

「お金と暮らし講座」を開きました。

- 平成27年9月11日(金)
- 川崎市発達障害地域活動支援センター ゆりの木(講師:株式会社みずほフィナンシャルグループ)

ひとり暮らしって いくらかかるの?

毎日の暮らしには「一体どのくらいお金がかかるのだろう」「どのように使えばいいのだろう」今回は、生活する上で切り離せない大切なお金についての講座を開きました。参加者は7名。最初に「生活費とは？」の説明の後、「ひとり暮らしをしたら」という設定で一人ずつ収入範囲以内での予算をたててみました。まず1ヶ月の食費や光熱費などの必要な金額を計算。これまで参加者の多く

はこのようなことを考える機会もなかったようでかなり悩む姿がみられましたが、「平均的な金額がわかって良かった!」と大変勉強になったようです。その他のお金のかけ方は人それぞれで、洋服代や通信費、貯金など個性がよく現れていました。

参加者の感想

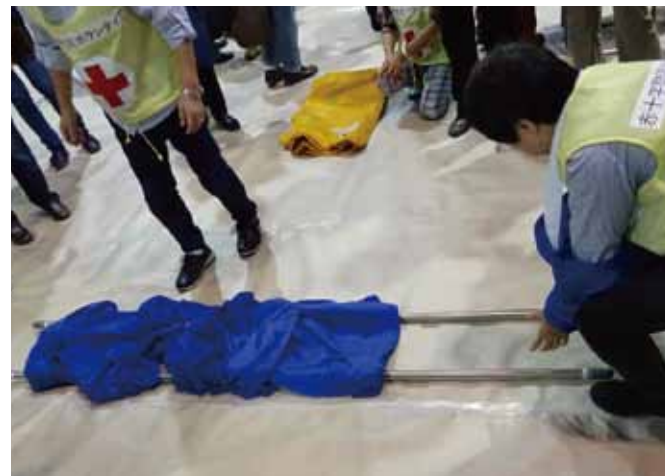
- 普段使っているお金について見直す良い機会だった。(20代・男性)
- 買い物以外にも払わなければならないお金があるので考えながら使わなくてはいけないと思った。(20代・女性)

その時 どうする 川崎市総合防災訓練に 参加してきました!

- 平成27年8月30日(日) 午後4時~午後5時40分
- サブ会場(住民参加型避難所体験訓練): 川崎市立宮前平中学校

防災委員会のメンバーが参加したサブ会場は、小グループに分かれ、リーダーを中心にすこぶる具体的で実践的な訓練が行われていました。身近にある毛布や上着を使っただけの担架づくり、搬送法、負傷者に対する三角巾包帯法などの応急救護法。また、スロープ・段差を用いた車いすの操作や介助法など、障がい者にとっても大切な様々な訓練を体験できました。

特に実体験をもとに女性の視点から考えられた避難所生活のポイントは大変参考になりました。災害時のトイレ事情を考慮した携帯トイレ、段ボールトイレの造り方、汚物処理など、誰にもやさしい避難所作りの重要性を学びました。また地域には多くの人々の知恵があり、それを活かして連携



すること、一人一人が災害時には大きな力となることを実感。「その時、何をすべきか」の問いの答の一つを得られた思いの一日でした。

たまたネット



みんな 元気?

一年に一度のお祭りに大集合。 第5回「北リハフェスタ」開催

今では多くの事業所と地域のみなさまが心待ちにしている秋の風物詩、第5回「北リハフェスタ」が今年も賑やかに開催されました。10月30日(土)当日の日中は、今年1番の冷え込みとなりましたが300名近い来場者があり大いに盛り上がりました。



オープニング

会場には、近隣作業所からパンの模擬店や、この日のために用意された自主製品の販売など、出店がいっぱい。ちょうどハロウィンの日に重なり、カボチャのクッキーも大好評にて完売。ご来場者の中には仮装の方もちらほら。数々のアトラクションも大盛況。本格的なプロのマジックショーにはお客さまも目を丸くし驚きの声を上げたり、声楽家の美しい歌声にうっとり魅了され、コミカルなオペラを鑑賞したり、ご来場者のみなさまには十分楽しんでいた



模擬店

だけたようで、あちらこちらで楽しげな歓声や笑い声が聞かれる一日でした。

日頃、北部リハをご利用されている方々や近隣住民の方々、関係者のみなさまのご協力をいただき無事終了できましたことに感謝致します。これからも毎年実施する予定ですので、今年参加された方も、できなかった方も、次回を楽しみに、来年もぜひ、ご参加ください!



マリオに扮した当事者(中)と声楽家(右) 司会者(左)

多摩区地域自立支援協議会とは?

障がいをお持ちの方々が、住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように、直面する様々な生活課題についてその改善・解決を計るためのネットワークづくり、様々な提案や企画立案、実行をしています。●構成メンバー:障がい当事者、家族、支援者、各相談施設、福祉機関、区役所等。●5つの委員会(当事者/交流/防災/くらし/広報)が活動しています。

お問い合わせ先

多摩区保健福祉センター高齢・障害課 多摩区地域自立支援協議会 電話:044-935-3302 Fax:044-935-3396
ホームページ <http://www.city.kawasaki.jp/tama/page/0000054346.html>

「北部リハビリテーションセンター」では、日頃から多摩・麻生区を中心に何らかの障がいをお持ちの方々の相談を随時受け付けています。お近くを通った際は気軽にお立ち寄りください。

総合相談窓口 TEL 044-281-6621
FAX 044-966-0282
在宅支援室 TEL 044-281-5453
FAX 044-959-2815
E-mail soudan@hokuriha-kawasaki.org

現在、多摩区内には多数の福祉施設、事業所があります。それぞれ創意工夫したプログラムやユニークな取り組み等、その活動を当事者の声と一緒にお伝えします。

福祉事業所って、どんなところ？ 第7回 当事者メンバーがご案内します！ 「ふれあう訪問ミニバスツアー」

- 平成27年9月15日(火)～11月10日(火) 全4回実施
- 百合丘地域生活支援センター ゆりあす 地域活動支援センター 紙ひこうき



ふれあう訪問 ミニバスツアーってなに？

これは多摩区と麻生区の障がい者福祉施設を、ジャンボタクシーで巡りながら、その活動を直接見学させてもらったり、利用者との交流を楽しんでいただく、障がい者支援事業のツアーです。平成21年度に「ゆりあす」主催でスタートし毎年実施。平成26年度から「紙ひこうき」も参加。その当事者メンバーが実行委員やバスガイドとして参加しているのも大きな特徴です。毎回参加者からは障がいのある方と気さくに交流できる貴重な機会として、またピア・サポーターの養成や啓発活動にも有意義な企画とご賛同いただいています。さて今年、全4コースを実施。その中から一つをご紹介します。

一緒に給食をいただいた。 作業も体験した。

多摩障害コース

●多摩川あゆ工房 → MAKE2 → kokonara

●平成27年10月13日(火)

当日は「ゆりあす」の職員と当事者バスガイドがご案内。参加者5名（一般市民1、ボランティア経験者2、児童支援者1、当事者1）の計7名で、



kokonara

いざ出発です。

午前「多摩川あゆ工房」を訪問。ここでは室内作業と焼き菓子作りの様子を見学しました。利用者さんから作業についてのお話も伺いましたが、何よりお昼に利用者みなさんと一緒に給食をいただいたのが楽しく貴重な体験でした。

午後の事業所「MAKE2」ではフラワーたわし作りを体験。悪戦苦闘しながらも商品として完成させるという、利用者さんの真面目さや熱心さに触れ、作業の大変さも実感しました。最後の「kokonara」ではTシャツたたみの作業を拝見したのですが、意外なほど細かい作業で、決められた通りに真剣にたたんでいる利用者さんの仕事ぶりに関心させられました。

*多摩区コースでは、他にも、川崎きた作業所～はっぴわーく～紙ひこうき～グループホームのふらっと、みかんハウスを訪問する「メンタルコース」を実施しました。

●利用者の方が生き生きとおられる様子や、熱心な指導者の方と接することができ、よい一日を過ごせました。今後も、この様な企画があると良いと思います。（一般の参加者）

●初参加の方が多かったので、緊張されないよう、声をかけたり、自分なりに考えてガイドをしました。みなさんに「参加してよかった、楽しかった。」と言われることが、大きな励みになっています。（担当バスガイド ピアサポーター）



多摩川あゆ工房



MAKE2

参加者の感想

今年は街中にも出かけました！

「みんなで交流会」もう4年目です。

- 平成27年6月27日(土)～11月15日(土)
- 場所：多摩区役所 7階会議室、他

「休日はどうしてる？」日頃、就労などを行っている障がい者の方々や、ヘルパーを使わなくても一人で出かけられるという障がい者の方々から、「誰かと会いたい」「休日の居場所となるような集まりを！」との要望から生まれたのがこの交流会です。

平成24年度から始まり、今年で4年目、通算で20回の活動をしてきました。基本的には多摩区役所7階会議室でおしゃべりをして、後半はゲームなどをするというものですが、最近は小グループで区役所の外にも出かけるようになりました。

昨年は他区サークル「わたしたちの広場」を見学

し、そのメンバーにもなった方もいます。今年度はメンバーのボランティア先の喫茶店にみんなでごはんを食べにいきました。いつも、ワイワイ楽しく、といった雰囲気ですが、時には「真面目に障がいについて話そう」と近くのファミレスで深い話をしたりもしました。

メンバーは仕事の都合もあり、入れ替わりもありますが、細々ながらずっと続いていて、今や、みんなにとっての大切な「よりどころ」です。こんな居場所づくりが、今後あちらこちらで自主的に生まれたりいいな、と願っています。

仲間と
会おう。

“ひとりじゃない”って楽しいね。



O.Tさん
42歳 男性
特例子会社勤務。

Q：お仕事は何をしていますか？

Tさん：ボールペンの組み立てや電子部品の組み立て、冊子の封入などです。

Q：みんなで交流会はどうやって知りましたか？

Tさん：以前から参加していたうたごえ喫茶の活動で出会った方から誘われて。

Q：参加は何回目ですか？

Tさん：10回目くらい。参加して3年近くになり、もうベテランです（笑）。

Q：参加しての感想を教えてください。

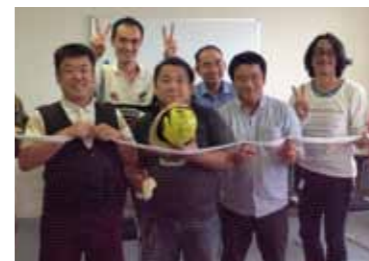
Tさん：いろいろなおもしろい人々と話すことができたこと。楽しかったです。

Q：交流会で一番楽しいことは？

Tさん：やっぱり風船バレーです（笑）。面白いし、興奮するし、みんな好きだと思います。

Q：そのほか抱負などありますか？

Tさん：交流会の動画を撮影してDVDを作成し、みんなに配布できたらいいなと考えています。



参加者 インタビュー



O.Kさん
40歳 男性
グループホーム入居。
会社勤務。

Q：お仕事は何をしていますか？

Kさん：ATMが入っている箱などプラスチック製品を検査したりする会社に勤めています。

Q：みんなで交流会はどうやって知りましたか？

Kさん：同じ福祉ホームに入居している人から教えてもらい参加しました。

Q：参加は何回目ですか？

Kさん：3回目くらい。もっと前から参加すればよかったと思っています（笑）。

Q：参加しての感想を教えてください。

Kさん：ホームや会社とはまた違っていろいろな人と話しをすることができるので楽しいです。

Q：交流会で一番楽しいことは？

Kさん：風船バレーかな。簡単なゲームだけど、盛り上がりやすいよ。あとは人生ゲームとかも。

Q：他に参加している活動などはありますか？

Kさん：多摩区自立支援協議会の防災委員会に4月から入って活動をしています。

