



第88号 2020.10.5
 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

■ 9月の自立支援協議会報告

- *就労支援部会 16日(水)
 - ・コロナ禍での事業所の取り組みや就労アセスメントの検討
- *療育支援部会 18日(金)
 - ・特別支援学校の紹介発表
 - ・発達障がいサポートマネージャーによるミニ講座



■ イベント情報

(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感染症拡大防止のため、中止や延期になる場合があります。

♣ 第23回 長野県障がい者文化芸術祭 in ながの

ウェブサイト作品展・川柳展

【作品展】

県内の障がいのある皆様から応募のあった、絵画・手芸・工芸・書道・写真および文芸合わせて6部門の作品を展示します。

【川柳展】

県民の皆様から募った魅力溢れる川柳を展示します。

掲載開始は10月中旬予定！！

第23回長野県障がい者文化芸術祭 **検索**

【問合せ】

長野県障がい者福祉センター サンアップル
 〒381-0008 長野市下駒沢586
 TEL 026-295-3111
 FAX 026-295-3511
 MAIL sunapple@avis.ne.jp

♣ 2020年度 諏訪特別支援教育研究会 研修会
「偉星人の視る世界～自閉症の子育てを通して～」

発達障がい当事者の思いや感覚について、当事者のご家族というお立場からご講演いただきます。成長し大人になっていく子どもたちのために、今、何が求められているのかを、それぞれの立場からともに学び考えるよい機会です。ぜひ参加してみませんか。

【講師】

三井ひかり先生

【日時】

10月17日(土) 13:30～15:00 受付13:00～

【場所】

諏訪市総合福祉センター いきいき元気館「交流ひろば」
諏訪市小和田19-3

【対象】

どなたでも

【駐車場】

いきいき元気館の駐車場、奥から詰めてご利用ください。

【問合せ】

諏訪特別支援教育研究会事務局

諏訪市立湖南小学校 平林さとみ

TEL 0266-52-1844

FAX 0266-53-4586

お申込のお問い合わせは10月9日(金)までをお願いします。

2020年度 諏訪特別支援教育研究会 研修会

「偉星人の視る世界～自閉症の子育てを通して～」

諏訪特別支援教育研究会会長(諏訪養護学校長) 中原 直樹
発達障がいの当事者の思いや感覚について、当事者のご家族というお立場からご講演いただきます。その子の言動や思いをどう理解し、どのようにかわかっていったらよいのかを、一緒に考えてみたいと思います。成長し大人になっていく子どもたちのために、今、何が求められているのかを、それぞれの立場からともに学び考えるよい機会です。ぜひ参加してみませんか。



講師 三井 ひかり 先生

日時 10月17日(土) 13時30分～15時 受付13時～

場所 諏訪市総合福祉センター

いきいき元気館「交流ひろば」

諏訪市小和田19-3



対象 どなたでも

講師 三井ひかり先生のご紹介
諏訪在住。3人のお子さんを持つお母さん。昨年度までは、下諏訪特別支援委員会に所属し、教育相談などの業務に当たられました。本年度から、長野県特別支援学校の講師として高等部を担当し、養護学校の子どもの通学、音楽教育、日常生活の指導や自立活動を通して日々関わり合っています。東京芸術大学大学院音楽科修了。二期会会員。ドイツリート・日本歌謡・イタリア歌曲を主体に、オペラ、コンサートなどで活動。子どものためのコンサートなども企画、出演されています。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、体調のすぐれない方は、当日の参加をお控えください。マスクを着用ください。なお、会場状況によりましては、開催を中止させていただく場合がございます。ご了承ください。

★駐車場について：いきいき元気館の駐車場、奥から詰めてご利用ください。

お問い合わせ 諏訪特別支援教育研究会事務局 諏訪市立湖南小学校 平林さとみ
TEL0266-52-1844 FAX0266-53-4586

FAX送信票(貼不要)
諏訪特別支援教育研究会事務局 諏訪市立湖南小学校 平林さとみ宛
FAX番号 0266-53-4586

諏訪特別支援教育研究会講演会「偉星人の視る世界」参加申込書

| | | |
|-----|-----|----|
| 参加者 | お名前 | 所属 |
| | お名前 | 所属 |

*10月9日(金)までにお送りください。



♣ 障がい者と企業をつなぐ ZOOMで開催 WEB合同説明会

自分の不安な気持ちを、応募検討している企業担当者に直接相談できるチャンス！実際に働く際の仕事内容や職場の様子など聞くことができます。

【日にち】

10月14日(水) 15日(木) 23日(金)
11月5日(木) 6日(金)

【予約制】

参加には事前エントリーが必要です
10月1日(木)より申し込み受付中

【出会うの場】

オンラインでの会場では、企業担当者と求職者と運営スタッフが同席。ご希望があれば支援者の方もご同席ができます。

障がい者と企業をつなぐ ZOOMで開催 WEB合同説明会

参加無料 50社枠あります！ 申し込み必須 受付開始

10/14・15・23・11/5・6

1日10社(1社4名様)参加予定 参加企業や時間はホームページでご確認ください

参加には事前エントリーが必要です

自分の不安な気持ちを、応募検討している企業担当者に直接相談できるチャンス！実際に働く際の仕事内容や職場の様子など聞くことができます。

参加の流れ

① HPから相談内容や簡単なプロフィールを入力して事前エントリー
② 事務局からZOOMの招待メールが届きます
③ 当日指定時間になったら招待メールに記載のURLよりZOOMに参加して下さい

出会うの場①
オンラインでの会場では、企業担当者と求職者と運営スタッフが同席。ご希望があれば支援者の方もご同席ができます。

出会うの場②
自宅or支援機関・学校

アクセスポイント
企業担当者と求職者が同席するZOOMミーティングに参加するためのURLとパスワードを招待メールに記載いたします。

※詳細はHPにてご確認ください。自宅にネット環境がない方でもエントリーが可能です。ご不明な点は事務局にお問い合わせください。

主催 長野県産業労働部労働雇用課
協賛 株式会社総合キャリアトラスト
TEL: 026-403-2271 FAX: 026-241-3919

【エントリーから参加の流れ】

- ① HPから相談内容や簡単なプロフィールを入力して事前エントリーして下さい。
- ② 事務局からZOOMの招待メールが届きます。
- ③ 当日指定時間になったら招待メールに記載のURLよりZOOMに参加して下さい。
詳細はHPにてご確認ください。自宅にネット環境がない方でもエントリーが可能です。
ご不明な点は事務局にお問い合わせください。

【申込み/問合せ】

事務局(委託)株式会社総合キャリアトラスト
<http://nagano-navi.jp>
 長野県長野市三輪荒屋1180-7 第二西沢ビル2F
 TEL: 026-403-2271
 FAX: 026-241-3919
 E-Mail: nagano_syougaisyasien@socat.jp

こちらのQRコードからもエントリーできます→



♣ 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』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「支える」を意味するサポートを合わせた言葉で、同じ病気の人などが課題や悩みを共有し、支え合う取り組みです。『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、繋がりが癒しを感じてみませんか？

【日時】

10月18日(日) 13:30~16:30

【会場】

ZOOMを使用したオンライン開催

【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(先着順)

【参加費】

500円

(PEATIXサイトからの事前決済)

【申込み】

サイトにてチケットを購入してください。

<http://ptix.at/TUbHTG>

こちらのQRコードからも申込みできます↓



【問合せ】

任意団体NPO 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

日中は電話に出られないことが多いので、留守番電話もしくはメールにてご連絡ください

ガレージとーく 第77回ミーティング

うつ病で、語る、つながるミーティング

●日時: 2020.10.18(日) 13:30~16:30
●会場: Zoomアプリを使用したオンライン開催
●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(先着順) <http://ptix.at/TUbHTG>
●参加費: 500円 (Peatixサイトからの事前決済)
●参加申込: サイトにてチケットを購入してください

『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「支える」を意味するサポートを合わせた言葉で、同じ病気の人などが課題や悩みを共有し、支え合う取り組みです。『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、繋がりが癒しを感じてみませんか？

秋の気配を感じて落ち込む
病気があっても働きたい!
自分の経験が誰かの役に立つかも
体調管理の方法が気になる

任意団体NPO 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
日中は電話に出られないことが多いので、留守番電話もしくはメールにてご連絡ください

うつリカバリーエンジン
うつ病からの回復支援: うつ病・うつ病リカバリーも力強い支援するエンジン
ガレージとーく 戸塚西

■ リレーずいそう 第87回

【オアシス 大澤英恵】

皆様には協議会を始め個別ケースでも大変お世話になっております。最近では ZOOM での会議も増え不慣れな中、皆様のご協力大変感謝しております。

リレーずいそうもついに自分の番が回って来てしまいました。何を書いたら良いのか悩みましたが、私が今までの人生の中で唯一夢中になった卓球の話をしたと思います。

中学生の時に本格的に始めた卓球ですが、当初は楽しくて夢中で打ち込んでいました。気が付くと県の強化選手にも選んでいただき、高校も卓球の強い高校に進み毎日きつい、苦しい練習に打ち込んでいました。

朝は始発の電車で練習に行き、授業が始まるとフェイスタオルを机に敷き爆睡（良い子はマネしないでね♪）夕方までしっかり休息を取った私は夕方から終電の電車まで練習をして、帰った後も家の周りをランニング、素振りと今の私には考えられない位、ストイックに取り組んでいました。その頃の私は既に楽しいとか面白いという気持ちはなくなり、とにかく強くなって勝たなくてはいけないという気持ち一心だったと思います。長期の休みになると東北～関西までの高校や大学に出向き色々な方と練習をさせて頂きました。努力や根性、沢山泣いた奴が強くなれるんだ。なんて暑苦しい言葉を全身に纏い練習してきたように思います。社会人になってからは企業のクラブチームに所属し、岡谷市役所の卓球部の方にもお世話になりました。

そして、今の私ですが卓球から離れてうん十年という月日が経ち、今ではすっかり職場と家の往復だけになってしまいました。

何かに打ち込んでいる人、これが好きと言える人にお会いすると素敵で格好良くて、また羨ましくも思います。卓球始めてみようかなとも思ったりもしますが、言い訳ばかりでなかなか始められていません。昔の様に熱い思いもすっかり無くなりましたが、そんな熱い思いが無くても楽しく何かに打ち込めるものがあれば楽しいだろうなとも思います。もし良ければ皆様のこんなことやってみると楽しいよ。というものがあれば是非教えて下さい。

また、卓球やってもいいよ。という方もお待ちしております。



最後に日々の仕事に追われる中、私の癒しになっている愛猫の『あお』を紹介します。

息子が高校生の時に勝手に拾って来て、勝手に置いていった猫です。

チャームポイントぼちゃぼちゃしたお腹です。



次回 オアシス 笠原久美子さんにバトンタッチです！！

■ 10月の日程（自立支援協議会、オアシス）

- 10月 5日（月） 13：30 相談支援部会
- 10月 7日（水） 13：30 運営委員会
- 10月 12日（月） 13：30 発達障がいデイケア
- 10月 22日（木） 13：30 自立支援協議会全体会議
- 10月 26日（月） 13：30 発達障がいデイケア

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



■ オアシスたいむ80『秋といえば。』

涼しい日が続いています。なんだかいきなり秋がやってきましたね。
富士山の山頂にも雪が…。どうりで朝晩も寒くなるわけです。

芸術の秋、食欲の秋、読書の秋、たくさんの楽しみ方がありそうです。
わたしは、鈴虫の音色に合わせて、最近夢中のフラダンスでも踊ろうかしら。
皆さんも素敵な秋をお過ごしくださいませ。

