



第107号 2022.5.9
 諏訪圏域障がい者総合
 支援センター オアシス
 tel 54-7713/fax 54-7723

■ 4月の自立支援協議会報告

*療育支援部会 20日(水)

4つのグループでグループワーク

- ①放課後等デイサービス・保育所等訪問支援事業の体制整備について
- ②児から者への切れ目のない支援体制整備について
- ③強度行動障がい児の受け入れ態勢について
- ④支援・相談窓口等の周知について

*行政連絡会 21日(木)

- ・医療的ケア児等コーディネーターの配置について
- ・オアシスの市町村評価について
- ・自立支援協議会 設置要綱について
- ・日中サービス支援型 GH の評価について
- ・差別解消支援地域協議会の周知啓発活動について(提案)
- ・地域生活支援拠点等事業実施要綱と取扱要領の確認



*相談支援部会 28日(木)

- ・令和3年度相談支援部会報告(案)、令和4年度相談支援部会計画(案)について
- ・計画相談 諏訪圏域の様式の見直しについて(児童のアセスメント表、基本情報 他)
- ・課題と感じる支援・連携モデル事例の報告(オアシスより)
- ・部会内研修(GSV)について

研修会・研究会・イベント情報(詳しい情報は各団体、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。

♣ みんなの古民家・岡谷 子ども・若者stepハウス「2020」



子ども・若者stepハウスは、小学校から大人の方まで、不登校の子、友人がほしい人、誰かと話したい人、家に引きこもっている人達の交流の場所です。

一緒にstepして支え合い、安心、安全な場所な居場所づくりをしています。

- 【活動内容】・不登校、子ども達の居場所
- ・座談会
- ・コミュニケーション講座
- ・青春しようぜの日

*相談：要予約

【実施日時】 月・火・木曜日 10:00~17:00

【問合せ】 〒391-0024岡谷市堀之内1-14-8

TEL FAX 0266-63-1760 090-9668-9115
 TWITTER @wakamono_step

♣ アルコール・薬物などの問題で悩んでいる皆さんへ

1 保健福祉事務所での相談

こころの健康相談	奇数月：第1金曜日 午後2時～ 偶数月：第1火曜日 午後2時～	精神科医師が個別に相談に応じます
思春期相談	毎月第4金曜日 午後2時～	
保健師による相談	随時（電話相談も行っています）	保健師が相談に応じます

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	毎週火曜日 午後7:00～8:30	諏訪中央病院 TEL0266-72-1000
下諏訪酒害者回復 クラブ	毎週木曜日 午後7:00～8:30	諏訪共立病院 TEL0266-28-2012

(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	毎週水・土曜日 午後7:30～9:00	諏訪カ トリッ ク教会	AA甲信越セントラルオフィス TEL03-5957-3506
アラノン諏訪 グループ	毎週土曜日 午後2:30～3:30		NPO法人 アラノン・ジャパン TEL045-642-8777

【相談・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（直通）

精神疾患や引きこもりに携わるすべての人に贈る魂のメッセージ

♣ 押川剛氏 講演会

数々の困難ケースに対峙してきた講師が語る、「教科書にはのっていない答え」

○病識がない、治療を拒否する患者にどう向き合うか？

○地域の専門家に問われる力量とは？？

【日時】 5月14日（土） 14:00～15:30

【開催】 オンライン

【参加費】 1000円

【主催】 株式会社ハルハウス

【申込み】 右のQRコードを読み込んでください

【問合せ】 TEL 080-3504-1729（百瀬）



♣ 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】 5月15日（日） 13:30～16:30

【会 場】 オンライン（Skype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

【参加費】 無料

【定 員】 6名（申込先着順）

【参加申込】 右のQRコードからお申し込みください

<https://kokc.jp/e/garagetalk93/>

【問 合 せ】 任意団体NPO うつリカバリーエンジン

TEL 090-4823-7494（代表：長谷川）

MAIL garagetalk@u2recovery.org

HP <https://u2recovery.org>



『ガレージとーく』ってどんなところ？
 「ピアサポート」とは、「仲間」という意味のピアと「支え」を意味するサポートを合わせた言葉で、同じ病気や悩みを抱えている人同士が支えあう場です。『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り、悩んでいることや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？

休み明けに仕事に行くのがつらい
 頭痛 肩こり 眠れない
 そうそう復職 再就職したい
 この家 飲み続けて 大丈夫？

任意団体 うつリカバリーエンジン
 電話：090-4823-7494（代表：長谷川）
 メール：garagetalk@u2recovery.org
 ホームページ：<https://u2recovery.org>
 受付時間：月～土の受付時間には、お名前とご連絡先をお知らせください



♣ 前期スポーツクラブサンスポート駒ケ根

「できない、苦手」といった気持ちで運動やスポーツをすることを諦めていませんか、ここには活動をサポートするスタッフや仲間がいます。それぞれに合った活動を見つけ、一緒に楽しい時間を過ごしませんか？

【対 象】 障がいのある方・支援学級に通っている方 その家族、介助者、関係者

【日時・場所・内容】



スポーツクラブ in 上伊那 (時間13:00～15:00)			スポーツクラブ in 下伊那 (時間13:30～15:30)				
日にち	会場	体験会	日にち	会場	体験会		
4月23日 (土)	宮田村体育センター	卓球	4月16日 (土)	豊平村民体育館	空手		
5月21日 (土)			ニュースポーツ体験会			5月14日 (土)	クップ(室内)
6月25日 (土)						6月4日 (土)	
7月16日 (土)	駒ケ根市	かけっこ	7月2日 (土)	喬木村中央社	モルック		

8月27日 (土)	下平体育館	フライング ディスク	8月20日 (土)	会体育館	マット運動
--------------	-------	---------------	--------------	------	-------

※会場・日時は変更される場合がありますので、必ず日程ご確認の上、会場までお越してください

【参加方法】 事前に、クラブ参加用紙と健康チェック票、誓約書へ記入し、サンスポーツ駒ケ根へ提出してください。

【定員】 35名程度（介助者、家族、関係者含む）※新規優先

【持ち物】 運動しやすい服装、上履き、マスク、飲み物など

【内容】 卓球、バトミントン、フライングディスクなどの屋内スポーツ

協力団体の方々によるニューススポーツ体験
ボールやフープなどの用具や遊具を使った遊びや運動、
リズム体操

【問合せ】 障がい者スポーツ支援センター駒ケ根
「サンスポーツ駒ケ根」

住所 長野県駒ケ根市赤穂1694（長野県看護大学プール棟）
TEL・FAX 0265-82-2901



♣ サンアップル第24回文化芸能発表会 出演者募集！

【参加料】 無料

【開催日時】 7月2日（土）10:00~15:00

【会場】 サンアップルホール（長野県長野市下駒沢586）

【応募資格】 音楽・演劇・ダンス・語り・演芸など、舞台発表が可能な活動をしている
障がいのある個人またはグループ・団体

【応募締切】 5月31日（金）

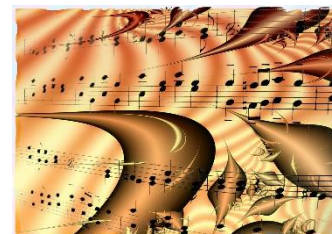
【問合せ・申込み】 〒381-0008 長野市下駒沢586
長野県障がい者福祉センター サンアップル

TEL 026-295-3441

FAX 026-295-3511（総務課企画係 横山・薬袋）

MAIL sunapple@avis.ne.jp

HP <http://www.avis.ne.jp/~sunapple/>



地域共生社会と重層的支援体制整備事業 研修会1

♣ 今さら聞けない・・・！？

「地域共生社会とは・・・」「重層的支援体制整備事業って何？」

【日時】 5月25日（水） 18:30~

【方式】 オンライン（ZOOM）

【参加費】 無料

【プログラム】 1. 長野県内の実施状況について

■ 新規事業所紹介

相談のぞうさん

♣ 【指定特定相談支援事業】【指定障害児相談支援事業】

令和4年1月より開始

【問合せ】 相談支援事業所相談のぞうさん

〒391-0001 茅野市ちの256-14 (ペーカリー2階)

TEL 0266-78-6277 070-2016-9395

FAX 0266-78-6278

MAIL soudan.zousan@gmail.com

【メッセージ】 ご本人が、ご願い、どう感じていただけるかを大切にしながら相談を進めていきたいと思っております。また乳幼児のお母様のフリー相談もお受けいたします。

相談のぞうさん



♣ 放課後等デイサービスポパイ

【概要】 〒399-0214

長野県諏訪郡富士見町落合11063番地8 定員10名

【お問合せ】 電話 050-3700-8618 (担当 林)

Mail info@popai.life

【メッセージ】

「10年後も友達としての姿をイメージして支援していく」
みんな友達になろう。ポパイは友達としての「コミュニケーション」を通じて笑顔 自主性 知る 集団学習 成長
「友達になって本気で遊んじゃえば」という思いで事業展開
をしています。



■ リレーずいそう 第106回

今回は、精明学園職員赤羽が担当いたします。お話しをいただいてどのような内容を掲載するか悩みましたが、これまでの人生を振り返って私の中で「衝撃的な出来事」についてお話ししたいと思います。衝撃的というと凄いことがあったかということではなく、「先入観」から起きた出来事についてのお話です。

今から20年以上前の話になりますが、私が大学を卒業して就職2年目の春に、職場の先輩から海外旅行に行かないかと言われ、今まで全く海外には興味もなかったのですが、せっかく誘われたので行ってみるか、軽い気持ちでその先輩と職場の同僚と3人でタイへ行くことになり



ました。

タイという国について、当時はあまり良いイメージが無かった私は、不衛生で治安が悪く食べ物も美味しくないという印象を持っていました。しかし先輩は、素晴らしい国で海外初心者には良い国だという話をしていました。



旅行当日は、期待と不安とが入り混じった感じと、人生で初めて飛行機にも乗るというおまけつきで、搭乗してから離陸まで手の汗が凄かったのを覚えています。成田空港を飛び立ち、約8時間のフライトでタイの首都バンコクの国際空港に到着しました。フライトの途中で3回ぐらい食事が出て、初めての機内食に感動したことと、雲の上からの景色や飛行機の窓から見える景色がすばらしかったです。

旅行初日は、バンコクの国際空港からタイの国内線に乗り換えて、タイ第2の都市と言われているチェンマイへ行きました。夕方チェン

マイへ着くとタイ人のツアーコンダクターが待っていてくれて、夕食の予定について「タイ舞踊を見ながらの夕食になります。」とつたない日本語で説明してくれました。さらに、嬉しそうに夕食の内容について、「バナナの天ぷらと鶏のから揚げになりますよ。」というので、私の中で先入観だけが先行して、バナナを天ぷらにするなんて信じられないし、食べたくないという不安でいっぱいになりました。



車で夕食会場に着き、指定された場所に座り「これは旅行だから無理に食べなくてもいい」と自分に言い聞かせていると、タイ舞踊の服装をしたタイ人の女性がバナナの天ぷらを運んで来てくれました。実際に料理が出てきて、バナナが天ぷらになっているのがわかりました。

先輩職員や同僚は美味しそうに食べていたので、食べたくないという気持ちでいっぱいでしたが、一口だけでも旅の思い出に食べてみるかと思い食べました。しかし、食べてみると今まで食べたことのない想像を超える美味しさで、驚きと感動でいっぱいになりました。また、同時にタイ舞踊がおいしさを引き立ててくれました。



私にとっては「衝撃的な出来事」で、バナナを揚げて食べるということは人生で初めてで、旅行後の現在もバナナを揚げて食べたのはこの一回だけで、いつかまた食べてみたいと思っています。その後は世界遺産であるスコタイ遺跡を見学し、バンコクに戻って日本へ帰国しましたが、旅行をしてから私のタイへのイメージは刷新されて、全く違うイメージに変わりました。

今まで「先入観」から、色々なことを見たり感じたりすることができなかったり、思っていたことと違ったりしたことがあったかも知れないと思った瞬間でした。現在は、インターネット等で情報を得ることが容易にできる時代です。私が旅行をした当時は、ガイドブックを買ってその国の情報を収集しましたが、今ならその必要もないかも知れません。世界中で今起きていることや、様々な情報もインターネット等をとおして得ることができますが、あまり「先入観」を持たず視野を広げていけたらいいなと感じています。

また、この旅行がきっかけで世界遺産に興味を持つようになり世界遺産検定2級を取得することができました。皆さんも先入観を持たずに是非検索してみてください。

今回は、茅野市東部サービスセンター両角卓真さんにバトンを渡しますのでよろしくお願いします。

リレー随想は、地域のネットワークづくりのために皆さんに御協力いただいています。前の方からお声が掛かりましたらぜひお引き受けいただき、20日までに原稿（内容・字数等 お任せします）をオアシス野溝までお送りください。そして次の方をお願いをしていただければと思います。

このオアシス通信は就労移行支援事業所SAKURA岡谷センターの利用者様が研修の一環として作成しています



■ 5月の日程（自立支援協議会、オアシス）

5月 9日（月）	9：30	運営委員会
5月 10日（火）	15：00	医療的ケア部会
5月 11日（水）	13：30	地域生活支援部
5月 12日（木）	13：30	就労支援部会
5月 31日（火）	13：30	全体会

■ オアシス情報 オアシスの新しいスタッフです

4月から協議会事務として勤務させていただいております中村八千です。1ヶ月ほど業務に携わる中で、多くの事業所や支援者の皆さんが連携して、誰もが暮らしやすい地域づくりに取り組んでいることを知りました。福祉分野は経験がなく初めてのことがたくさんありますが、早く仕事に慣れ、少しでもお役に立てるよう頑張りたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

