

## ◆ 自立支援協議会 人材育成委員会主催の 新任職員研修会が開催されました！

2月21日に23名が参加し、令和元年度の新任職員研修が行われました！



午前には参加者による事業所紹介や、障がい児・者の福祉サービスの概要を学びました。

午後は3つの分散会にわかれ、それぞれ

①働く心構え「きづいて」「きずく」働く姿勢

②ご本人を大切にす支援

～「けんりようご」を考えよう～

③障がいの基本情報 ～障がいて何？～

のテーマごとに学び、報告し合いました。

様々な年代の方が集まり、諏訪地域の福祉について新たな気づきや情報を得ることができました。



## ■2月の自立支援協議会報告

### 療育支援部会 13日（木）

- ・『ライフステージ別・内容別 相談先一覧表』の更新と周知の仕方の検討
- ・今年度の振り返りと来年度の計画
- ・次年度の役員選出

### 就労支援部会 18日（火）

- ・今年度の振り返り
- ・次年度の部会運営と部会名称の変更に関する検討

### 地域生活支援部会 19日（水）

- ・通勤、通所における移動の課題解決WG、災害福祉支援WG、共生型サービス勉強会、サビ管連絡会、移動支援・タイムケア単価の検討、それぞれの報告
- ・防災についての検討の場について協議
- ・今年度の振り返りと来年度の計画
- ・次年度の役員選出

### 相談支援部会 26日（水）

- ・地域相談WGの報告と提言（精神障がい者を支える地域包括システムの検討の場を協議会に設置してほしい）について協議
- ・障害児相談終了後の対応について、インタークシートの使い方と内容について協議
- ・今年度の振り返りと次年度の課題について協議

## 権利擁護部会 28日(金)

- ・運営委員会、今後の部会について、成年後見支援センター、長野県権利擁護部会、平成30年度市町村障がい者虐待対応件数それぞれ報告
- ・虐待通報後の市町村対応への要望について検討
- ・差別解消WG：差別・合理的配慮のアンケート回収の状況について、研修WG：成年後見利用促進の研修について、事例検討WG：今後について、それぞれ検討

## ■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。ご了承ください。**

## ♣ Light It Up Blue ちの2020 ひろがれ！青い光が繋げるころ

いろいろな個性を持つ人たちが「まぜこぜ」にいる社会。「違い」にふれて認め合い  
広く ゆるく つながっていく。

そんな想いを込めて茅野市民館を青い光でライトアップします。



4月2日(木) 18:30 ~ 22:00  
4月3日(金) ~ 4月5日(日) 19:00 ~ 22:00

### 関連企画

3月15日(日) ~ 4月11日(土) 9:00 ~ 22:00  
火曜休館

“つながる” パネル展示

茅野市民館 スロープ

発達障がいで  
なんだろう？

## ★お知らせ

開催予定でした下記の関連企画は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、【延期】【中止】にいたします。楽しみにされていた皆様には心よりお詫び申し上げます。どうぞご了承ください。

【延期】 4月5日(日)

映画『道草』上映&トークセッション

【中止】 4月2日(木)

「みんなで奏でるリズム！」&

まぜこぜアートワーク「羽ばたけ！カラフルドローイング！！」



問合せ 茅野市民館  
茅野市塚原一丁目1番1号

Tel 0266-82-8222 Fax 0266-82-8223

## ♣ 障がい者職業訓練 訓練生募集

### \* e-ラーニングコース 在宅就労と Web 制作科

訓練期間 4月21日(火)～7月17日(金) 土・日・祝日は休講

訓練時間 10:00～16:00

訓練場所 訓練生の自宅 月に1度程度のスクーリングがあります。

※障がい特性等からスクーリングが困難な場合は訪問指導により実施することも可能です。

募集期間 2月26日(水)～4月1日(水)

募集定員 5名

受講料 テキスト代 4,268円(税込)

応募資格 ・職業訓練施設への通所または集合訓練が困難な障がい者で、3ヶ月間安定して受講できる方

・障がい者で公共職業安定所に求職登録している方

・Windows パソコンの基本的な操作ができる方

※選考面接時、ご自宅で在宅講師との TV 会議面接、およびスキル確認テスト(筆記+実技)を実施します。

※受講するためには Windows パソコンとインターネット回線が必要です。

面接日 4月7日(火) ※日時は応募者ごとに調整、場所は応募者自宅

訓練内容については  
こちらをご確認ください。

訓練内容		Training Contents
訓練科目 目標とする職種	Web 制作科(職種)と在宅就労。一人での職業生活のスキル向上を目指す。在宅勤務の環境づくりや生活リズムの調整、生活習慣の改善などについて学ぶ。Web 制作科(職種)と在宅就労に関するスキル向上を目指す。在宅勤務の環境づくりや生活リズムの調整、生活習慣の改善などについて学ぶ。	
科目	科目の内容	訓練時間
パソコン・インターネット活用 基礎講座	パソコンの基本的な操作、インターネットの活用、メールの作成、ファイルの保存などについて学ぶ。	28h
Web制作 基礎	HTML、CSSの基礎を学習し、簡単なWebページの制作ができるようになる。	130h
Web制作 応用	WordPressのインストールと設定、記事の作成、テーマのインストールなどについて学ぶ。	123h
就職準備 (スクーリング)	面接の練習、履歴書の作成、面接の準備などについて学ぶ。	6h
安全衛生	職業安全衛生に関する基礎知識について学ぶ。	1h
キャリアデザイン	職業生活に関する基礎知識について学ぶ。	1h
セルフアセスメント	自己評価に関する基礎知識について学ぶ。	9h

<b>必修科目</b> インターネット活用基礎講座、Web制作科(職種)、パソコン活用基礎講座、在宅勤務環境づくり講座、生活リズム調整講座、面接準備講座、就職準備講座、安全衛生、キャリアデザイン、セルフアセスメント。	
<b>お問い合わせ先</b> 長野技術専門学校 〒388-8811 長野市篠ノ井布施五明 3537 TEL 026-292-2341	

応募方法 受講申込書を住所地を管轄している公共職業安定所へ提出してください。

申込書は公共職業安定所にあります。

問合せ 長野技術専門学校 長野市篠ノ井布施五明 3537  
Tel 026-292-2341

## ♣ 「どこでもスポーツ・運動教室」令和2年度サンスポートまつもと出張スポーツ教室

中信地域の障がい者支援施設・団体を対象に、希望する地域・施設へ指導員が出向きます。スポーツ技術の向上、活動の継続、健康の維持・増進を図るために、スポーツ・運動の指導支援を行い、皆様のスポーツ活動や運動支援をお手伝いします。

実施期間 令和2年4月から令和3年3月まで

日時 依頼団体の希望日から調整を行い、日時を決定します。

対象者 中信地域 及び 諏訪圏域の障がい者支援施設・団体等

実施回数 1施設あたり 月1回まで

会場 依頼団体側で場所を準備してください。場所の準備が困難な場合は相談に応じます。【例：施設内、体育館、プール、公民館など】

内 容 時間：1 時間程度  
種目：①レクリエーションスポーツ指導を中心とします  
②水泳、バレーボール、バドミントン、卓球、サッカー、フライング  
ディスク、ポッチャなど、既存のスポーツ  
人員：5～30 名程度  
指導・支援体制：1～3 名で指導・支援  
申込方法 実施したい月の前月の 15 日までに別紙申込用紙により申し込んでください。  
その他 教室受講料（指導料・交通費）は無料です。施設使用料は各団体の負担となります。  
問合せ 障がい者スポーツ支援センター松本「サンスポートまつもと」  
松本市梓川梓 2288 番地 3 松本市役所梓川支所内 2 階  
Tel 0263-88-6826 Fax 0263-88-6836  
Mail [sunmatsu@mx2.avis.ne.jp](mailto:sunmatsu@mx2.avis.ne.jp) 担当：柴山・井之下

### ♣ 令和 2 年度 サンスポート駒ヶ根 出張スポーツ・運動教室（I 期）

指導員が、みなさまの施設や団体にお伺いして「スポーツ・運動教室」を行います。  
「健康の維持・管理」はもとより「効果的な運動方法」や「みんなで楽しめるレクリエーション」などのご要望・ご相談に応じ、皆様の日頃のスポーツ活動をお手伝いします。

#### I 期 令和 2 年 4 月 から 8 月末まで

日 時 平日（祝日を除く 月・火・木・金） 1 回 60 分程度  
【月・木】 10：00～12：00  
【火・金】 10：00～17：00

回 数 ご相談に応じます。（新規の施設・団体優先）

費 用 無料

会 場 依頼団体側で場所を準備してください。場所の準備が困難な場合は相談に応じます。  
（例：施設内、体育館、プール、公民館など）

対 象 南信・木曽地域の障がい者支援施設及び障がい者団体

内 容 音楽を使った体操、ストレッチ、ボール運動、レクリエーションスポーツなど。  
\*各種既存スポーツ（水泳・サッカー・ポッチャなど）の指導についてはご相談  
ください。

\*職員、介助者を対象とした研修会の相談にも応じます。

受付期間 2 月 20 日（木）～3 月 20 日（金）

備 考 サンスポート駒ヶ根では、スポーツ傷害保険等の加入は行っていません。  
必要に応じて各施設・団体でご加入ください。

申込み・問合せ 障がい者スポーツ支援センター駒ヶ根「サンスポート駒ヶ根」  
駒ヶ根市赤穂 1694 長野県看護大学プール棟  
Tel&Fax 0265-82-2901 担当：吉田・石村  
E-mail [ks2sport@mx2.avis.ne.jp](mailto:ks2sport@mx2.avis.ne.jp)

## ♣ 令和2年度 サンスポート駒ケ根 サポートスタッフ講習会

サンスポート駒ケ根は、南信地域の障がいのある方の運動やスポーツをサポートする活動を行っています。この講習会は、サンスポート駒ケ根の活動を支援していただける方、障がいのある方のスポーツや運動に興味のある方を対象に開催します。

4月25日(土) 12:00 ~ 15:00 受付 11:45 ~

会場 宮田村民会館第3研修室 宮田村 6771  
宮田村体育センター 宮田村 7021

対象者 障がいのある方のスポーツ支援事業、ボランティア活動、サンスポート駒ケ根の事業に興味があり、事業に賛同していただける方

\*原則として高校生以上の方(障がいの有無や資格の有無は問いません)

定員 15名程度

参加費 無料

講習内容

- ① 令和2年度サンスポート駒ケ根の活動紹介、サポートスタッフ登録制度について
- ② 障がいのある方と一緒にスポーツを楽しむためのサポート方法、関わりについて  
\*14時頃から「スポーツクラブ」に参加し、障がいのある方と一緒に活動します。

持ち物 運動のできる服装・上履き(運動靴)

募集期間 3月1日(日) ~ 4月12日(日)

申込み・問合せ 所定の用紙にご記入の上、お申込みください。郵送、電話、FAX、Eメールでも受け付けます。

障がい者スポーツ支援センター駒ケ根「サンスポート駒ケ根」 担当：吉田・石村  
駒ケ根市赤穂 1694 長野県看護大学プール棟内  
Tel & Fax 0265-82-2901  
E-mail ks2sport@mx2.avis.ne.jp



## ♣ 信濃レッドスターズ メンバー大募集

佐久市を拠点に練習しています。ハンディがあっても全力で楽しく野球をしています。一緒に野球をしませんか？

信濃レッドスターズ メンバー大募集

佐久市を拠点に練習しています！ハンディがあっても全力で楽しく野球をしています。一緒に野球をしませんか？

練習場所 佐久市美笹グラウンド  
練習日 月2~3回 日曜日  
時間 PM 13:00 ~  
持ち物 グローブ、飲み物  
年会費 1万円 (スポーツ保険加入 大会参加費含む)  
参加条件 【身体障害者手帳】をお持ちの方  
年齢・性別 原則として練習場に自力で行くことのできる年齢 男女問いません

申込み・問合せ 興味のある方はお電話・Eメールにご連絡ください。申込郵送の方は住所をお伝えします。

練習場所 佐久市美笹グラウンド

練習日 月2~3回 日曜日

\*状況により変更になる場合もあります。\*

時間 PM 13:00 ~

持ち物 グローブ、飲み物

年会費 1万円 (スポーツ保険加入 大会参加費含む)

参加条件 【身体障害者手帳】をお持ちの方  
障害者野球に興味のある方

年齢・性別 原則として練習場に自力で行くことのできる年齢  
男女問いません

申込み・問合せ 興味のある方はお電話・Eメールにご連絡  
ください。申込郵送の方は住所をお伝えします。

浜 Tel 080-6936-5535 Mail yu-hi.sa@docomo.ne.jp  
佐藤 Tel 090-7258-8517 Mail kenkichi.reo@ezweb.ne.jp

### ♣ 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？

3月15日(日) 13:30~16:30

会場 塩尻市市民交流センターえんぱーく 2F 会議室 202  
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(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(会場費・運営費として)  
申込み・問合せ

任意団体 うつリカバリーエンジン 代表 長谷川  
Tel 090-4823-7494  
メール garagetalk@u2recovery.org  
ホームページ <https://u2recovery.org>

The poster is titled "ガレージとーく 第70回ミーティング" (Garage Talk 70th Meeting). The main theme is "うつ病で、語る、つながるミーティング" (Meeting to talk and connect with depression). It lists the date as 2020.3.15 (Sun) 13:30-16:30 at the Salt Lake City Citizens Exchange Center. The target audience is anyone with depressive symptoms, and the fee is 500 yen. It includes a QR code for registration and a list of topics: "仕事や生活の変化がつかない", "仕事や生活の悩みも解決しない", "寝る手帳や寝る生活について知りたい", and "服用している薬の効果は?". At the bottom, it provides contact information for "うつリカバリーエンジン" (U2 Recovery Engine) with phone, email, and website details.

### ■お知らせ

#### ♣ 諏訪圏域精神障がい者情報ネットワーク会議

2月19日(水)いきいき元気館にて諏訪圏域精神障がい者ネットワーク会議が行われました。  
年に4~5回実施しており、毎回約10名で支援についての悩み、事業所の動向など意見交換  
をしています。  
来年度も開催しますので、皆様の参加をお待ちしております。

次回の開催予定日 4月20日(月) 16:00より

場所 諏訪赤十字病院 新棟4階カンファレンスルーム



### ■リレーすいそう 第80回

『花田養護学校での6年間を振り返って』

【花田養護学校 深見 和義さん】

花田養護学校に赴任し、今年度で6年目となりました。所属は赴任してから6年間ずっと高等部でお世話になっています。

赴任してから4年間は担任として生徒と学習し生活してきました。どんな学習が目の子どもたちにとってよりよいものなのか、部内の先生方と話し合い実践してきました。「子どもたちがいきいきと活動する姿」に喜び、「表情がイマイチな姿」に反省、を繰り返す日々。あっといふ間の4年間であり、また、子どもたちに「教える」というよりも「教えてもらう」「共に学ぶ」ということのほうが遙かに多いなということ振り返るといつも感じます。

昨年度からは進路指導主事として、本校児童生徒の進路支援を中心に行う形で取り組ませてもらっています。それこそ自分がこの仕事にかかわることで、現場実習の情報提供や調整、生徒や家族を支援して下さる方々とのつながりをつけていくこと、支援会議の調整や卒後支援など、在籍している（卒業後も含めて）すべての子どもたち（卒業生たち）にそれらを行っていることを知り、花田や前任校の特別支援学校も含めて進路指導主事の先生方にとてもきめ細やかに支えていただいていたんだなと実感しました。そうやって支えていただけてきた分、今度は自分がそれらを役割としてしっかりとおこなっていかなくてはならないと日々感じています。そのために、各圏域の相談支援センターの皆様、行政の皆様、各特別支援学校の進路指導主事の先生方に学ばせていただいています。

今後も成果と反省を生かし、支えていただいている皆様とのつながりを大切にしていきながら取り組んでいきたいと思えます。

### ■3月の日程（自立支援協議会、オアシス）

3月27日（金） 9：30～ 運営委員会

### ■オアシスたいむ 73 『マスクがない！！』

薬局などの店頭でマスクがない状態が続いています。

そこで・・・

マスクを自分で作った という話を聞き、見よう見まねで作ってみました。

衛生的に大丈夫？ ウイルスや花粉は防げるの？ 等々の意見もありますが、着け心地は やわらかで快適です。

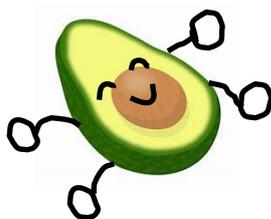


### アボカド成長記



冬を乗り越え、順調に成長しています。

新たな芽も育ち始めています。



春は もうすぐ かな ♫♪