

■6月の自立支援協議会報告

*相談支援部会 6/30(火)

- ・新型コロナウイルス第2波に備えて、地域で予測できる支援について。
- ・困難事例について。



■研修会・研究会・イベント21情報

(詳しい内容は各団体、またはオアシスまで)

***新型コロナウイルスによる感染症拡大防止の為、中止や延期になる場合があります。**

♣就労移行新事業所 SAKURA 岡谷センター 夏のインターンシップ

コミュニケーションやビジネスマナーに自信がない…という方も、
SAKURA 岡谷センターで研修を受けたうえでインターンシップに参加してみませんか？

日程：7月22日(水) 個別面談

8月 3日(月) オリエンテーション、ビジネスマナー
研修、作業・PC研修

4日(火) 企業見学、顔合わせ、
実習オリエンテーション

5日(水)～6日(木) 企業現場実習

7日(金) 振り返り

実施内容：事務補助、データ入力業務 等

定員：5名

費用：無料

応募締切り：7月10日(金) ⇒ 7月15日(水)

申込み・問合せ：TEL 0266-21-1380 (受付時間 平日9:00～18:00)

FAX 0266-21-1381

MAIL sakura_okaya@socat.jp (担当 岡田)

申込期間延

就労移行支援事業所 SAKURA岡谷センター

夏のインターンシップ

参加学生 大募集!! (第二学期のめあてです)

コミュニケーションやビジネスマナーに自信がない...という方も、
SAKURA岡谷センターで研修を受けたうえでインターンシップに参加してみませんか？

SAKURAセンターのインターンシップはここが違う!!

- 事前に対策セミナーがある!
- 見学、打ち合わせ、現場実習の順に同行がある!
- 個別のスケジュール立てにも対応!

実施内容 事務補助、データ入力業務等

定員 5名 申し込み締め切り 7/10(金)

スケジュール

日付	内容	予定
7/22(水)	個別面談	
8/3(月)	オリエンテーション、 ビジネスマナー研修、 作業・PC研修	
8/4(火)	企業見学、顔合わせ、 実習オリエンテーション	
8/5(水)～ 8/6(木)	企業現場実習	
8/7(金)	振り返り	

※本プログラムは、一人ひとりの能力や状況に応じて変更をさせていただきます。
最新の情報は研修資料をご覧ください。

♣働きづらさ解消に向けた支援事業 働くための準備運動

引きこもり、働きづらさを感じている方の居場所 ふくろう SUWA

そろそろ外に出てみようかな。行動しようと思うけど何から始めればいいのか？

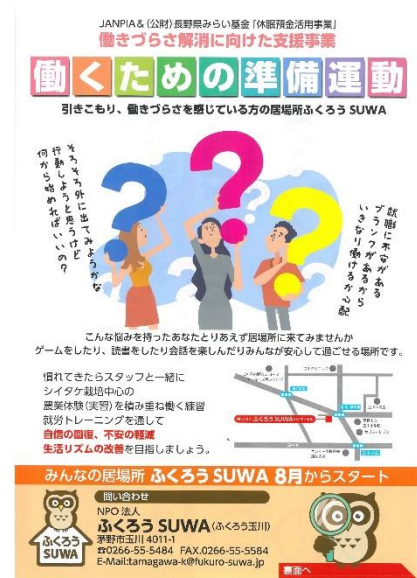
就職に不安がある。ブランクがあるからいきなり働けるか不安。

こんな悩みを持ったあなた。とりあえず居場所に来てみませんか？

ゲームをしたり、読書をしたり会話を楽しんだりみんなが安心して過ごせる場所です。

【利用の流れ】

- ① 受付
- ② 初回相談・利用説明
現在の不安をお聞かせください。支援の内容を聞いてから利用を決めてください。利用には登録が必要です。
- ③ 利用開始
開催日：月～金（祝日は休み）
対象年齢：15歳～
対象者：引きこもり、働きづらさを感じている人
時間：9：00～16：00
定員：規定なし
利用料：年間 3,000 円
農業体験：時給 500 円（外部実習は無給）



慣れてきたらスタッフと一緒にシイタケ栽培中心の農業体験（実習）を積み重ね働く練習就労トレーニングを通じて自信の回復、不安の軽減、生活リズムの改善を目指しましょう。

問合せ：NPO 法人 ふくろう SUWA（ふくろう玉川）
茅野市玉川 4011-1
TEL：0266-55-5484
FAX：0266-55-5584
MAIL：tamagawa-k@fukuro-suwa.jp

♣️ アルコール・薬物などの問題で悩んでいる皆さんへ

病気を正しく理解して、回復できるように一緒に歩みませんか？

① 保健福祉事務所での相談

- * こころの健康相談 精神科医が個別に相談に応じます。
日時：奇数月 第 1 金曜日 14：00～
偶数月 第 1 火曜日 14：00～
- * 思春期相談 精神科医が個別に相談に応じます。
日時：毎月第 4 金曜日 14：00～
※こころの健康相談・思春期相談は予約制です。
- * 保健師による相談 随時行っています。電話相談も行っています。

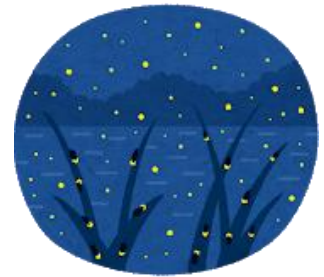
② 地域での活動

- 1、 酒害者回復クラブ（アルコール依存症者と家族の自助グループ、医療関係者も参加）
* 茅野酒害者回復クラブ

日時：毎週火曜日 19:00～20:30
場所：諏訪中央病院 TEL:0266-72-1000
患者サポートセンターへ事前連絡必要

***下諏訪酒害者回復クラブ**

日時：毎週木曜日 19:00～20:30
場所：諏訪共立病院 TEL:0266-28-2012
医療福祉相談室へ事前連絡必要



2、 AA（断酒のための自助グループ）、アラノングループ（アルコール依存症者の家族・友人・関係者の集まり）

***AA 諏訪グループ**

日時：毎週水・土曜日 19:30～21:00
場所：諏訪カトリック教会
AA 甲信越セントラルオフィス TEL:03-5957-3506

***アラノン諏訪グループ**

日時：毎週土曜日 14:30～15:30
場所：諏訪カトリック教会
NPO 法人 アラノン・ジャパン TEL:045-642-8777
※諏訪カトリック教会への問い合わせはご遠慮ください。

申込み・問合せ：諏訪保健福祉事務所 健康づくり支援課 保健師まで
TEL 0266-57-2927
詳しい日程、内容については各お問い合わせ先にご相談ください。

♣ガレージとーく うつ病で、語る、つながるミーティング

『ガレージとーく』は、うつ病の当事者を対象としたピアサポートの場です。

ミーティングでは当事者同士が集まって悩んでいること苦しんでいることなどを話します。

周りの人にはなかなか理解してもらえない「生きづらさ」や「心のモヤモヤ」を共有し支え合うことで繋がりや癒しを感じてみませんか？

日時：令和2年7月24日（金）13:30～16:30
会場：塩尻市市民交流センターえんぱーく会議室202
オンライン（Zoomを使用します）

参加対象：診断や疾患に関わらず、うつ症状のある方
定員：10名前後（申込み先着順で定員になり次第締め切ります。）

参加費：500円

オンライン参加の方は「オンライン参加チケット」を、開場参加の方は「当日払いチケット」を購入してください。

申込み・問合せ：任意団体NPOうつりカバリーエンジン 代表長谷川

TEL：090-4823-7494

MAIL：garagetalk@u2recovery.org

ホームページ <https://u2recovery.org>

♣ビジネスマナー・パソコン基礎科

就労に必要なマナー、対人関係の築き方を学び、パソコンの基礎知識、オフィスソフト・インターネットサービスの操作・実務知識を習得し、ネット関連知識を理解することを目標にしています。

学べる内容：ビジネスマナー（秘書技能検定3級）、パソコンを使った文書作成、Excelを使ったパソコン表計算

募集期間：令和2年7月6日（月）～9月4日（金）

受講期間：10月1日（木）～11月30日（月）

※土曜日・日曜日・祝日休講

※受講場所、期間やカリキュラムを変更する場合があります。

受講場所：伊坪ビジネス株式会社

コミュニティー・カフェ セジュール 1階

伊那市荒井 1-13

受講料：無料

検定料（任意受験 2,800円）

受講時間：13:45～17:30

受講対象者：公共職業安定所に求職登録をした障がい者の方で、主にパソコン技能を活用した事務系への就労を目指す求職者。（全盲、ろうの方へのご対応は致しかねます。なお、休憩場所の利用は階段の昇り降りが必要です。）

定員：7名（募集締め切り時点で応募者が定員に満たない場合は、開設できない場合があります。）

選考日：9月16日（水）13:30～

申込み：お住まいの地域の公共職業安定所「障がい担当窓口」

ハローワーク諏訪 TEL 0266-58-8609

ハローワーク諏訪岡谷出張所 TEL 0266-23-8609

ハローワーク飯田 TEL 0265-24-8609

ハローワーク伊那 TEL 0265-73-8609

問合せ：長野県南信工科短期大学校 上伊那郡南箕輪村8304-190

TEL：0265-71-5051

FAX：0265-72-2064

MAIL：nanshinkotan@pref.nagano.lg.jp



ビジネスマナー・PC基礎科
受講生募集!!

就労に必要なマナー、対人関係の築き方を学び、パソコンの基礎知識、オフィスソフト・インターネットサービスの操作・実務知識を習得し、ネット関連知識を理解することを目標にしています。

【学べる内容】(取得目標資格)
ビジネスマナー(秘書技能検定3級)
Wordを使ったパソコン文書作成
Excelを使ったパソコン表計算

募集期間: 令和2年7月6日(月)～9月4日(金)

受講期間	10月1日(木)～11月30日(月)	選考日時	9月16日(水) 13:30～
対象者	公共職業安定所に求職登録をした障がい者の方で、主にパソコン技能を活用した事務系への就労を目指す求職者。	選考場所	「選考会場が定まらぬ場合は、お問い合わせください」
受講時間	13:45～17:30	選考方法	面接
受講料	無料	選考結果	選考結果通知日: 9月17日(木)
定員	7名(1名枠×7名)		

《受講相談・お申込みは、お住まいの地域のハローワークへ》

♣事務・パソコン技能科 知識・技能習得訓練コース

〈訓練目標〉

- ・実務に活かせる、基礎から実践までのパソコン技能を身に付ける。
- ・就職に必要なビジネスマナー、面接技法を学ぶ。
- ・希望者はWord、Excel各技能検定3級取得可能。

受講期間：令和2年9月15日（火）～12月14日（月）※土曜日・日曜日・祝日休講

受講時間：9：30～15：40（お昼休憩60分）

訓練場所：学校法人コア学園 飯田コアカレッジ 飯田市松尾明7591

※受講会場は2階です。階段での昇り降りが必要です。

受講費用：無料

※テキスト代などは自己負担です。

入校選考を受け合格した場合は、テキスト代金をお支払いいただきます。

- ・教科書代（9,075円）
- ・検定料（任意受験5,900円/1科目）
- ・職業訓練生総合保険料（3,000円任意）

募集期間：令和2年5月7日（木）～8月20日（木）

募集定員：5名

選考日・場所：令和2年9月1日（火）

時間は個別にご連絡させていただきます。

学校法人コア学園 飯田コアカレッジ

申込み：お住まいの地域の公共職業安定所「障がい担当窓口」

問合せ：長野県南信工科短期大学校

上伊那郡南箕輪村8304-190

TEL：0265-71-5051 FAX：0265-72-2064

MAIL：nanshinkotan@pref.nagano.lg.jp



■リレーずいそう 第84回

【オアシス 上林】

7月をもってオアシスを退職することになりました。

皆様には大変お世話になり、ありがとうございました。

さて、最後にリレーずいそうが回ってくるとは思わず、戸惑っております。

我が家には20歳の亀の亀吉と10歳の柴犬（オス）のナツが同居しています。亀吉は岡谷のきつね祭りのときに川魚屋さんからもらい3匹でウチに来ました。他の二匹は早々に弱って亡くなってしまいました。亀吉も来た頃は3cmほどでしたが、今では20cmになり小さな水槽の中でぶつかりながら生活しています。亀ってのんびりゆっくり歩くイメージかと思いますが、実際は水槽の掃除で亀吉を出したときは、動く物に反応し、カメラのように口を開けずさまじい勢いで向かって来ます。（こわ～）私も何度か足をかまれたことがあります。噛みつき亀じゃないんですけど、噛むんですよ。

柴犬のナツはとにかく臆病で内弁慶、昼間は隣の祖母の家で過ごしてい



ます。私が帰宅すると、祖母の家から一緒に連れて帰るので、まるで幼稚園の子供のようです。彼には2つの不思議な習性があります。



一つは、家に帰ると玄関で出迎えてくれるのですが、靴を脱いだ途端、履いていた靴の片方をくわえて二階に駆け上るのです。気が付くと何足もの靴が片方だけ布団の上に置き去りになっているので、急いで出かけるときに靴を履こうと玄関に行くと、靴は片方しかなく（汗）慌ててしまうのです。二つ目は、昼間祖母の家にいるのに、なぜか家に帰れば、我が家に来た祖母を威嚇するのです。お客さんが家の中に入っても、しっぽを振って喜んで遊んでいるのに、なぜか祖母だけは家に入ってくる事が出来ません。彼なりに縄張りみたいなもので守っているのでしょうか？ ちなみにナツの朝夕2回の散歩は祖母の仕事です。ナツは祖母の事が大好きなんですけど、我が家には入るな！ってちょっと矛盾してますよね。

オアシスでは、日々驚くような出来事と沢山の方々との出会いがありました。周りの方々に支えられて乗り越えられたと実感しています。これまでお世話になり、本当にありがとうございました。

（次月は、オアシス森田さんへバトンタッチします。）

■7月の日程（自立支援協議会、オアシス）

- 7月 3日（金） 13：30～ 地域生活支援部会
- 7日（火） 9：30～ 療育支援部会
- 8日（水） 13：30～ 運営委員会
- 9日（木） 10：30～ グループスーパービジョン（GSV）
- 13日（月） 13：30～ 発達障がいデイケア（かりんカフェ）
- 27日（月） 13：30～ 発達障がいデイケア（かりんカフェ）
- 28日（火） 13：30～ 就労支援部会



■オアシスたいむ 77 『梅雨の楽しみ』

雨が続いていますね。

カエルの大合唱、雨に光る紫陽花、ラベンダーの香り…。

いろいろな楽しみ方がありますね。

