15

今年は、季節が行き来する日が続き、体調の維持が難しい日々が続いています。それでも少しずつですが、周りに目を向けると新緑の樹々に初夏の風が感じられるようになってきました。

令和8年度ドリームキャッチャーでは、4月に「三原市基幹相談支援センター」が協働で開設され、障害分野の相談窓口として新たな一歩を踏み出しました。これまでの「地域活動支援センター事業」「サービス等利用計画作成事業」も含め、障害のある人が住み慣れた地域で、よりよい生活を送っていただけるようスタッフ一同、みなさまの生活に寄り添ってしていきたいと思っております！

## 地域活動支援センターからのお知らせ



### 令和8年度の活動について

スポーツにトライ	フットサルにチャレンジをしています	毎月第1、3火曜日	10:00～11:30	4階 健康増進室
卓球サロン	卓球	毎週水曜日	10:30～11:30	3階 地域活動支援センター前
体力づくり	ストレッチなど	毎月第2、4木曜日	15:45～16:45	4階 第一教養娯楽室
体操教室	音楽に合わせてからだを動かしています。	毎週金曜日	11:30～12:30	4階 健康増進室

※天候等の影響で教室が休止になることがあります。

### ＼地域活動支援センターってどんなところ？／

地域活動支援センターは、障害を持つ方が地域とのつながりを大切にしながら、自分らしく自立した生活を送るためのサポート拠点です。日々の生活支援をはじめ、趣味・余暇活動を楽しめる環境を整えています\*^^\*

センターにはお1人で静かに過ごせる個別テーブルもあり、自分のペースやプライベートな空間を大切にしたい方でも、安心してお過ごしいただけます。また、様々な種類の本や手芸アイテム、カードゲームなども取り揃えており、どなたでもリラックスして「やってみたいこと」に挑戦できる場所を目指しています。

「最近、体を動かす機会が減ってしまったな…」

「一人だと、つい運動するのが億劫になってしまう」

そんなお悩みをお持ちの方には、定期的に行っている体操教室や卓球サロンなどの教室もおすすめです。センターや地域の皆さんと一緒に心地よく汗を流せば、心も体もリフレッシュできるはず！



♪ 少しでも興味を持たれ方はぜひお気軽にご相談・見学にお越しくださいね ♪

## 令和 8 年度より「基幹相談支援センター」の機能を担います！

当事業所は令和 8 年度より、従来の相談支援に加え、新たに三原市内における「基幹相談支援センター」としての役割を担います。市内の 2 拠点で役割を担っていく計画です。

○ドリームキャッチャー TEL：0848-63-3319

○地域生活支援センターさ・ポート TEL：0848-62-1736

### ■ 基幹相談支援センターとは？

地域の相談支援事業所をバックアップする機関です。個別相談だけでなく、関係機関とのネットワーク強化や相談支援専門員のスキルアップを通じ、地域全体の支援の質向上を目指します。

### ■ 今後の運営について

窓口や利用方法に変更はございません。移行期につき、まずは現在ご利用の方への支援を優先しながら、一つひとつの相談を大切に歩んでまいります。

## ● 巡回相談(予約が必要です。) ●

大和保健福祉センター 10時から12時	本郷保健福祉センター 14時から16時	久井保健福祉センター 10時から12時
6/5・7/3・8/7・ 9/4・10/2・11/6・ 12/4	6/22・7/27・ 8/24・9/2・ 10/26・11/16・ 12/21	6/24・7/22・ 8/26・9/16・ 10/28・11/25・ 12/23

\* 4・6・7・9・10・12月は、ドリームキャッチャーが対応します。

\* 5・8・11月はさ・ポートが対応します。

 **梅雨の季節です。災害の備えについて豆知識をご紹介します。** 

### 豆知識①「ハザードマップ」を活用しましょう

ハザードマップは、洪水・津波・内水が発生したときの浸水想定区域や、土砂災害の恐れがある場所などの情報を、地図上に表示したものです。

ハザードマップは、自然災害から命を守るための「地域の危険を教えてくれる地図」です。これは単なる地理情報を示すものではなく、災害リスクを事前に知り、適切な避難行動を促すための防災ツールです。

自分が住んでいる地域で、台風・大雨・地震といった災害が起きた時に、どこにどのような危険があるか、また、災害が起きた場合は、どこに避難したらいいのか、事前に確認しておきましょう。

三原市のハザードマップは、インターネットで確認できます。

三原市のホームページで、「三原市のハザードマップ」を検索すると情報を得ることができます。

### 豆知識②「避難指示」は最も危険なレベルの避難情報

現在の避難情報の段階は次の通りです。

警戒レベル	名称	取るべき行動
レベル3	高齢者等避難	高齢者・障害者・乳幼児などは避難を開始する
レベル4	避難指示	危険な場所にいる全員が直ちに非難する
レベル5	緊急安全確保	命を守る最後の手段（垂直避難等）をとる

「避難指示が出てから逃げる」では遅い場合があります。

レベル3（高齢者等避難）の段階で、すでに危険区域にいる方は、避難を開始することが推奨されています。

「レベル5の緊急安全確保」は、すでに非難するための時間的猶予がほぼない最終段階です。

レベル4の間には、何としても避難を完了しましょう。

## 新しいスタッフの紹介

～ 4月から新しくドリームキャッチャーの仲間になりました ～

4月から地域活動支援センターに配属された藤井です。

某アイドルの推し活や読書が趣味です！

センターの活動を通して、皆さんとたくさん

のことを経験できたらと思います。

これからどうぞよろしくお祈いします。

4月からドリームキャッチャーに入りました古島康代です。

相談員として皆様に、寄り添いながら頑張りたいと思っています。

どうぞ宜しくお願い致します。

