



〈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



〒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

小平市の障がい者福祉・障害福祉計画の動きにご注目！

令和2年度は「小平市障害者福祉計画(第5期)」「小平市障がい者福祉計画」の見直し時期のため、アンケートの集計が行われました。以下、集計内容を抜粋して報告します。

小平市 過去10年間の推移

●人口

平成20年の18万2,751人から、平成29年の18万9,885人へと毎年増加傾向にあります。

●障害者手帳

身体障害者手帳・・・1.20倍(4,911人→5,898人)に増加

愛の手帳(療育手帳)・・・1.52倍(1,066人→1,615人)に増加

精神保健福祉手帳・・・2.08倍(997人→2,071人)に増加

*精神保健福祉手帳の取得者は、他の障害と比べても増加率が大きくなっています。

*また、自立支援医療(精神通院)受給者も、1.7倍(2,317人→3,944人)と増加傾向にあります。

(平成22年度と令和元年度の比較)

「地域で生活していくために必要な支援」アンケート結果

①地域生活に必要な支援

「経済的支援」が48.0%と最も高く、次に「相談支援体制の充実」が46.5%であり、どちらも5割近くの数となりました。

②福祉関連情報の主な入手先

「インターネット」が37.0%と最も多く、次いで「都や市などの広報」が32.1%、「病院・診療所」が31.1%、「TV・ラジオ・新聞」が23.8%、「相談機関」が17.7%でした。

③充実させてほしい施策

「保健・医療、福祉、教育の連携と一貫した支援」が40.9%と最も多く、「就労支援の充実」が27.5%、「障がいを理由とする差別の解消の推進/障がい者のための身近な相談支援体制の充実・機能強化」は23.0%でした。
(令和元年10月～11月アンケート実施)

令和5年度末までの目標

- ・精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムの構築
- ・地域生活支援拠点等が有する機能の充実
- ・福祉施設から一般就労への移行、相談支援体制の充実・強化等

今年度はこれまでの計画の期間が終了となり、「障がい者福祉計画」「第6期障害福祉計画」「第2期障害児福祉計画」を策定していく節目の時期となります。6月から検討委員会が始まり、来年3月に計画がまとまります。

また、アンケートの結果を受け、あさやけでは引き続き相談支援の充実に努めていきたいと思っております。



臨時プログラムが始まりました！

【お試しスポーツ】

6月16日（火）にお試しスポーツということで文字通りお試して「スロースロージョギング」なるものをやってみました。スロージョギングとは通常のランニングよりもだい～ぶゆっくり、歩く速度か、むしろそれより遅いペースで走るものです。「隣の人と会話できるくらいの速度」らしいのですが、今回はしっかり、ソーシャルディスタンスを保って行いました。このペースだと、コロナ自粛で運動不足に陥りがちな参加者の皆さんから「意外と走れちゃうね」という感想が聞かれました。次回のお試しスポーツも好評？につき第2回スロージョギングを開催しようかと考えていますので、走りたい！という方はご参加くださいませ。



【お試し楽器演奏～ハンドベル～】

6月23日（火）に、ハンドベル・・・ではなく、「トーンチャイム」を使って楽器演奏をしました♪トーンチャイムはあまり聞かない楽器だと思っていましたが、一度は経験している方が多くいらっしゃいました。

最初は簡単な「きらきら星」を演奏しました。徐々に難易度をあげ「カエルの合唱（輪唱）」「ふるさと」「あわてんぼうのサンタクロース」にも挑戦しました。みなさん鳴らし方もリズム感もよく、支援センター内に、とても綺麗な音色が響き渡りました♪普段はなかなか楽器や音楽に触れることができませんが、たまには音楽に触れ、きれいな音色を聞くと心が安らぎますね。

臨時プログラムですのでいつまで続けられるかは未定ですが、興味のある方はこの機会にぜひご参加ください！



【スマホをつかってみよう！】

スマホを使ってみよう！を開催しました。

コロナ禍の中今までのように話ができないので、動画（TV 電話）での通話にチャレンジをしました。他にも、スタンプや写真を送る、今見ているサイトを送るなど。

それ以外では、データ量や、料金の確認の仕方、非接触者通知アプリの紹介など、スマホの使い方についてのお悩み相談をしました。

次回7月も、職員川村のわかる範囲でスマホの使い方相談をしようと思います。



支援センターのお知らせ

令和2年度登録更新手続きを再開します！

コロナウィルス感染防止のため今年度の登録更新手続きを一時中断しておりましたが、緊急事態宣言の解除を受け、徐々に再開することと致しました。

今年度も支援センターあさやけを利用したいという方は、更新手続き（面接・要予約）をお願いします。

- ・更新期間 ～9月末日
- ・必要なもの 登録料 1200 円、印鑑（サインも可）

※混雑が予想されるため、1日3件のみの予約受付となります。ご希望日をお早めにご予約ください。

※3密防止のため、面接時間は30分とさせていただきます。

※予約無しの場合、面接をお断りする場合があります。

※更新を希望されない方は、お手数ですが、電話・来所にて職員にご連絡ください。

7月プログラムについて

〈通常プログラム〉

- ◆SST・・・7月9日（木） 16：30～17：00 ※時間短縮で行います。
- ◆風の会・・・7月30日（木） 14：00～14：30 ※メンバー学習会は行いません。
- ◆女性の書道・・・7月8日（水）、7月22日（水） 10：30～11：30 ※時間短縮で行います。
- ◆女子会・・・7月15日（水） 10：30～11：30 ※時間短縮で行います。

〈臨時プログラム〉

- ◆お散歩・・・7月7日（火） 13：30～14：30
- ◆スポーツ・・・7月14日（火） 13：30～14：30
- ◆ハンドベル・・・7月21日（火） 13：30～14：30
- ◆スマホ・・・7月28日（火） 13：30～14：30
- ◆女性の交流室・・・毎週（金） 12：00～14：45 ※この時間帯は女性のみ利用できます。

7月から土曜日も、
二部交代制で交流室
を開所します。

自立支援医療更新手続きが1年間延長されます！

- ①新型コロナウイルス感染症の影響をふまえ、自立支援医療（精神通院）の受給者証の有効期間を自動で1年間延長します！

対象者：自立支援医療受給者証に記載されている有効期間（期限）が
令和2年3月1日から令和3年2月28日までの方

手続き：更新手続きは不要です。

*現在お持ちの受給者証に記載された有効期間満了後から1年間は有効ですので、窓口でそのままお使いください。ただし、保険証や所得、受給者証の記載内容に変更（医療機関等の変更や追加、氏名・住所等の変更）がある場合は、変更申請を行う必要があります。

- ②精神障害者保健福祉手帳の更新申請は必要です。

- ③今年のプール券の配布はありません。

「自分が対象となるのか知りたい」
「もっと詳しく知りたい」という方は、
小平市障がい者支援課までお問合せ下さい。

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 / ①12時～2時45分
 ②3時～5時45分
 土 午後12時～6時 / ①12時～2時45分
 ②3時～5時45分



2020年

日・祝日 閉所

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7 12:00～14:45 女性の交流室	8	9
10 海の日 閉所日	11 13:30～14:30 臨時プログラム 「お試しスポーツ」	12 女性のための ・・・書道	13 SST	14 12:00～14:45 女性の交流室	15	16
17	18 13:30～14:30 臨時プログラム 「お試し楽器演奏 ～ハンドベル」	19 ♀女子会	20	21 12:00～14:45 女性の交流室	22	23
24	25 13:30～14:30 臨時プログラム 「スマホを使ってみよう!」	26 女性のための ・・・書道	27 風の会	28 12:00～14:45 女性の交流室	29	30
31						

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>

感染予防対策を徹底し時間を短縮したうえで、下記のプログラムを再開します。

- 風の会 ・14時～14時半 センターからのお知らせ、報告会。
- 女性のための書道 ・10時半～11時半 参加費 50円。書道を楽しむ会。 【持ち物】飲み物
- 女子会 ・10時半～11時半 参加費 100円前後。ガールズトークが楽しめる会。 【持ち物】飲み物
- OSST ・16時半～17時半 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。

<臨時プログラム>

- ◆スポーツ・・・8月11日(火) 13:30～14:30
- ◆ハンドベル・・・8月18日(火) 13:30～14:30
- ◆スマホ・・・8月25日(火) 13:30～14:30
- ◆女性の交流室・・・毎週(金)の1部(12:00～14:45)は女性のみ利用できます。

