

北区障害者地域自立生活支援室より

支援室だより

第33号 (2008年12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、「ろうせいがい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

- | | |
|-----------------------------|------------|
| ● ヨガ教室終了 | 1ページ |
| ● ハンドメイド教室開催中 | 2ページ |
| ● プレクストーク講習会を開催します | 3ページ |
| ● ネイルアート&便利グッズの展示 | 4ページ |
| ● 田端駅にエレベーターが設置されました | 5ページ |
| ● 【情報提供】NHK 受信料の免除基準が変わりました | 6ページ |
| ● 【情報提供】自動車税等の障害者減免について | 7ページ |
| ● 【情報提供】チャリティ映画会のお知らせ | 8ページ |

ヨガ教室終了

9月8日～10月20日まで、全5回でヨガ教室を開催しました。今回は、ヨガは初めてという方が多かったのですが、ライフアップヨガ学院の山脇先生の丁寧なご指導のもと、みんなで和気あいあいと楽しくヨガを行いました。終了後、ご参加いただいた感想をアンケート調査したところ、70%の方が「ヨガ教室に参加して非常に良かった」と回答してくださいました。80%の方が「家庭でもヨガ教室でならったことを実践している」とのこと。「参加してとても楽しかった」「今後も続けてほしい」「またやりたい」との声を多数お寄せいただきました。



マットの上で体を動かす参加者の皆さん。

ハンドメイド教室開催中

11月15日(土)と29日(土)にハンドメイド教室の1回目と2回目を開催しました。

第1回(11月15日): レアチーズケーキ作り

1回目は、市販のデザートミックスを使って、レアチーズケーキを作りました。



↑ レアチーズケーキを作るためのデザートミックス。

【作り方】

- ①直径15cmのお皿にアルミホイルを敷き、周囲をお皿の縁にそって折り曲げる。
- ②ボールにビスケットベースと冷たい牛乳を入れ、スプーンで1分間混ぜる。
- ③②を①に入れて平らに広げ、指で強く押しながお皿の縁まで均一に敷き詰める。
- ④ボールにフィリングミックスと冷たい牛乳を入れ、泡だて器で2分間混ぜ合わせる。
- ⑤④を③に流し入れ、表面をナイフなどで平らにして、冷蔵庫で30分以上冷やし固める。
- ⑥アルミホイルを持って取り出し、冷たいうちに召し上がれ。



↑ ビスケットベースを混ぜているところ。



← できあがり。

冷蔵庫で冷やしているあいだにクラッカーの上に好きなフルーツを乗せて、クラッカーデザートも作りました。

→ いろいろなフルーツを乗せたクラッカーデザート。



第2回(11月29日): ストラップ作り

2回目は、ストラップを作りました。細い糸をきれいに編みながら、ビーズを抜けないように入れていくのはなかなか難しいものですが、皆さん根気強く作っていった、すてきなストラップがたくさんできました。



← 材料のビーズと糸。

→ できあがったストラップ。

皆さん、ストラップを手作りましたのは初めてということで、「こんなにステキなのができるなんて」と喜んでいらっしゃいました。



12月は13日に第3回「クッキー作り」を、20日に第4回「クリスマスケーキ作り」を行う予定です。

※11月5日(水)に開催予定でした「スキルアップパソコン講座～年賀状をつくろう～」は講師急病のため、中止させていただきました。

プレクストーク講習会を開催します

来年2月26日(木)にプレクストークの使い方の講習会を開催します。

プレクストーク PTR2 使い方講習会のお知らせ

☆初心者向けの講習会です☆

プレクストークは持っているけれど使い方がわからない方、
プレクストークを使いこなせない方のための使い方講習会です。
プレクストークの便利さを体感しましょう！

- 日時：2009年2月26日(木) 13:00～16:00
- 場所：障害者福祉センター1階 支援センターきらきら
- 対象：北区在住・在勤・在学中、プレクストークをお持ちの視覚障害者の方
- 定員：6名(申込多数の場合は抽選)
- お申込期間：1月20日(火)～2月3日(火)
- 講師：社会福祉法人日本点字図書館 用具事業課 渡辺さん
社会福祉法人日本点字図書館 図書情報課 藤本さん
- お申込・お問合せ先：北区障害者地域自立生活支援室 Tel & Fax：3905-7226



プレクストークとは・・・

自宅や外出先で、録音図書CDや音楽CDが聴ける！
テレビ、ラジオの音声や講義の内容を録音できる！
今まで録音したたくさんのテープをCDにまとめることができる！
その他機能がたくさん！！

ネイルアート&便利グッズの展示

12月6日(土)、7日(日)に北区障害者福祉センターで開催された第26回障害者作品展で、ネイルアートと便利グッズの展示を行いました。

12月6日(土)のネイルアートでは、山野美容芸術短期大学美容福祉学科の先生・生徒の皆さんにご協力いただき、今年も大勢の方にご参加いただいて大好評でした。

山野美容芸術短期大学のホームページ:<http://www.yamano.ac.jp/>



↑ ネイルアートの様子。



↑ ネイル完成 ♥ きれいでしょ？

12月7日(土)には今年初めての試みとして、「“食”～作る、食べるの自助具～」と題し、障害のある方々が料理を作ったり食べたりするときに便利なグッズを展示しました。大勢の方々に足を止めてご覧いただき、大盛況でした。



↑ 展示したグッズの数々。↑

展示した主なグッズ

楽々箸（グリップタイプ）	楽々箸（ピンセントタイプ）
やわらかスプーン	形状記憶食器具
はればれカップ	ほのぼのマグカップ
32種類のカットができるキッチンスライサー	
自動でビンのふたを開ける自動ジャーオープナー	
ユニバーサルデザインのサラダトング	



↑ 皆さん、熱心にグッズをご覧になっていました。

田端駅にエレベーターが設置されました

田端駅の北口にエレベーターが設置され、京浜東北線から山手線の池袋・新宿方面への乗り換えがスムーズにできるようになりました。



田端駅でエレベーターがあるのはホームの最も北寄りです。東十条駅でエレベーターを降りてすぐの車両に乗った場合、田端駅で電車を降りてすぐにエレベーターが見つかりますが、赤羽駅でエレベーターを降りてすぐの車両に乗ってしまうと、田端駅でホームの端から端まで移動することになります。

← 田端駅北口のエレベーター。転落防止柵が短いので、ホームを移動する場合は十分注意しましょう。

北口改札内に多目的トイレがあります。ドアの開閉ボタンが他所のトイレに比べて少し高い位置にあるように感じました。オストメイト、ベビーシート、ベビーキープ、背もたれが設置されていますが、大人用のベッドやウォシュレットはありません。



↑ 田端駅北口の多目的トイレ。

扉・鍵	自動
手すり	便座に座って右側に可動手すり、左側は固定
水洗ボタン	手動
オストメイト	○
大人用ベッド	×
ベビーシート	○
ベビーキープ	○
ウォシュレット	×
暖房便座	×
シートペーパー シートクリーナー	×
備考	背もたれあり。 手洗いは自動。



↑ ベビーキープとベビーシート。



↑ オストメイト。



↑ → 背もたれと手すりが
あります。

北口改札内にはヘアカットやうどん屋などの店舗があるほか、7月に北口改札を出て右手すぐにアトレヴィ田端店がオープンしました。韓国鍋料理やイタリアンなどのレストラン、洋菓子店や雑貨屋、TSUTAYA など、おしゃれなお店がたくさんあります。



情報提供

その1: NHK 放送受信料の免除基準が変わりました

10月1日から、障害者に対するNHK放送受信料の免除基準の適用範囲が拡大されました。障害の種類にもとづく取扱いの違いが解消され、全額免除における生活状態に関する基準が統一されました。

	全額免除 [障害者の方を世帯構成員に有する場合]		半額免除 [障害者の方が世帯主の場合]	
	これまで	10月1日から	これまで	10月1日から
身体障害者	生活保護法による最低生活費の額に身体障害者特別加算額を加算した額の費用によって営まれる生活状態以下の世帯	世帯構成員全員が市町村民税非課税	視覚・聴覚障害者 または 重度の肢体不自由者	視覚・聴覚障害者は変更なし。 重度の身体障害者に内部機能障害等を追加。
知的障害者	重度の知的障害者を構成員に有する世帯で、世帯構成員全員が市町村民税非課税	世帯構成員全員が市町村民税非課税 (重度以外も対象)	適用外	重度の知的障害者 (「最重度」または「重度」)
精神障害者	適用外	世帯構成員全員が市町村民税非課税	適用外	重度の精神障害者 (1級)

【お問合せ先】NHK視聴者コールセンター

フリーダイヤル(放送受信契約のお申し込みや転居のご連絡):0120-151515

ナビダイヤル(受信料についてのお問い合わせ):0570-077-077

受付時間:午前9時～午後10時(土・日・祝日は午後8時まで)

上記の番号につながらない場合は044-871-8445 または 06-6910-3315

受付時間:午前9時～午後9時(土・日・祝日は午後8時まで)

受信料免除の申請手続き方法

- ①申請書(NHKまたは自治体の窓口にあります)に必要な事項を記入してください(受信契約がお済みでない方は受信契約もあわせてお申し込みください)。
- ②自治体に申請書を提出し、免除事由の証明を受けてください(NHKに直接申請をされる場合は、各種証明書類等をご持参のうえ最寄りのNHK窓口にお越しください。詳細はNHKにお問い合わせください)。
- ③証明を受けた申請書をNHKに提出(郵送)してください。NHKで免除事由確認のうえ、折り返し「受理通知書」をお届けします。

※NHKでは10月から訪問による受信料の徴収を廃止しましたが、重度の身体障害者(1、2級)、重度の知的障害者、重度の精神障害者(1級)が単身でお住まい、または同居者も重度障害者もしくは未成年者であって、口座振替やクレジットカードでの支払い等が困難である場合は、訪問による集金がご利用いただけます(ふれあい収納)。詳しくは上記NHK視聴者コールセンターへお問い合わせください。

その2：自動車税等の障害者減免について

東京都では、身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳・戦傷病者手帳をお持ちの方で、一定の要件を満たす場合、自動車税・自動車取得税の減免を受けられる制度がありますが、この制度が平成 21 年度から改正されることになりました。また、12 月 1 日からは、この制度への申請の事前受付が開始されます。自動車税・自動車取得税の減免制度についての詳細は、東京都主税局のホームページ内にある「自動車税・自動車取得税の減免制度のご案内」のページ <http://www.tax.metro.tokyo.jp/kazei/info/car-genmen.html#a> をご覧になるか、東京都都税総合事務センターにお問合わせください。

東京都都税総合事務センター 〒171-8517 豊島区西池袋 1-17-1

自動車税についての問い合わせ受付ダイヤル：0570-064-171（PHS・IP 電話からは 5985-7811）

FAX：03-5951-8739

減免制度の改正（平成 21 年度から改正）

減免制度の趣旨や税負担の公平性の観点から、平成 21 年度より減免制度が改正されます。なお、構造上もっぱら障害者のために利用される「車いす移動車」や「入浴車」については、引き続き全額減免となります。

改正のポイント

○減免額に上限を設定します

これまで自動車税・自動車取得税を全額減免としてきましたが、減免額の上限を自動車税については 45,000 円、自動車取得税については課税標準額 300 万円相当分までとし、上限を超える場合には上限額との差額分を納付していただきます。

○代替取得時の減免を見直します

自動車を取得し自動車取得税の減免を受けた場合、当該年度内は、買い替え等による新たな自動車の取得に対する自動車取得税の減免は受けられません。

減免申請の事前受付（平成 20 年 12 月 1 日から開始）

これまででは、定期課税分について、当該年度の 4 月 1 日から納期限までの受付でしたが、今後は、6 月から翌年 3 月末までの期間において、翌年度からの減免適用を条件として、事前受付を開始します。

＜減免申請の受付期間＞

年	20 年	平成 21 年							平成 22 年	
月	12 月	1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	……	2 月	3 月
従来	受付せず				21 年度分		受付せず			
今後	21 年度分（事前受付）				21 年度分		22 年度分（事前受付）			

※新車の購入など、自動車を新規に取得し、自動車税又は自動車取得税が課税される場合は、従来どおり、申請期限は「登録の日から 1 ヶ月以内」となっております。申請期限を過ぎますと、当該年度の減免は受けられませんのでご注意ください。

【お問い合わせ先】 東京都主税局課税部課税指導課 電話 5388-2954

その3：チャリティ映画会のお知らせ

北区社会福祉協議会では、来年1月17日(土)に人気脚本家ジェームス三木による映画「ふるさとをください」を上映します。和歌山県の地方の町に精神障害者の福祉作業所ができたことから巻き起こる地域の住民とのさまざまな騒動を、笑いあり、涙ありのドラマでお送りするお話で、障害福祉をテーマとした、人間ドラマとして質の高い映画です。

北社協チャリティ映画会「ふるさとをください」



上演日 平成21年1月17日(土)

上演時間 午前の部 10:30~12:10、午後の部 14:00~15:40

会場 赤羽会館講堂 全席自由 入替制

出演：大路恵美、ベンガル、烏丸せつこ、藤田弓子、中山仁、石井めぐみ他

脚本：ジェームス三木 **音楽**：小六 禮次郎

監督：富永賢治

●チケット発売価格：前売り1,000円(北社協特別価格) 当日1,500円

●チケット販売：北区社会福祉協議会事務局と、2か所のデイホームで発売しています。自主上映のためチケットぴあ等では取り扱っていません。団体・グループでご購入希望の方は下記お問い合わせ先にご連絡ください。

○北区社会福祉協議会(北区岸町1-6-17) Tel: 3906-2352

○桐ヶ丘デイホーム(北区桐ヶ丘1-6-2-101) Tel: 3908-1277

○滝野川 デイホーム(北区滝野川1-46-7 滝野川東区民センター2階) Tel: 5924-2540

※販売時間はいずれも月曜～金曜の9時～17時(祝日、年末年始を除く)

映画会に関するお問い合わせ 北区社会福祉協議会総務係 Tel: 3906-2352

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33号をお送りしました。来年4月には障害者自立支援法の施行から3年となり、法付則に盛り込まれた見直しが行われます。この見直しには当事者の声、現場の声ができるだけ多く反映されて欲しいものです。そのためにはどうしたらよいか、一緒に考え、行動していきましょう。

* * * * *

知人の結婚式に参列するため、逗子マリーナへ行ってきました。最寄り駅の鎌倉駅にエレベーターが設置されていて、ビックリ！ 4年前に車いすの仲間たちと江の島へ遊びに行ったときには鎌倉駅にエレベーターがなくてとても苦労したのに、今回は楽チンでした。そういえば横浜の桜木町駅にも改札内にエレベーターが設置され、以前のように改札の外からホームへ上がることがなくなりました。今号でご紹介した田端駅もそうですが、駅のバリアフリー化は着々と進んでいます。皆さん、車いすでも気軽にお出かけしましょう。(くるみ)

発行：北区障害者地域自立生活支援室 Tel&Fax: 03-3905-7226