

北区障害者地域自立生活支援室より

支援室だより

第16号 (2006年2月発行)

【年6回偶数月上旬発行】

【相談窓口】

〒114-0032 東京都北区中十条1-2-18 障害者福祉センター1階

TEL:03-3905-7225

TEL・FAX 兼用:03-3905-7226

E-MAIL: peernet@ma.kitanet.ne.jp

開所日時: 月～金 10時～19時 土 10時～17時 * 日・祝・年末年始は休み

今号の内容

- 障害者自立支援法の勉強会を開催します 1ページ
- 知的障害者／視覚障害者自立生活プログラム 2ページ
- スキルアップパソコン教室／パソコン相談 3ページ
- 総合的学習の時間への講師派遣 4ページ
- 北区が家具転倒防止器具の取り付けをします 4ページ
- 券売機のテンキー&Suicaの使い方 5ページ
- 【情報提供】きつつき会講演会のお知らせ 6ページ
- 【情報提供】第5回子どもの福祉用具展 6ページ
- 【情報提供】高次脳機能障害をご存じですか? 7ページ
- 【情報提供】車いすでも気軽に行けるお店紹介 8ページ

障害者自立支援法の勉強会を開催します

昨年10月末に成立し、4月から施行される障害者自立支援法について、これまでの支援費制度との違いや、暮らしがどう変わるのかについて考える勉強会を **3月11日(土)** に開催します。

——「障害者自立支援法」 についての勉強会——

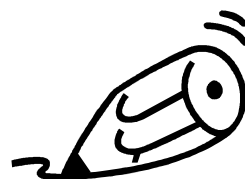
日時: 3月11日(土) 13:00～16:00

場所: 障害者福祉センター 4階 第二ホール

対象: 障害当事者または、そのご家族

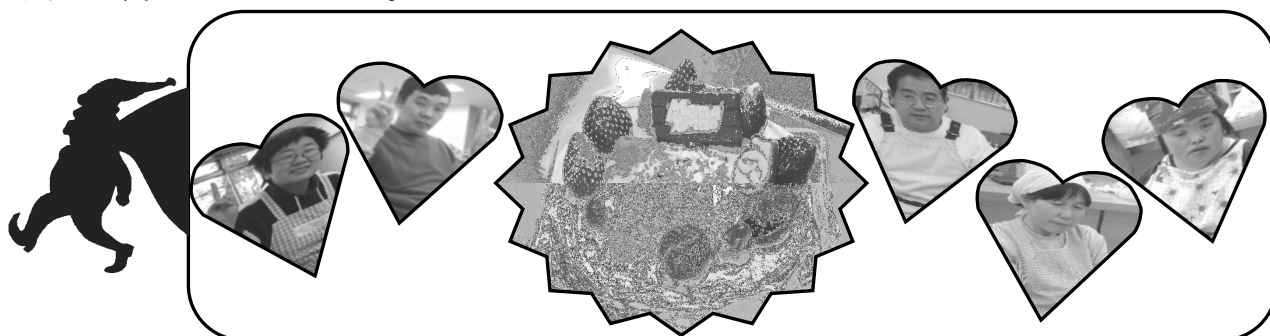
定員: 30名 (参加費無料)

申し込み方法: 当日、直接ご会場にお越し下さい。



知的障害者自立生活プログラム

12月17日（土）「知覚障害者自立生活プログラム」の第4回として、クリスマスケーキを作りました。お一人ワンホールずつ、いろいろなデコレーションを使って、思い思いのケーキを作りました。とても楽しく、美味しくできました。



また2月4日（土）には、今年度最後のプログラムとしてマフィンを作りました。

視覚障害者自立生活プログラム「防災」

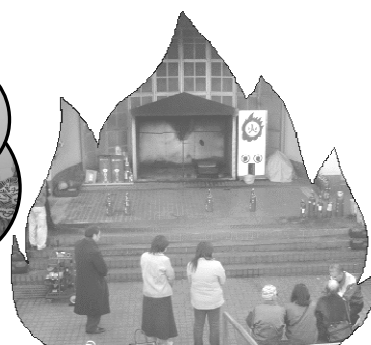
12月6日（火）、北区防災センター地震の科学館にて、防災について様々な体験をしました。参加した視覚障害者の皆さんは、実際の揺れなどを体験して、「本当の地震の時に役立ちそう」と感想を述べあっていました。



地震7体験



煙体験



初期消火体験

北区防災センター地震の科学館

所在地	北区西ヶ原2-1-6(南北線西ヶ原駅より徒歩3分)
電話番号	03-3940-1811
営業時間	9:00~17:00
定休日	月曜日、祝祭日
入館料	無料
ホームページ	http://www.city.kita.tokyo.jp/soumu/bousai/center/

支援室では来年度も、障害のある方を対象とした「自立生活プログラム」を開催予定です。詳細は決まり次第、お知らせします。

スキルアップパソコン講座

第5回「インターネット・メール」12月17日（土）、18日（日）

12月17日（土）、18日（日）に、今年度最後のスキルアップパソコン講座「インターネット・メール」を開催しました。インターネットにつないだノート・パソコンを使ってネット・サーフィンをしたり、受講生同士でメールのやりとりをしたりしました。

受講生の皆さんはとても熱心で、楽しそうにパソコンに向かっていらっしゃいました。「とても役に立った」「面白かった」「これから、もっとパソコンを使っていきたい」とのご感想をいただきました。



「スキルアップパソコン講座」は大好評につき、来年度も開催予定です。

詳細は決まり次第お知らせいたします。

パソコン相談

おかげさまでパソコン相談も予約が殺到しています。パソコン・ソフトの使い方にお悩みのあるかたは、お早めにご予約ください。講座や講習会ではございませんので、お間違えのないように願います。

障害者



パソコン相談

予約制

日時：1月～4月の毎週 **土** 曜日（祝日を除く）

13:00～13:50

14:00～14:50

15:00～15:50

16:00～16:50

ご相談は1回50分以内、
各時間1名ずつ（1日4名）です。

場所：障害者福祉センター1階 北区障害者地域自立生活支援室

対象者：仕事や趣味にパソコンにお使いの障害者の皆さん

対象ソフト：ワード、エクセル、画面読み上げソフト等

相談員：北区ITコミュニケーションズ

ハードディスクの故障
等パソコン本体のご相談には対応できません
ので、ご了承ください。

予約制です。事前にお電話かFAX（03-3905-7226）でお申し込みいただき、ご相談内容をお知らせください。来室が困難な方は、別途ご相談ください。

手話通訳を
ご希望の方は、派遣の
調整がありますので、
3日前までにご予約
をお願いします。

総合的学習の時間への講師派遣

支援室では、今年度も、小中高校の総合的学習の時間等で行われる福祉教育にご協力させていただきま
した。実施校と内容は以下のとおりです。

日時		学校名	内容
17 年	5 月 2 日	赤羽台中学校 2 年生	福祉入門
	8 月 1 日	谷端小学校サマースクール	スポーツ
	10 月 8、9 日	星美学園高校ボランティア部	白杖貸出
	12 月 15 日	堀船小学校 5 年生	車いす
18 年	2 月 2 日	堀船小学校 5 年生	車いす

北区が家具転倒防止器具の取り付けをします

北区では、高齢者や障害者などの災害要援護者のいる、独自では家具の転倒防止の措置が困難な世帯に
対して、**無料**で寝室・居間の家具（家具 3 点まで）に転倒防止器具の取り付けを行います。

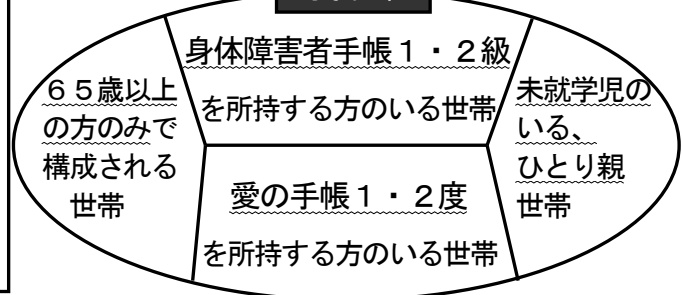
取り付け器具種類

- A：つっぱり棒（2 本組）
- B：家具転倒防止棒
- C：家具転倒防止板

取り付け内容

家具は 3 点、
器具は 2 点まで。
器具 2 点の場合
は必ず器具 C を
含む。（家具 C は
2 枚組みのため
家具 2 点に対応
可能）

対象世帯



定員：400 世帯（先着順）

申請書配布窓口：

防災課（区役所第 1 庁舎 2 階 14 番）、防災センター（西ヶ原 2-1-6）、地域振興室、区民事務所

申請書提出先：①郵送 〒114-8508（住所不要）防災課

②FAX 3908-4016／3940-3494

③防災課／防災センターの窓口

いずれかの方法で
お申し込み下さい。

電話申し込み不可

受付期間：18 年 2 月 1 日（水）～2 月 21 日（火）まで

取付期間：18 年 3 月末まで随時（シルバー人材センターに取り付けを委託して実施します）

問い合わせ先（電話）：防災課 3908-8184／3908-8194

防災センター：3940-1811

ご自分やご家族で
取り付け可能な方は

転倒防止器具の斡旋販売を
ご利用ください。

上記の対象世帯には当てはまらず、自身での取り付けが困難な方は…

シルバー人材センターが有償で取り付けをします。
（家具 1 点あたり 1,500 円程度。器具代は含みません）

券売機のテンキー&Suica の使い方

電車の切符を買おうとして……

タッチパネルに
手が届かない！

タッチパネルが見ず
らい（見えない）！

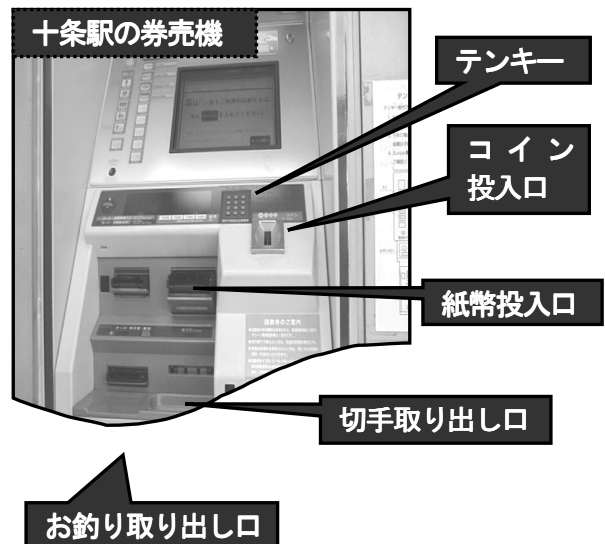
タッチパネルに触っ
ても反応しない！

そんなお困り障害者の皆様へ——券売機のテンキーと Suica の使い方をまとめてみました。

券売機のテンキーの使い方

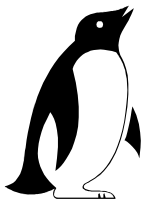
券売機のテンキーは、数字の並び方が電話と同じです（計算機やパソコンのテンキーとは違います）。使い方の手順は次のとおりです。

- ①あらかじめ行き先までの運賃を調べます。
- ②テンキーのアスタリスク「*」（左下。7の下で0の左隣）を押します。
- ③運賃を入力します。
- ④シャープ「#」（右下。9の下で0の右隣）を押します。
- ⑤お金を入れて、おつりと切符を受け取ります。



Suica について

- ①Suica はケースに入れたまま、改札機の読み取り機にタッチするだけでスムーズに改札を通れます。乗り越しても改札機を通る際に自動的に精算します。



- ② Suica には「Suica イオカード」と「Suica 定期券（定期券+Suica イオカード）」があり、JR 東日本の駅の「みどりの窓口」または「カード／定期券発売機」で購入できます。Suica イオカードは2,000 円です（Suica イオカード返却時に返金される預り金〔デポジット〕500 円を含みます）。
- ③Suica は、Suica マークのある「自動券売機」「カード発売機」「のりこし精算機」で、現金で入金（チャージ）ができます。1 回の操作で入金（チャージ）できる金額は、1,000 円、3,000 円、5,000 円、10,000 円の4 種類で、カード内残額の上限 20,000 円までなら何度でも入金できます。
- ④破損したり、紛失したりした場合は、駅の窓口で再発行してもらえます。
- ⑤キオスクやコンビニエンスストア、レストランなどでの買い物にも利用できます。利用できるお店の一覧はこちら→<http://www.jreast.co.jp/suica/area/shopping/index.html>

Suica に小児用はありません。大人普通運賃のみご利用できます。

1 月 28 日（土）から、携帯電話と Suica がひとつになってますます便利になった「モバイル Suica」サービスも登場！ 詳しくは→<http://www.jreast.co.jp/mobilesuica/pre/index.html>



情報提供

その1:手話サークルきつつき会講演会のお知らせ

北区で聴覚障害者の皆さんと一緒に活動している手話サークルきつつき会が、
創立 35 周年を記念して、手話通訳者の丸山浩路氏まるやまこうじを招いて講演会を開催しま
す。

北区手話サークルきつつき会創立 35 周年記念講演会

日時：2月19日（日）午後1時30分（1時開場）

※当日 11 時より会館入口にて整理券を配布

場所：赤羽会館 1 階講堂【JR 赤羽駅東口より徒歩 5 分／南北線赤羽岩淵駅より徒歩 10 分】

入場料：無料

内容：第 1 部 手話劇「きつつき会 35 年の歩み」

第 2 部 丸山浩路氏講演会「出会い ふれ愛 感動」

後援：北区、北区社会福祉協議会

協賛：北区聴覚障害者協会、北区手話サークル連絡会

問合せ先：03—3927—7835（きつつき会・小野）

※場内整理の都合により、車イスをご利用の方がご来場

なさる場合には、なるべく事前にご連絡ください。

丸山浩路氏

講演パフォーマー。NHK 教育テレビ「手話ニュース 845」に人気キャスターとしても活躍。ダイナミックで心温まる手話パフォーマンスをお楽しみください。



丸山浩路氏のホームページ：<http://www.kouji-maruyama.com/>

その2:第5回子どもの福祉用具展が開催されます

今年も、子ども用の福祉用具の最先端がわかる「子どもの福祉用具展」が開催されます。名前のとおり子どものための福祉用具ばかりが展示されますので、他の大規模な福祉機器展よりもお目当ての用具が見つけやすいと評判です。昨年は 30 社あまりの企業が参加し、車いす・バギーから衣類、遊具まで、150 点ほどの様々な福祉用具が紹介されました。各種セミナーも開催される予定です。

第5回子どもの福祉用具展

～みんなおいでよ キッズフェスタでGO！GO！GO！～

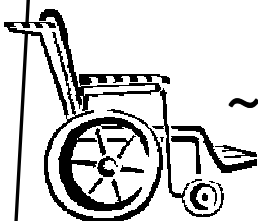
日時：4月15日（土）、16日（日）午前10時～午後5時

場所：東京都立産業貿易センタービル

入場料：無料

主催：子どもの福祉用具展実行委員会

連絡先：キッズフェスタ事務局（有）エス・ピー・ビームス TEL:03-5207-6493/FAX:03-5207-6494



JR 浜松町駅 徒歩 5 分
都営地下鉄大門駅 徒歩 5 分
ゆりかもめ竹芝駅 徒歩 5 分

その3:高次脳機能障害をご存知ですか？

高次脳機能障害は、交通事故や頭部の怪我、脳卒中などの病気の後遺症として見られる障害で、記憶・注意・言語などの知的な機能に障害が起き、生活に支障を来します。退院後、自宅に戻ってから明らかになることが多く、また、一見しただけでは障害があることが分かりにくいので、周囲の理解を得るのが難しいと言われています。

高次脳機能障害

★概略

頭部への外傷や脳血管疾患（脳出血や脳梗塞）などにより脳に後遺症が残り、損傷部位によって様々な障害が生じる。

★主な症例（症状には個人差が大きく、すべての症状が現れるとは限りません。

また下記以外の症状が現れることもあります）

- ・少し前のことをすぐに忘れる。
- ・新しいことが覚えられない。
- ・気が散りやすく、疲れやすい。
- ・2つの作業を同時にこなせない。
- ・外出先から家に戻れなくなる。
- ・家族とも会話が成り立たない。
- ・性格が変わってしまった。
- ・元気そうに見えるのに、自分からは何もしない。
- ・突然キレたり、怒り出すことがある。

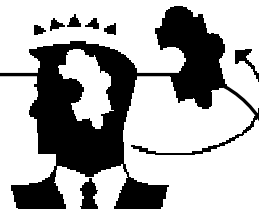
★参考ホームページ

- ・日本高次脳機能障害学会（旧・日本失語症学会）：<http://www.higherbrain.gr.jp/>
- ・「高次脳機能障害の診断・リハビリテーションマニュアル」やリーフレット「高次脳機能障害の理解のために」がダウンロードできるホームページ【東京都福祉保健局】：

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/isei/rihabiriiryoku/koujinou/koujinou01.html>

- ・冊子「高次脳機能障害者への支援」（残部なし）の概要【東京都心身障害者福祉センター】：

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shinsho/toshokankotosho-c/koujinou.htm>



高次脳機能障害講演会

日時：2月21日（火）13：00～15：30

場所：北区障害者福祉センター

ふれあい館別館1階第1ホール

対象：高次脳機能障害者及び家族、関係者

講師：首都大学東京 渡邊 修 教授

わたなべ しゅう

申込：2月1日（水）から予約開始

申込先：北区障害者福祉センター事業係

TEL：3905-7121 FAX：3905-7116

高次脳機能障害を含む障害者支援に関するご相談にお応えする機関

・地域生活等に関しては……

障害者地域自立生活支援室：北区中十条1-2-18（03-3905-7226）

精神障害者地域生活支援室「支援センターきらきら」：北区中十条1-2-18（03-3905-7201）

・就労に関しては……

就労支援センター北ドリームヴィ：北区上十条2-1-12【知的等】（03-3906-7753）

就労支援センター北あゆみかん：北区赤羽南2-6-6【精神】（03-3598-3337）

・通所施設……

北区立障害者福祉センター：北区中十条1-2-18（03-3905-7111）

・職業相談、ジョブコーチによる支援事業等に関しては……

東京障害者職業センター：豊島区東池袋3-1-1 サンシャイン60 8階（03-3989-9651）

障害者職業総合センター：千葉県千葉市美浜区若葉3-1-3（043-297-9000）

その4:車いすでも気軽に行けるお店紹介

～ 紳士服コナカ 王子駅前店 ～



◆所在地：北区王子 1-13-14 朝日生命王子ビル1、2F（店内階段）

- ♣ バス停 王子2丁目 すぐ
- ♣ J R京浜東北線 王子駅北口より 徒歩5分
- ♣ 東京メトロ南北線 王子駅5番出口より 徒歩2分
- ♣ 都電荒川線 王子駅前駅より 徒歩10分

◆電話：03-5959-6805

◆営業時間：10：00～21：00

◆ホームページ：<http://www.konaka.co.jp/konaka/tenpo/guide366.html>

昨年11月末、スーパーほりぶん手前の朝日生命王子ビルに「紳士服コナカ」の王子駅前店がオープンしました。入口には段差がなく、1階の通路は広いので、車いす利用者でもゆっくり商品が見られます。ただし試着室は広くありません。レディースのリクルートスーツも売られています。また、付近の有料駐車場を利用して来店した場合、1時間分の駐車料金を店が負担してくださるそうです。

* * *



さらに、朝日生命王子ビル1階に、車いす利用者も使えるトイレが設置されました。コナカの脇にある入口の自動ドアに入ってエレベーターの前を通りすぎ、突き当たりを左へ曲がり、さらに右へ曲がった奥にあります。土曜日の夕方5時以降や日曜日等、ビル入口の自動ドアに鍵がかかっている場合は入れませんのでご注意ください。



←朝日生命王子ビル1階の車イス用トイレ

編集後記

北区障害者地域自立生活支援室から“支援室だより”第16号をお送りしました。平成18年が明けて早1ヶ月以上が経ちましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。4月からの障害者自立支援法の施行に伴い、4月1日から利用者負担が変わり、10月1日からは現行居宅系サービス体系が変更されます。障害のある皆様からのご相談も増えることが予想されますが、支援室では、どのようなご相談にも真摯にお応えいたしますので、これからもよろしくお願いいたします。

* * * * *

日本各地で大雪の被害が出て大変だなーと思っていたら、東京でも1日中雪が降ってビックリ。翌日は晴天だったんで、あっという間に溶けるかと思いきや、日当たりの悪い歩道はカチカチに凍ってました。コンビニの前や駐車場に雪だるまが作られているのを見ると、ほのぼのと心が温かくなったりして。でも、東京の雪だるまは泥だらけで可哀想！（くるみ）