

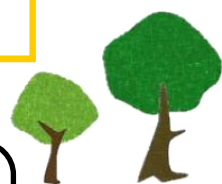
〈精神に障害のある方の気軽な相談場所・交流の場〉



地域生活支援センターあさやけ通信

「風」

社会福祉法人 ときわ会 地域生活支援センター あさやけ



11月号

〒187-0031 小平市小川東町 4-2-1 小平元気村おがわ東 1階

TEL (相談用)

042-345-1741

(事務用) 042-345-2077

FAX

042-345-1734

E-mail

kaze1741@asayake.or.jp

ホームページ

http://www.asayake.or.jp/center_asayake.html

東京パラリンピックに関する全国の障害者調査報告 大会開催の理解62%に↑

来年の8月25日から9月6日までの期間、東京2020パラリンピック競技大会（以下、東京パラ）が開催される。22競技が実施され、肢体不自由が対象の車いすラグビーやボッチャ、視覚障害対象のゴールボール等があり、水泳、卓球、陸上競技では、知的障害も対象になるようだが、残念ながら精神障害の競技はないようだ。観戦チケットの抽選発表も済み、雰囲気徐々に盛り上がり始めている。

今年6月～7月にかけて、共同通信が、日本障害者フォーラムや全国障害学生支援センターを通じ、アンケート調査を行い全国から5642人の回答があった。アンケート報告によると、東京パラは「非常に楽しみ」「楽しみ」という回答が68%であった。「大会開催が自身の障害や障害一般の理解につながるか」の問いには、「思う」24%「ある程度思う」38%で肯定的な回答の合計は62%になった。理由（複数回答）は、「大会の盛り上がりで普段は意識しない障害者への関心が高まる」「メディアを通じて障害者を目にする機会が増える」等であった。一方で「あまり思わない」27%「思わない」11%と答えた人に理由を聞くと、「一時的な盛り上がりで終わり、関心は続かない」「日常的に障害者と接する機会がないと、理解が生まれにくい」等が挙がった。

政府は、東京五輪・パラを契機に交通機関等のバリアフリー化や学校教育等を通じ障害等の理解を深める「心のバリアフリー」の取り組みを進めている。

しかし、「東京大会の開催が決まった2013年以降に、バリアフリー化や周囲の障害理解が進んだ経験、実感があるか」と尋ねたところ「なし」が66%「ある」34%と「実感なし」を大きく上回った。「最近、障害を理由に周囲の言動で差別を受けたり感じたりしたことがあるか」の質問には、36%の人が「ある」と答え、共生社会の理解が浸透していないように感じられる。

【アンケート調査の意見より】

・「障害者への悪いイメージを取り除くことが出来るのではないかと期待。」

40歳代 男性 視覚障害

・「東京だけでなく地方でも、少しでも障害理解とバリアフリー化が進んで欲しい。」

70歳代 男性 肢体不自由

・「障害を強みに変えて成功する人だけでなく、苦しんでいる人のほうが大半で、どちらの立場であっても、苦労している実情を知ってほしい。」

30歳代 聴覚障害 発達障害

支援センター活動報告

9月メンバー学習会報告

「緊急時の対処法について」

9月26日（木）に、小平消防署の方にお越しいただき、「緊急時の対処の仕方」について学習しました。AEDの使い方も教えていただき、とても貴重な時間となりました。

緊急時の対処法を少しでも多くの方に知って頂きたいので、参考にしていただければと思います。

!! 倒れている人を発見 !!

AED



- ①周囲の安全を確認し、近くに駆け寄る。
- ②両肩を叩きながら、耳元で「大丈夫ですか?」と大きな声で呼びかける。
*だんだんと声を大きくする。
- ③周囲の人に助けを求める。
*「119番通報」「AEDを持ってくる」など役割を決める。
- ④おなかの浮き沈みを見たり、頬で呼吸を感じたりして、普段通りの呼吸があるか確認する。

意識がなく、呼吸がない

意識があり、呼吸をしている

★心臓マッサージを始める。
*もしもし亀よ、亀さんよ～♪のリズムで、胸の真ん中あたりを圧迫する（体の1/3が沈む程度）。

楽な姿勢を取り、救急車が来るまで待つ。

★AEDが到着したら、音声案内に従って行動する。
※通電するときは、倒れている人に触れないようにしましょう。

命が助かるかどうかは、1分1秒で左右されます。このような場面に出くわしたら、怖がらずに実践しましょう!

救急車が来るまで、心臓マッサージとAEDを繰り返しおこなう。

自身が急な病気やけがをした際に、「救急車を呼ぶか」「いまずく病院に行った方が良いか」など、判断に迷った場合に、相談員から電話でアドバイスを受けることのできる救急相談サービス「#7119」があります。



スポーツプログラムがあります!

日時：11月13日（水）午後1時半～午後3時
場所：元気村体育館
持ち物：動きやすい服装、かかとのある上履き（運動靴）、飲み物
※参加希望の方は当日午後1時半までに交流室に集まってください。
※登録者のみ参加可能です。
※どのスポーツをするかは、当日参加者同士で決めます。
※体育館は土足禁止です。
かかとのある上履きをお持ちください。

支援センターのお知らせ

10月メンバー学習会のお知らせ

日時：10月31日（木）
午後3時半～午後4時
場所：支援センターあさやけ交流室
内容：地域の作業所職員さんにお越しいただき、作業所についてお話していただきます。また、実際に行っている作業の体験もさせていただきますので、ぜひご参加ください。



地域のお知らせ

年金生活支給給付金制度が始まります

2019年10月からの消費税の引き上げに伴い、年金の上乗せが実施されます。

障害基礎年金を受給されている方は、9月頃に日本年金機構から手続きの案内が郵送されます。

★送付された書類に必要事項を記入し、必ず返送してください。

障害基礎年金1級の方には月額6,250円、2級の方には月額5,000円が、年金支給日に振り込まれます。
※10月・11月分は12月の年金支給日に振り込まれます。



KODAIRAわいわいバザール

日時：10月13日(日)

午前11時～午後3時

10月14日(月・祝)

午前10時～午後2時

場所：東京都立小平特別支援学校

問合せ：KODAIRAわいわいバザール実行委員会

080-5642-8295(あさやけ第二作業所内)

支援センターあさやけ仲間の店も出店します！



バザー販売品

古着・靴・かばん・古本
おもちゃ・新品日用品

異才たちのアート展 展示のお知らせ

障害者週間のついで実行委員会が主催する「異才たちのアート展2019」が開催されます。みなさんは是非足をお運びください。



開催期間・場所

- ①11月26日(火)～12月9日(月)
小平駅南口ルネセブン街商店会各店舗及びアーケード内
(各店舗の営業時間内に展示)
- ②11月28日(木)～12月13日(金)
小平市中央公民館・ふれあいプロムナード
(公民館開館時間：午前9時～午後10時・月曜閉館)
- ③11月26日(火)～12月9日(月)
小平駅南口喫茶ポエム、橙や小平駅北口本店、
レナード珈琲、KAZEカフェ(仲町テラス内)他

第47回 小平社協福祉バザー

日時：11月3日(日・祝)

午前8時半～午後5時

場所：小平市福祉会館及び市民広場、駐車場

主催：社会福祉法人小平市社会福祉協議会

内容：日用雑貨や衣類などのバザー

注意事項：車での来場はできません。

雨天決行です。



国立精神・神経医療研究センター病院家族会「むさしの会」

10月例会・学習会のお知らせ

日時：10月26日(土) 午後1時～午後4時半

場所：国立精神・神経医療研究センター

中央館3階コスモホール

学習会：グループワーク (随時休憩をとります)

温かく肯定的な気持ちで話し合い、話が発展に続くよう否定したり、説得したりせず、心に浮かんだ思いや、アイデアを伝えましょう。お互いに尊厳を大切に、対等を旨とし、信頼の上、ひたすら民主的な対話で力になり合いましょう。

参加費：300円(当事者の方は無料)

問合せ：むさしの会会長 住本知子

TEL/FAX 042-572-6028



元気村まつり

翌日の28日(月)は振替閉所となります。

日時：10月27日(日)

午前10時～午後3時半

場所：小平元気村おがわ東

問合せ：小平市市民活動支援センターあすぴあ

TEL 042-348-2104



市民活動の展示や元気村施設の発表、スタンプラリー、フランクフルトや模擬店など

イベントが盛りだくさん!!是非足をお運びください。

※当日は、支援センターの相談はお休みです。

交流室は来場者が利用できる休憩室として開放します。

地域生活支援センターあさやけ

<開所時間> <相談> / <交流室>
 月～金 午前10時～6時 / 12時～6時
 土 午後12時～午後6時
 日・祝日 閉所



2019年

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4 振替休日 閉所日	5 ㊦今日の料理 ひるごはん	6	7	8	9	10
11	12	13 女性のための ・・・書道 体育館でスポーツ 13:30～15:00	14 SST	15	16	17
18 ㊦カレータ食会 *10/21～予約 を受け付けます。	19 ピアサポート ～なかま会～ “葉”について	20 ㊦女子会	21	22	23 勤労感謝の日 閉所日	24
25	26 ㊦今日の料理 ゆうごはん	27 女性のための ・・・書道	28 風の会& メンバー学習会 障害者差別解消法 について学習します。	29	30 	

プログラム ㊦マークのものは事前予約が必要です。

<通常プログラム>

- 風の会&メンバー学習会 ・3時 ～ 4時
- 女性のための書道 ・10時半～12時
- 女子会 ・10時半～12時
- ピアサポート～なかま会～ ・3時 ～ 4時
- SST ・4時半～5時半
- 今日の料理 ひるごはん ・10時半～12時半
- ゆうごはん ・3時半～5時半
- カレータ食会 ・5時 ～ 6時

<家族グループ・市民活動>

- サタデーひだまり ・1時半～4時
- けやき会家族相談会 ・1時半～

- センターの活動報告、テーマごとの学習・ミーティング。
参加費 50 円。書道とお茶会。女性メンバーが集う場。
- ㊦ガールズトークが楽しめる茶話会。参加費 100 円。
テーマに沿って、なかま同士が気持ちや体験を語る場。
みんなでゲームをしたり、困ったことを話し合えるプログラム。
- ㊦参加費 300 円。調理・片づけの自炊の練習。
- ㊦参加費 300 円。手作りカレーをみんなで食べる会。

元気村2階第二会議室。一杯 100 円で飲み物にお菓子も付きます。
家族のための相談・学習の場。