

北区障害者地域自立生活支援室より

支援室だより

第25号 (2007年8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

“支援室だより”は印刷されたもののほか、視覚に障害のある方のために、「点字サークル六星会（福祉センタークラス）」のご協力で **点字版** を、音（声）訳「やまびこ」のご協力で **音訳版** を作成しています。ご希望の方は支援室までご連絡ください。（電話・FAX兼用：03-3905-7226）

今号の内容

● 介護事業所調査書、完成！	● ● ● ● ●	1 ページ
● 「はじめての一人暮らし」開催中	● ● ● ● ●	2 ページ
● 車いす体験／プレクストーク説明会	● ● ● ● ●	3 ページ
● パソコン講座／パソコン相談のお知らせ	● ● ● ● ●	4 ページ
● ヨガ教室のお知らせ	● ● ● ● ●	5 ページ
● 【情報提供】国際福祉機器展／トヨタサマーイベント	● ● ● ● ●	6 ページ
● 【情報提供】活字文書読み上げ装置「Tellme」	● ● ● ● ●	7 ページ
● 【情報提供】スポーツセンター夏祭り	● ● ● ● ●	8 ページ
● 【情報提供】宮沢勝之コンサート	● ● ● ● ●	8 ページ

介護事業所調査報告書、完成！

平成19年度版「身体障害・知的障害（児）者居宅介護事業所調査報告書」が完成しました。今年度版では、「視覚障害者の移動介護を主とする事業所」（5事業所）を、身体介護や重度訪問介護の派遣を主とする事業所とは別立てでまとめました。視覚障害がある方にもぜひご活用いただきたいと思います。冊子を300部作成し、北区役所の福祉相談係や赤羽福祉相談係等の関係機関、各居宅介護事業所に配布しました。個人でご希望の方にも無料で差し上げますので、ご希望の方は支援室までご連絡ください。また、支援室を運営していますNPO法人ピアネット北のホームページ（<http://www.peernet.or.jp/>）の「調査報告書」からもご覧いただけます。

身体障害・知的障害（児）者 居宅介護事業所調査報告書



平成19年(2007年)7月
北区障害者地域自立生活支援室

「はじめての一人暮らし」開催中

7月28日（土）に、「はじめての一人暮らし」の第1回を開催しました。参加者の皆様には、あらかじめ一人暮らしを考えるための「チェックシート」をお送りして回答してきていただき、当日、皆さんにお答えを発表していただきながら、意見交換をしました。

「はじめての一人暮らし」 第1回「チェックシート」内容

●食事について

- ・作り方を知っている料理がありますか？
- ・食料をスーパーなどで買ったことがありますか？
- ・冷蔵庫に入れるものと入れなくていいものの違いを知っていますか？



「一人暮らし」について語り合う参加者の皆さん

皆さん、カレーなどいくつかの料理をご存知で、ご家族と一緒に買い物をした経験がございました。

●洋服について

- ・自分で着る服は、自分で選んで買っていますか？
- ・自分の服のサイズを知っていますか？
- ・いま着ている服の値段を知っていますか？
- ・衣替えをしたことがありますか？
- ・その日の天気や気温に合わせて、着る服を決めていますか？

洋服については、皆さん関心が高く、サイズも値段もちゃんとご存知で、着る服は自分で選んでいらっしゃいました。

●洗濯について

- ・洗濯機で洗える服と洗えない服の違いを知っていますか？
- ・洗濯機の使い方を知っていますか？
- ・洗濯物の干し方やたたみ方、しまい方を知っていますか？

洗濯や掃除はご家族にやってもらっている方が多く、よくわからないことが多いようでした。

●掃除について

- ・自分の部屋の掃除を自分でしていますか？
- ・お風呂やトイレ、洗面所の掃除の仕方を知っていますか？
- ・いま、どのくらいの割合で掃除をしていますか？（毎日、週1回……）
- ・ごみの回収日がいつか、知っていますか？

●住むところについて

- ・北区でワンルーム（6畳）を借りると、いくらかかるか知っていますか？
- ・どのくらいの広さの部屋に住みたいですか？
- ・どこに住みたいですか？

皆さん、まだ細かいところまで考えてはいらっしゃらないようでした。

●趣味について

- ・あなたの趣味は何ですか？
- ・1日のうち、趣味に何時間くらい使いますか？
- ・1ヶ月に、趣味にいくらくらいかけていますか？
- ・これからやってみたい趣味はありますか？

パソコンをお使いの方が多く、今後もパソコンライフを充実させたいとのことでした。

高校生と車いす体験を実施

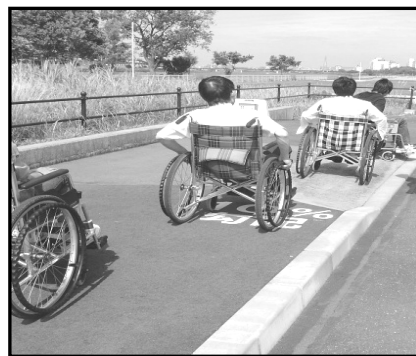
6月18日（月）、あらかわ福祉体験広場にて、東京共育学園高等部の生徒の皆さんと、車いす体験を行いました。一人で車いすをこぐ体験をしたあと、2人一組になって、車いすを押す体験と押しってもらう体験をしてもらいました。生徒の皆さんは、はじめての車いすの扱いに苦労しながらも、各ステージに果敢に挑戦していました。



第2ステージ：直径 1.2m の柵の中で車いすの向きを変えるのは、とても大変です。



第3ステージ：砂利道を行くときは前輪を上げますが、それでもなかなか進みません。



第4ステージ：街中によくある歩道の切り下げ部分を車いすで行くと、車道側に落ちそうになります。

東京共育学園高等部のホームページ：<http://www.kyoiku-gakuen.com/index.htm>

あらかわ福祉体広場のホームページ：<http://www.ara.go.jp/arage/fukushi/#01>

フレクストーク説明会を実施しました

6月14日（木）、フレクストークの使用法の説明会を実施しました。シナノケンシ株式会社の方が、午前中はフレクストークを使ってCDを聞く方法を、午後はCDに録音する方法を説明してくださいました。



フレクストーク説明会参加者の皆さん。



視覚障害の方が実際にフレクストークを使っているところ。

フレクストークは厚生労働省指定日常生活用具です。申請すれば購入費用の一部に助成が受けられ、自己負担は原則として費用の1割となります。

●日常生活用具給付の問い合わせ先：北区役所健康福祉部障害福祉課

王子障害相談係（3908-9081） 赤羽障害相談係（3903-4161） 滝野川障害相談係（3915-0134）

●フレクストークについての詳細は日本点字図書館用具事業課のホームページをご覧ください

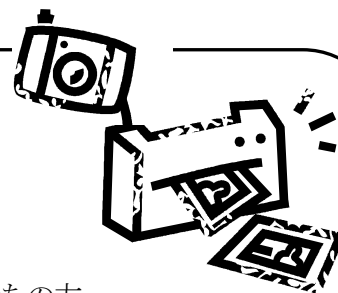
<http://www.nittento.or.jp/YOUGU/list/item/5/50210.htm>

パソコン講座のお知らせ

「スキルアップパソコン講座～デジカメ写真で遊ぼう～」の詳細が決まりました。

スキルアップパソコン講座

～デジカメ写真で遊ぼう～



日時：8月29日（水）18：30～20：45

場所：北区障害者福祉センター

講師：北区ITコミュニケーションズ

対象：次の①～③すべてに当てはまる方

①北区に在住・在勤・在学の**身体障害者手帳**か**愛の手帳**をお持ちの方。

障害の種別は問いません。**手話通訳**が必要な方はお申し出ください。

②キーボードを使用して文字入力ができる方。

③自分でとったデジカメ写真のデータをお持ちの方

講座の内容：デジカメ写真の整理、うちわの作製など

定員：6名（応募者多数の場合は抽選）

受講料：500円（教材費）

お申し込み：電話またはFAX（3905-7226）にて**8月22日（月）まで**にお申し込み下さい。

※氏名、住所、電話番号、障害の状況、年齢

※お詫びと訂正：前号の“支援室だより”で、当講座の対象が「3日間すべてに休まず出席できる方」となっておりましたが、当講座は1日のみの開催です。お詫びして訂正いたします。

パソコン相談のお知らせ

8月以降も、仕事や趣味にパソコンをお使いの障害者の皆さんにご好評をいただいておりますパソコン相談を行います。パソコンソフトの使い方わからないことがあったら、ぜひご相談ください。

障害者 パソコン相談

予約制

日時：8月以降の毎週 **土** 曜日（祝日を除く）

13:00～13:50 14:00～14:50

15:00～15:50 16:00～16:50

1回50分以内、各回

1名ずつ（1日4名）

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

対象ソフト：ワード、エクセル、画面読み上げソフト等

お電話かFAX（3905-7226）で、ご相談内容をお知らせの上、ご来室ください。

手話通訳をご希望の方は、**3日前まで**にご予約ください。

ヨガ教室のお知らせ

ヨガ教室の詳細が決まりました。

健康講座 ヨガ～yoga～ 2007



大好評の「ヨガ講座」を今年も開催！
9月から12月まで全7回、家でもできるヨガの基礎を学びます。
みんなで楽しくヨガをしてみませんか？

●日にち：毎月第1・3月曜日（祝日を除く） 全7回



9月	10月		11月		12月	
3日（月）	1日（月）	15日（月）	5日（月）	19日（月）	3日（月）	17日（月）

●時間：14:00～15:30

●参加費：無料

●対象：区内在住・在勤・在学の身体・知的障害者の方とその介助者の方で、
全回参加できる方（車いすのままでも行えるプログラムにしています）

手話通訳の必要な方はご連絡ください。

●場所：障害者福祉センター1階 訓練ホール（吹き抜け）

●講師：ライフアップヨガ学院 武藤誠四郎氏（写真）

●定員：15名（お申し込み多数の場合は抽選）

●お申し込み：電話またはFAX（氏名・住所・電話番号・
障害名・年齢を記載）にて

8月20日（月）までにお申し込み下さい。

TEL・FAX 兼用：03-3905-7226





情報提供

その1: 国際福祉機器展が開催されます

毎年、東京ビックサイトで開催される「国際福祉機器展」が、今年も以下の日程で開催されます。

第34回国際福祉機器展 HCR2007

会期：2007年10月3日（水）～5日（金） 10:00～17:00

会場：東京ビックサイト東展示ホール

- ・りんかい線 国際展示場駅（エレベーターあり） 下車徒歩約7分
- ・ゆりかもめ 国際展示場正門駅（エレベーターあり） 下車徒歩約3分

りんかい線は埼京線と直通ですので、赤羽駅（南口にエレベーターあり）か十条駅（バリアフリー）から乗り換えなしで国際展示場駅まで行くことができます。ゆりかもめは、JR新橋駅（エレベーターなし）で乗り換えになります。

出展企業：約600社

出展製品：手動車いす・電動車いす等の移動機器、移動補助製品、ベッド関連用品、入浴用品、トイレおむつ関連用品、食事用具・食器等の日常生活用品、コミュニケーション機器、建築・住宅設備、リハビリ機器、義肢・装具、高齢者・障害者用防災用品、施設用設備・用品、在宅・施設サービス経営情報システム、介護予防機器、出版・福祉機器情報など

特別企画（予定）：

- （1）福祉機器 選び方・使い方セミナーの開催
- （2）社会福祉施設、在宅サービス役職員向けのセミナーの開催
- （3）海外の保健福祉制度・施策に関するシンポジウムの開催
- （4）子ども広場の開催、など



詳しくは<http://www.hcr.or.jp> をご覧ください。

その2: トヨタのサマーイベント

トヨタのハートフルプラザ東京で、福祉車両の展示・体験のサマーイベントが開催されます。

8/1（水）～
8/31日（金）
午前10時～
午後6時
（月曜定休、8/10～
8/16は夏季休暇）

トヨタハートフルプラザ東京：杉並区宮前1-20-22 モデリスタ東京2階
車の場合：環状8号線と五日市街道の交差点から吉祥寺方面に約70m
電車の場合：京王井の頭線、高井戸駅より徒歩約10分

展示車両：助手席回転スライドシート車、車いす仕様車、
サイドリフトアップシート車、助手席リフトアップシート車

来場者に人気キャラクターマグカッププレゼント！

お問い合わせ先：Tel：3332-3811 Fax：3332-3641

その3：活字文書読み上げ装置「Tellme」

これまでSPコードと呼ばれていた「音声コード」は、活字文書のバリアフリーのために開発された、日本語約1000字を18mm四方の大きさの中に記憶させるものです。最近では、さまざまな分野で使われるようになってきました。

【音声コードが導入されている例】

官庁の冊子

総務省「役所の手続きでお悩みの方は」、東京都教育長総務部契約管財課「契約事務に関する資料集」、東京都福祉保険局「心身障害者扶養年金加入者だより」「透析患者用防災の手引き」、東京都教育委員会「自閉症の障害特性に応じた指導の充実」、「通常の学級に在籍する特別な支援が必要な児童・生徒の理解と指導」、内閣府「障害者週間の集い」「障害者週間シンポジウム」

北区 「北区障害者計画（北区障害福祉計画）概要版」

国内に流通する約8,000種類の薬剤情報（くすりのしおり）（薬剤処方時に全国の調剤薬局で受け取れる）

東京消防庁「防災に関するパンフレット（3種類）」

その他：TBS株式会社東京放送、株式会社ヤクルト本社、ライオン株式会社などの企業のパンフレット
宅配ピザ「ピザーラメニュー」 NTT東日本「171災害伝言ダイヤル」

音声コードは、専用ソフト（個人用は無償）をダウンロード（<http://www.tellme.jp/download.html>）すればパソコンで簡単に作成でき、600dpi以上のレーザープリンターであればプリントアウトしてご自分の名刺や私製はがきなどに添付することができます。

そうした音声コードを読み上げるために使われるのが、活字文書読み上げ装置「Tellme」です。

【テルミーの特徴】

- ・「ボタン一つ」で音声コードを瞬時に読み込み
- ・「早送り」「巻戻し」も簡単で、聞きたい箇所に合わせる事が可能
- ・充電式バッテリー（別売り）で2時間の連続再生が可能
- ・音声コードを100個まで記憶
- ・読み上げ精度も格段にアップ（製造元比）
- ・定価99,800円
- ・厚生労働省指定日常生活用具。購入費用の一部に助成が受けられ、自己負担は原則として費用の1割。

日常生活用具給付に関する問い合わせ先：北区役所健康福祉部障害福祉課

王子障害相談係（3908-9081）赤羽障害相談係（3903-4161）滝野川障害相談係（3915-0134）



現在、テルミー製造元の日本福祉サービス株式会社で、普及キャンペーンを行っています。詳しくは、日本福祉サービス株式会社（担当：福本氏）に直接お問い合わせください。

日本福祉サービス株式会社 サポートセンター 0120-521-063 <http://www.jw-s.co.jp/>

その4：スポーツセンターで納涼祭が開催されます

毎年恒例の障害者スポーツセンター納涼祭が、8月18日（土）に開催されます。

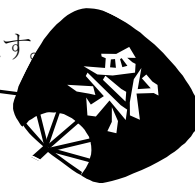
納涼祭

日にち：8月18日（土）

場所：東京都障害者総合スポーツセンター

地域の方やセンターのクラブ等による模擬店、盆踊り、子供向けイベントが盛りだくさん！

誰でも参加自由！ エンディングには花火も！



その5：宮沢勝之コンサートが開催されます

みやざわかつゆき

自立生活センター・北主催の宮沢勝之コンサートが滝野川会館で開催されます。

宮沢勝之コンサート ～地域で共に暮らす～

日時：2007年9月15日（土）午後2時 開演（午後1時30分開場）

場所：滝野川会館 大ホール（北区西ヶ原1-23-3）

JR 京浜東北線 上中里駅 徒歩7分

東京メトロ南北線 西ヶ原駅 徒歩7分

両駅とも

エレベーターあり



出演：宮沢勝之（ボーカル・ギター）

北海道釧路市生まれ。東北福祉大学を卒業後、重度障害者施設の職員として障害のある方々の生活支援に携わる一方、1981年よりシンガーソングライターとしてコンサート活動を開始。アルバム6枚とシングルCD、ソングブックなどを発表。1993年以降、毎年、東京芸術劇場（池袋）で3日連続コンサートを開催。群馬県に後援会事務局ほか東京、山形、茨城、静岡に6つの後援会支部も持つ。ホームページ：http://www006.upp.so-net.ne.jp/yumekobo/

チケット代：500円（詳しくは自立生活センター・北にお問い合わせください）

主催・問い合わせ先：自立生活センター・北（北区東十条1-18-1 東十条ビル106号）

Tel：5390-5639（土・日・祝を除く10時～18時） Fax：5390-5624

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25号をお送りしました。7月には台風や地震といった自然災害が日本列島を襲い、北区にお住まいの障害者の方々も、不安な日々をお過ごしだったことと思います。災害時の困難を少しでも軽くするには、普段から行政や関係機関に「災害時には、こういう支援をして欲しい」という希望を伝えておく必要があるのではないのでしょうか。実際にどのようなことをご希望か、支援室にもぜひお聞かせください。

* * * * *

暑中お見舞い申し上げます！ 7月21日に北養護学校の夏祭りに行ってきました。前日には王子養護学校で、同日には第二養護学校で夏祭りが開催されました。こうした、養護学校と地域が交流できる行事にはもっと多くの人に参加してもらって、もっとにぎやかになって欲しいなと思います。（くるみ）