

オアシス つらしん

第98号 2021. 8. 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

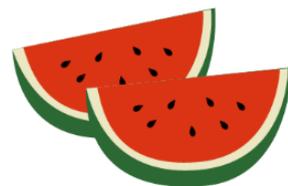
■ 7月の自立支援協議会報告

*療育支援部会 6日(火)

- ・スキルアップ研修について
- ・「諏訪圏域保育園・幼稚園・学校における関係機関の連携等に関する調査」についてグループワーク

*就労支援部会 27日(火)

- ・就労アセスメント検討会の進捗状況報告
- ・圏域内の在宅訓練での情報交換
- ・働く(はたらく)アンケートより意見交換



■ 研修会・研究会・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。

Light it Blue ちの2021 ~ひろがれ! 青い光がつなげるころ~

♣ 関連企画 映画『道草』上映・トーク会 この街で暮らす 道草

【日時】8月29日(日) 13:00開場 13:30開始

【場所】茅野市民館 マルチホール

【料金】無料※事前にお申込みください

※感染状況によってはZOOMに変更ができますので、
申込時にご相談ください。

※質問はZOOMのチャットをお使いください。

【オンライン配信】ご来場いただけない方に向けて、

映画とトークそれぞれのオンライン配信も行います。
お手持ちのPC・タブレット・スマートフォンなどで
ご視聴ください。

【申込み・問合せ】茅野市民館 長野県茅野市塚原1丁目1番1号

TEL 0266-82-8222

FAX 0266-82-8223



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】8月13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を使用してのハイブリット形式にて開催）

【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（申込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）

【その他】新型コロナウイルスの感染拡大状況により、
ZOOMでの開催へ変更する場合があります

【参加申込】下記のアドレスからチケットを購入してください

<https://garagetalk87.peatix.com/>

【問合せ】任意団体NPO うつ리카バリーエンジン

TEL 090-4823-7494（代表：長谷川）

MAIL garagetalk@u2recovery.org

HP <https://u2recovery.org>

『ガラージトーク』ってどんなところ？

「ピアサポート」とは、「仲間」といって同じ悩みや不安を抱えている人同士が互いに支えあうこと。うつ病の自覚がある人同士が互いに支えあうこと。ピアサポートの場では、参加者同士が互いに支えあうことで、悩みや不安を共有し、癒しを感じていきます。

休み明けに仕事へ行くのがつらい
職場の人間関係に悩んでいる
食欲がない
寝れない
寝たきり
「やる気」は？

任意団体NPO うつ리카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>

♣ 令和3年度 サンスポート駒ヶ根 出張スポーツ・運動教室（Ⅱ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！

【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

【実施期間】9月から12月末まで

【日時】（月・木）10:00～12:00
（火・金）10:00～17:00

【費用】無料

【会場】依頼団体側で会場を準備してください。会場の準備が困難な場合は相談に応じます

【内容】60分程度（相談に応じます）ストレッチ、音楽体操、レクリエーションなど
（細かな内容、上記にない内容をご相談ください。）

30名程度まで（ソーシャルディスタンスを保てる人数とする）

【申込み受付期間】7月15日（木）から8月19日（木）まで

【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」担当 柴山・吉田

電話・FAX：0265-82-2901 MAIL：ks2sport@mx2.avis.ne.jp



令和3年度 サンスポート駒ケ根 II期スポーツ教室

♣ サッカー教室 in 上伊那/in 下伊那

～初心者から経験者まで、サッカーを楽しみたい方集まれ！～

○サッカー教室 in 上伊那

【対象者】障がいのある方（小学生以上）

【曜日】土曜日

【時間】10:00～11:30

【定員】15人

【日程】9月4日 / 9月11日 / 9月25日 / 10月23日

【会場】長野県伊那養護学校グラウンド（住所：伊那市西箕輪8274）

（雨天時：伊那養護学校体育館で実施、または中止）



○サッカー教室 in 下伊那

【対象者】障がいのある方（小学生以上）

【曜日】日曜日

【時間】13:30～15:00

【定員】10人

【日程】8月29日 / 9月5日 / 9月12日 / 9月26日

【会場】喬木村多機能型施設「みんなの広場アスポ」フットサルコート

（住所：長野県下伊那郡喬木村6695-1）



【募集期間】7月15日（木）～8月21日（土）

【問合せ】〒399-4117 駒ケ根市赤穂1694 長野県看護大学プール棟内

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 柴山・吉田

電話・FAX：0265-82-2901 MAIL：ks2sport@mx2.avis.ne.jp

令和3年度サンスポートまつもと

♣ ジュニア車いすバスケットボール体験教室

【会場】	【日程】	【時間】
松本市芝沢体育館	9月12日（日）	10:30～12:30
松本市芳川体育館	10月24日（日）	10:00～12:00

【対象】 下肢に障がいのある方（小学生～高校生）

【定員】 10名

【参加費】 無料

【募集期間】 令和3年7月20日（火）～8月31日（火）



【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」
 〒390-1702 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 (担当 矢崎・井之下)

♣ 令和3年度 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・会場・体験会】

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	体験会	日にち	体験会
9月18日(土)	ボッチャ交流戦	9月19日(日)	テニス室内クッブ
10月30日(土)	卓球交流戦	10月31日(日)	テニス
11月20日(土)	未定	11月21日(日)	卓球交流戦
12月18日(土)	ニュースポーツ体験会	12月19日(日)	囲碁ボール交流戦

<上伊那> 駒ケ根市農業者トレーニングセンター

〒399-4117 駒ケ根市赤穂14616番地5

<下伊那> 喬木村中央公民館

〒395-1100 下伊那郡喬木村5797

※会場・日時は変更される場合がありますので、必ず日程をご確認の上、会場までお越しく下さい。
 (決まり次第、ホームページ上に記載いたします)

【定員】 35名程度(介助者、家族、関係者含む) ※新規優先

【参加費】 無料

【持ち物】 運動しやすい服装、上履き、マスク、飲み物など

【当日の連絡先】 090-2557-8824



令和3年度障がい者向け職業訓練（2か月）訓練生募集

♣ 初心者のための事務入門科

就労に必要なビジネスマナーやコミュニケーション、パソコン、クラウドツールの基礎を習得するコースです。事務職の補助として働くイメージを持てるようにし、テレワーク対応も可能なスキルを身に付けます。

ビジネスに必要な書類（チラシやプレゼン資料含む）作成のための技術を学びます。

【受講料】 無料 ※テキスト代などは自己負担です

【訓練期間】 10月6日（水）～12月3日（金） 9：30～14：45

【募集期間】 7月12日（月）～9月13日（月）

「受講申込書」をあなたが求職申込しているハローワークに提出してください。

【受講対象者】 訓練会場にはエレベーターがないため、2階の教室まで階段利用できる方。

【定員】 6名

【入校選考・訓練会場】 株式会社コミュニケーションズ・アイ
松本市筑摩一丁目11番20号 上條ビル2階

【自己負担予定額】 教科書代 5,456（税込）
資格試験料 4,200円（税込・任意）
職業訓練生総合保険料 2,400円（税込・任意）

【問合せ】 長野県松本技術専門学校 松本市寿北7丁目16番1号
TEL 0263-58-3158
FAX 0263-85-1412
URL <https://www.pref.nagano.lg.jp/matsugisen/>
MAIL shogai-matsugi@pref.nagano.lg.jp

【申し込み】（あなたの住所を管轄するハローワーク）
ハローワーク 諏訪 TEL 0266-58-8609
ハローワーク 岡谷出張所 TEL 0266-23-8609



♣ 第24回長野県障がい者文化芸術祭

○作品募集

【日時】 9月18日（土）・19日（日）

【募集作品】 絵画、手芸、工芸、書道、写真、文芸の6部門

【応募方法】 文芸部門を除く5部門はお住まいの市町村障がい福祉担当課まで提出してください。

文芸部門は実行委員会事務局あてに郵送FAX等にてご応募下さい。

【問合せ】 「WEB展示会」ホームページまたはお住まいの市町村障がい福祉担当課に募集次項がありますので、そちらでご確認いただくか、実行委員会事務局までお問い合わせください。

【応募締切り】 文芸を除く5部門 8月6日(金)
文芸部門 8月31日(火)



○川柳募集

【課題テーマ】「信州の川のある風景部門」「自由部門(自由吟)」

【応募締め切り】8月31日(火)

【主催】長野県・長野県障がい者文化芸術祭実行委員会

TEL 026-295-3111

FAX 026-295-3511

MAIL sunapple@avis.ne.jp

♣ 知的障害のある犯罪行為者への支援を学ぶ研修会 基礎研修会 2021

【初級編講義】7月1日(木)～3月31日(木) 無料配信中
HP <https://insweb.jp/movie/20nozomikyousei/>
昨年度配信した基礎編の動画をご覧ください。

【中級編講義】3年10月1日(金)～3月31日(木)
参加費無料!!
※ふり返り講習会受講者には、中級編講義資料のダウンロードURLをお送りします。

【ふり返り講習会】
中級編講義を視聴いただいた方を対象に「ふり返り講習会」を開催。事前に受講者の皆様から質問を受け付け、講師による鼎談のなかで支援のあり方などについて考えていきます。

日時：12月17日(金) 15:00～17:00

方式：ライブ配信 参加費：3,000円

定員：100人(先着順) 申込期日：9月30日(木)

【申し込み】国立のぞみの園ホームページ <https://www.nozomi.go.jp/>

ふり返り講演会につきましては、申込み期日を9月30日(木)とさせていただきます。

知的障害のある犯罪行為者への支援を学ぶ研修会 基礎研修会 2021

【初級編講義】 令和3年7月1日(木)～令和4年3月31日(木)
https://insweb.jp/movie/20nozomikyousei/

【中級編講義】 日程：令和3年10月1日(金)～令和4年3月31日(木)
参加費無料!!

【ふり返り講習会】
日程：令和3年12月17日(金) 15:00～17:00
方式：ライブ配信
参加費：3,000円
定員：100人(先着順) 申込期日：令和3年9月30日(木)

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



■8月の日程（自立支援協議会、オアシス）

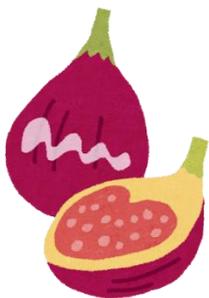
- 8月 6日（金）13：00 フォーラム実行委員会
- 8月 9日（月）13：30 かりんカフェ
- 8月 10日（火）15：00 医ケア児部会
- 8月 12日（木）16：00 グループスーパービジョン
- 8月 23日（月）13：30 かりんカフェ
- 8月 24日（火）13：30 相談支援部会
- 8月 27日（金）13：30 地域生活支援部会

■リレーずいそう 第97回

オアシス：藤田みな子

（*今月号は就労継続支援 A 型事業所パストレーの松田さん予定でしたが変更になりました。）

夏になると、母の好きな、いちじくを買って帰ります。
暖かい所で育つ果物は憧れで、この辺りでは、冬越しできても、実を結ぶことはないだろうなど、あきらめていた植物のひとつです。数年前、路地で育っている姿を見かけ、春を迎えられなかったら可哀そうだなと思いつつも、20センチ程の小さな苗木を植えてみました。
今年も越せたね。葉っぱの形がきれいだね。と思いつつも見守っていると、少しずつですが木も大きくなってくれました。



そして、去年の事です。小さな実がいくつかりました。鳥さん達に食べられてしまったものもありましたが、8粒の収穫です。初めて食べる、わが家のいちじく。親指の先ほどの小さなものですが、そのおいしさに、びっくり。皆で舌鼓。

今年は、私の背丈を追い越して、枝には、去年より一回りも大きな実が、たわわになっています。ぱくっと先が割れるころ（鳥さん達の方が早いかもしれませんが…）夏のお楽しみのひとつです。

今回は、就労継続支援 A 型事業所パストレーの松田さんにバトンをお願いします。

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。