



第126号 2023.12.5  
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

## ■ 11月の自立支援協議会報告

### \*運営委員会 2日(木)

- 1) 全体会議について
- 2) 県自立支援協議会への課題の提出について
- 3) 地域生活支援拠点等事業実施要綱等について
- 4) 第7期障害福祉計画・第3期障害児福祉計画について
- 5) 自立支援協議会について

### \*地域生活支援部会 22日(水)

- 1) 動画上映会「障がい者の性と権利」

### \*療育支援部会 28日(火)

- 1) ミニ研修 『子ども時代に大切にしたいこと』  
講師：発達障がいサポートマネジャー 茅野 進 氏
- 2) 課題ディスカッション  
『子どもの支援体制：不登校支援について』のまとめ
- 3) 課題ディスカッション  
『子どもの支援体制：児から者への切れ目のない繋ぎについて』

## ♣ 自立支援協議会 全体会報告

11月14日(火) 令和5年度諏訪地域障がい福祉自立支援協議会全体会議が開催されました(参加者60名)。第1部は障がい者雇用を推進するために、障がい者雇用に取り組んでいる企業など一般の方にも参加いただき「障がい者の働くを支える」と題して、ハローワーク職業指導官小林さんに講演をいただきました。講演後さっそく、「ハローワーク諏訪の精神・発達障害者しごとサポーター養成講座」の問い合わせや、雇用についての相談が



あり、反響の高さがうかがえました。

第2部では各委員会・部会から中間報告が行われた後、県フォーラムに参加された北原副運営委員長から、「自立支援協議会について」報告がありました。また、諏訪保健福祉事務所中村係長から第7期障害福祉計画・第3期障害児福祉計画中間報告がありました。

～フィットネススタジオで踊って楽しい時間を過ごしましょう～

### ♣ にこにこダンスクラブ会員募集

「にこにこダンスクラブ」は、平成28年3月からラヴィフィットネスコミュニティの協力をいただき、この街相談支援センターの地域における公益的な取り組みの一環として行っている活動です。ダンス未経験の方がほとんどです。ストレス発散に、余暇活動の充実に、音を感じてからだを動かしてみませんか。



【日 時】毎月第2、4木曜 15:00～15:45

【場 所】ラヴィフィットネスコミュニティ  
諏訪市中州 2945-1

【講 師】ラヴィフィットネスコミュニティ インストラクター

【会 費】月 1,600 円

【持ち物】①Tシャツ、ジャージなど運動しやすい服 ②運動靴 ③飲み物 ④汗拭きタオル

【対象者】障害福祉サービスまたは、訪問看護サービスを利用している方等

【問合せ】この街相談支援センター 担当：林（七）

TEL 0266-54-1654

MAIL soudan@konomachi.or.jp

### ♣ 走れ!

ダンスサークル煌(きらめき)です。

お芝居とダンスが好きな仲間週末に活動しています。

毎年一回、お芝居とダンスの発表会をしています。

台本が読めなくてもOK! 暗記出来なくてもOK!

楽しく発表する事で見ている方も楽しんでくれたら、それでいい。

そんな愛あふれる楽しいサークルです。

一緒に活動する仲間募集中です!

【日 時】令和5年12月17日(日)

15:30開場 16:00開演(約20～30分)

【会 場】南箕輪村村民センターホール

入場無料・全席自由

(正面駐車場が混雑してしましたら、役場裏(北)の駐車場をご利用下さい。)

脚本・演出/井口 萌

ダンス振付・指導/岡澤紗衣

主演/煌

お問い合わせはチラシ配布者又は090-1867-9584(清水)まで



会場で子供たちの作った製品を販売する予定です。どうぞ、よろしくお願いします。

## 令和5年度 サンスポーツ駒ケ根

### ♣ 出張スポーツ・運動教室（Ⅲ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。

【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】Ⅲ期 令和6年1月から3月末まで

【日時】平日（※祝日を除く、月・火・木・金）

【月・木】10:00～12:00 【火・金】10:00～17:00

※上記時間帯以外や土日祝日での活動をご希望の場合は、ご相談ください。

※毎月第2火曜日は休館日の為、実施できません。

【回数】ご相談に応じます。（新規の施設・団体を優先させていただきます）

【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。（例：施設内、体育館、プール、公民館など）

【内容】

|     |   |
|-----|---|
| 時 間 | 60分程度（相談に応じます）                                    |
| 種 目 | ストレッチ、音楽体操、レクリエーション など<br>（細かな内容、上記にない内容はお相談ください） |
| 人 数 | 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）                     |

【申込方法】①サンスポーツ駒ケ根受付への直接提出

②郵送・電話・FAX・Eメール

※郵送・FAX・Eメールの場合は着信の確認をお願いします。

【実施決定】・新規の施設・団体を優先させていただきます。

・継続してご利用の場合には、回数等のご希望に添えない場合がありますが、  
ご了承ください。

【保険】当センターでは、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。

【申込受付期間】Ⅲ期 令和5年11月2日（木）から12月8日（金）まで

【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」

TEL/FAX 0265-82-2901

MAIL ks2sport@mx2.avis.ne.jp （担当：加藤・吉田）

## ♣ ザワメキアート展2023 ルーツ オブ アーツ

障がいのある人が表現した作品に向き合ったとき  
どこか心がザワザワとした不思議な感覚を覚えるものがある  
忘れていた 眠っていた 自分の感覚のどこかが  
くすぐられたり 揺さぶられたり・・・そんな作品を展示します

【日時】2023年12月9日(土)～12月25日(月)  
12月13日(水)・20日(水) 休館  
9:00～17:00 (入場16:30まで)

【場所】長野県立美術館 B1F しなのギャラリーB/ホール

【料金】入場無料

【12月9日(土)】

オープニング: 10:00～11:00

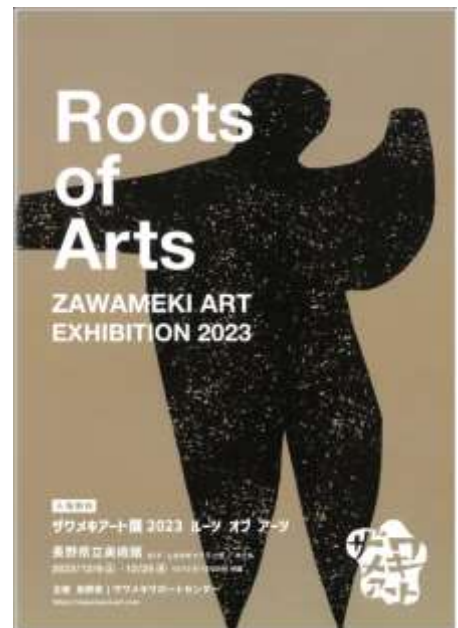
テープカット、キュレーターによるギャラリーツアー

対談: 13:30～15:00

堤 隆×ロジャー・マクドナルド 「ヒトはなぜアートを手にしたのか？」

参加費: 無料

会場: ホール (B1F) 特設コーナー



【12月10日(日)】

ワークショップ 10:30～11:30/  
14:00～15:00

「黒曜石の垂飾(ペンダント)をつくろう！」

講師: 堤 隆

定員: 各回12名程度

参加費: 500円

会場: ホール (B1F) 特設コーナー

参加方法: ホームページ応募フォームより

お申し込みください。

【WEB 作品展開催します】2023年12月9日(土)より開催 HP <http://zawameki-art.com>

【問合せ】ザワメキサポートセンター (長野県障がい者芸術文化活動支援センター)

〒381-0034 長野市大字高田364-1

社会福祉法人長野県社会福祉事業団 本部事務局内

TEL 026-217-0022 FAX 026-228-0310

MAIL [art@nagano-swc.com](mailto:art@nagano-swc.com)

受付 月曜・金曜9:00～17:00



## ■ リレーずいそう 125回

みなさん、こんにちは。つばさ相談支援センターの高木利奈です。相談ステーションアポロの西田美枝子さんよりバトンを預かりました。

私がかちらに住み始めてからそろそろ10年になります。学校を卒業後、松本市で数年間仕事をし、ご縁がありこの諏訪地域に参りました。いまだに、ついこの間学校を卒業したばかり！の気分ですが、ひょっとするとあれから何年か経っているのかもしれませんが。

休みの日はおうちの中で漫画やアニメを見たり、ゲームをしたりして一人時間を気ままに過ごすのが昔から好きです。けれど、ここ数年は我が家のメタボ怪獣やちびっこ珍獣と戦ったり、日本のあちこち旅にでかけたりして、家の外に出る機会が増えました。思い返せば、私は家にいるから行ってらっしゃい～、放っておいて～なんて思ったり言ったりしている時もありました。それでも根気よく連れ出してもらったり、戦ったりしたおかげなのか、意外と色々なことに興味が広がり、思っていたよりも楽しかったり。外の世界もなんだか悪くないぞと。春に向けてコツコツと旅の準備を始めようと思います・・・・・・・・・・・・・・・・とりあえずは寒くなってきましたから、冬ごもりかしら♪のんびりと幸せな季節の到来です。



事業所の紹介をすっかり忘れてしまうところでした。つばさ相談支援センターは、多機能型事業所の希望の里つばさと併設です。私は相談支援専門員として働いていますが、生活支援員としても働いています。詳しくはホームページのQRコードを載せますので、ぜひご覧ください。普段の作業風景や楽しい余暇の様子を見ていただけたら嬉しいです。

次回は富士見町住民福祉課の宮坂春奈さんです。よろしくお願ひいたします。

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）をオアシス山岸までお送りください。そして次の方にお願ひをしていただければと思います。

## ■ 12月の日程（自立支援協議会、オアシス）

- 12月 7日（木） 13：30 精神障がい者の暮らしを考える部会
- 12月11日（月） 13：30 かりんカフェ
- 12月12日（火） 10：30 相談支援部会
- 12月21日（木） 9：30 行政連絡会
- 12月21日（木） 13：30 就労支援部会

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

