

みんなの みらいふ

前橋市自立支援協議会広報 みんなのらifu 第9号

発行日 平成27年9月1日

題字： 井上 瑞樹 様（よろず屋寒春）

発行元：前橋市自立支援協議会

お問い合わせ先：

前橋市障害福祉課 前橋市自立支援協議会

広報啓発部会 事務局

電話027-220-5713 Fax027-223-8856

ホームページ <http://www.city.maebashi.gunma.jp/kurashi/42/125/139/p002057.html>

みんなのアーティスト



【題名】猫を抱く女

【作者】O.S. さん
色鉛筆画

題字・作品募集

本誌に掲載する題字や作品（イラスト、挿絵等）を募集しています。あなたの作品で本誌に彩をそえていただけませんか。詳しくは事務局（連絡先は表紙に記載してあります）へお気軽にお問い合わせください。

趣味の時間を大切にしています グループホーム花豆 町田さん



町田さんは、今年4月からグループホームに入所し、平日は就労支援事業所に通っています。週末は実家へ帰り、だんべい踊りやフライングディスク、ヒップホップダンスなど趣味の時間を楽しんでいます。これまで外出時には両親に車で送迎してもらっていましたが、入所をきっかけに、電車や自転車で出かけるようになったそうです。そんな町田さんに今回インタビューさせていただきました。

- Q「だんべい踊りはいつからやっていますか？」
 A「昔からやっています。最初は「ナイトエンジェル」というだんべい踊りのグループで活動を始め、グリーンドームでライブもしました。今は「チーム元気21」というサークルへ通っています。」
- Q「どのくらいの頻度で通っていますか？」
 A「一週間に1回です。」
- Q「普段はどんな生活をしていますか？」
 A「昼間は就労継続支援B型事業所に通っています。毎朝、上毛新聞を読むのが日課です。夕方は洗濯をしています。」
- Q「一番楽しいと思うときはどんなときですか？」
 A「やっぱり、仲間と踊っているときです。これからも続けていきたいと思っています。」

【平日のスケジュール】

時刻	スケジュール
6:00	起床
7:00	朝食、新聞を読む
9:00	通所（バス）
10:00 ～15:30	就労継続支援事業所（B型）
16:30	グループホームへ帰る
17:00	散歩、洗濯、夕食、お風呂
19:30 ～21:00	だんべい踊り（月曜日のみ） 
23:00	就寝

【日曜日のスケジュール】

時刻	スケジュール
7:00	起床、朝食
9:30 ～12:00	フライングディスク
12:00	昼食
15:00 ～16:15	ヒップホップダンス
16:30	帰宅

町田さんの利用している福祉サービス

サービスの種類	内容
就労継続支援B型	雇用契約に基づく就労が困難である方に対して、就労の機会を提供します。就労に必要な知識や能力の向上を目指して、仲間と一緒に学びながら作業を行います。
共同生活援助 （グループホーム）	夜間や休日、共同生活を行なう住居で相談や日常生活上の援助を行います。



得意な洗濯の様子

充実した毎日です ゆずりは（就労支援事業所B型） 美森さん



美森さんは、就労支援事業所に通いながら、週末には大好きなフライングディスクを楽しんでいます。その腕前は、これまでに全国大会へ2回出場しているほど。また、平日の夕方には、公文で勉強したり、ピアノを練習したり、とても充実した毎日を過ごしているそうです。そんな美森さんに今回インタビューさせていただきました。

- Q「フライングディスクを始めたきっかけは？」
 A「高校の同級生のお母さんに誘われて始めました。」
 Q「フライングディスクのどんなところが楽しいですか？」
 A「仲間と練習することが楽しいです。」
 Q「今までに参加した大会は？」
 A「県大会や全国大会です。2011年の全国大会（山口）ではアキュラシーという競技で銀メダル、2014年の長崎大会では銅メダルをいただきました。」
 Q「ゆずりは（就労支援事業所）での作業はどうですか？」
 A「楽しいです。特に、枝豆の選別作業や業務用ウォーターサーバーのクリーニング作業が好きです。」

【平日のスケジュール】

時刻	スケジュール
6:00	起床
6:30	朝食
7:30	通所（バスで30分）
8:15 ～16:40	就労継続支援事業所（B型）
17:00	帰宅
17:40 ～19:30	公文（月曜日、木曜日のみ）
18:30 ～19:00	ピアノ（火曜日のみ）
18:00	夕食、お風呂
22:00	就寝

【日曜日のスケジュール】

時刻	スケジュール
7:00	起床、朝食
9:30 ～12:00	フライングディスク 
12:00～	昼食 家族とお出かけ or 家で過ごす



枝豆の選別作業

フライングディスククラブの参加者を募集しています

クラブ名：フライングディスククラブ
 場所：前橋市立前橋特別支援学校
 毎月第1・第3日曜日 10時～12時
 連絡先：090-9955-0447 担当：大塚

就労支援部会より「企業と福祉の情報交換会」を開催します

本年度も、障害者就労を支援する機関(就労移行支援事業所、ハローワーク等)と障害者雇用を検討している企業を対象に、「企業と福祉の情報交換会」を

開催します。事例報告や意見交換を通して、企業と福祉の相互理解を深め、障害者雇用の促進を目指します。



【日時】10月21日(水) 午後1時30分から

【会場】前橋市総合福祉会館

【内容(予定)】

- ・講義1: 自立支援協議会及び障害福祉サービスの説明
- ・講義2: 障害者雇用の仕組みと雇用の現状について
- ・DVD視聴: 障害者雇用の事例や実際に働いている様子
- ・事例発表: 就労移行支援を経て一般就労に至ったケース
- ・意見交換会

倒れてもこぼれないキャップ (ユニバーサルデザインの紹介)

ペットボトルやコップにはめるだけで、倒れても内容物がこぼれない容器になるキャップです。キャップの表面にスリットが入っており、軽く噛むとスリットが開き、口を離すと自動的に閉まる仕組みになっています。この工夫によって、内容物が一気に出ずに少しずつ出るので誤嚥防止に繋がるとのことです。お子様や高齢者の方はもちろん、運転中や作業中の方にも役立ちそうですね。



これなあ～に？



答えは・・・

「車のダッシュボードの燃料計」

皆さんはガソリンスタンドを利用した際、給油位置に停車していざ外に出てみると、「うわ～、給油口が反対だったよ・・・」と、車を切り返してまた給油位置に戻るといった経験をされたことはないでしょうか？このような経験をされた方は少なくないはずです。

そこで、車を降りなくとも給油口の向きが左右どちらかにあるかが一瞬でわかる【裏ワザ】があります。車にはガソリンメーターが付いていますが、そこを見てください。給油機アイコンの横に矢印が付いていると思いますが、その矢印の示す方向に給油口があります。

このことを知っておくと、給油をしなければならない場合において外に出て確認する手間が省け、とても便利です。皆さんも一度確認して活用してみませんか？とても便利です☆

編集後記

立秋を過ぎたとはいえ、まだまだ日中は暑さが残ります。暑さのピークを越えたこの時期に体調を崩す方は少なくないようです。「秋バテ」という言葉もあるようですよ。さて、今号で紹介しましたお二方は平日の日中は就労継続支援事業所でお仕事しながら、夜の時間や休日は趣味の活動を

充実されていて、生き生きとした表情が印象的です。私も積極的に体を動かして体力をつけながら、ストレスを溜めない生活を送りたいと思いました。夏の疲れが出やすい時期ですが、体調管理を行い、『〇〇の秋』を楽しめるよう元気に過ごしたいものです。