

北区障害者地域自立生活支援室より

支援室だより

第61号 (2013年8月発行)

【年6回偶数月月上旬発行】

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内

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、「ろくせいか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、「音訳グループやまびこ」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。(TEL・FAX 兼用:03-3905-7226)

今号の内容

- 「北区障害者関係機関ガイドブック2013」が完成しました・・・・・・・・・・1
- ヨガ講座のご報告と次回のご案内・・・・・・・・・・・・・・・・・・2
- ハンドメイド教室のご報告と次回のご案内・・・・・・・・・・・・・・・・3
- 障害者向け成年後見制度講座を開催しました・・・・・・・・・・4～5
- 【情報提供】PTR2「聴くだけ簡単カバー」のご案内・・・・・・・・・・6
- 【情報提供】「シネマ・デイジー」CDの貸し出しが始まりました・・・・・・・・7
- 【情報提供】第13回全国障害者スポーツ大会のご案内・・・・・・・・・・7
- 【情報提供】国際福祉機器展2013のご案内・・・・・・・・・・8

「北区障害者関係機関ガイドブック2013」が完成しました

「北区障害者関係機関ガイドブック2013」が完成いたしました。
区内にある障害者関係機関の詳細や特徴などを1ページにまとめて記載しています。

こちらは無料で差し上げますので、ご希望の方は支援室までお問い合わせ下さい。

なお、ガイドブックはNPO法人ピアネット北のホームページからも、ご覧いただけます。(http://www.peernet.or.jp/) こちらもご利用下さい。

北区障害者関係機関
ガイドブック2013



NPO法人ピアネット北
北区障害者地域自立生活支援室

ヨガ講座のご報告と次回のご案内

6月の毎月曜日に、北区健康増進センター健康運動士の松丸史先生をお招きして、ヨガ講座を開催しました。

ヨガは、深く大きな呼吸を保ちながらゆっくりとした動きで行いますが、普段使わない筋肉が刺激され、意外と大変な姿勢もあります。各回とも、前半は椅子に座ったポーズ、後半は横になって行うポーズを教えてください、それぞれが自分のペースで体を動かしました。

参加者からは、「いつもは運動する機会がないので、気持ちよかった」「身体がやわらかくなってきた」などの感想を頂きました。



2013年後期

健康講座 ヨガ～yoga～

回数	日程	場所	講座内容
第1回	9月30日(月)	機能訓練室	座って出来る体操、呼吸法、ストレッチ、有酸素運動等 車いすのままでも行えるプログラムです。 ※内容は変更する場合があります。
第2回	10月7日(月)	機能訓練室	
第3回	10月21日(月)	機能訓練室	
第4回	10月28日(月)	機能訓練室	

場 所： 障害者福祉センター 1階 機能訓練室

時 間： 14:00～15:30

対 象： 北区在住・在勤・在学の身体・知的・精神障害の方で、
4回全てにご参加いただける方

講 師： 北区健康増進センター 健康運動指導士 まつまる ふみ 松丸 史 氏

参加費： 無 料

服 装： 動きやすい服装でお越しください。

定 員： 15名（お申し込み多数の場合は、初めての方優先で抽選となります）

申込方法： 電話または、FAXにてお申し込みください。お申し込みの際に、①氏名、②住所、
③電話番号、④障害名（障害の程度）、⑤年齢をお伝え願います。また、手
話通訳が必要な方は、お申しつけください。

締切 9月21日（土）までにお申し込みください。

TEL&FAX 03-3905-7226

（受付時間：月～金 10:00～19:00、土 10:00～17:00）



ハンドメイド教室のご報告と次回のご案内

6月にハンドメイド教室を3回開催しました。今回の内容は、①せっけん粘土でせっけんづくり、②風鈴&ブレスレットづくり、③レンジでチンするカップケーキづくりでした。

2回目のブレスレットづくりでは、すきな色のビーズを選んでもらい、自分で配色をアレンジしながらオリジナルのブレスレットを作成しました。男性も女性も夏らしい、素敵なブレスレットができあがり、帰る時に早速つけていらしたのが印象的でした。

ご参加いただいたみなさま、ありがとうございました。



次回は8~9月に行います。これまでの参加者の方からご要望が多かった「昼食作り」を3回目に行う予定です。3回目のみ時間が変わりますのでご注意ください。

ハンドメイド教室 2013年中期的お知らせ

【日 程】

第1回	8月31日(土)	14:00~16:00	簡単な手芸・工作 を行います
第2回	9月14日(土)		
第3回	9月28日(土)	10:00~13:30	昼食を作ります

【場 所】 障害者福祉センター2階 北区障害者地域自立生活支援室

【対 象】 区内在住・在勤・在学の、「愛の手帳」をお持ちの方で一人での参加が可能な方。全3回参加可能な方。

※初回時のみ、ご記入いただきたい書類がございますので、保護者の方も一緒にお越しください。所要時間は10分程度です。ご来室が難しい場合は別途ご相談ください。

【定 員】 6名(定員を超えた場合は抽選)

【参加費】 一回毎に300円(材料費など)

【持ち物】 エプロン・三角巾、ハンドタオル

【申込方法】 8月22日(木)までに、電話(3905-7226)にてお申込みください。



障害者向け成年後見制度講座を開催しました

7月12日（金）に「成年後見制度のABC」、7月19日（金）に「障害者の成年後見制度」というテーマで成年後見制度講座を開催しました。1回目に北区社会福祉協議会あんしんセンター北の小原氏をお招きし成年後見制度の基本的なご説明を、2回目には実際に障害者の成年後見人として活躍されている武田社会福祉士事務所主宰武田氏をお招きし、お話しをお伺いしました。

「成年後見制度のABC」

高齢で認知症になってしまったり、知的障害や精神障害などにより、自分自身で十分な判断をすることができない方々があります。このような方々は、不動産の売買や財産の取引等の契約や預貯金の解約や払い戻し、介護サービス等の利用契約、入院等の各種手続きなどを一人でやるのが難しい場合があります。「成年後見制度」とは、このような契約や手続きなどを行うときに本人にとって不利益が生じないように、法律的なことや生活面に配慮しながら支援してくれる人を定め、これらのことをお願いする制度です。後見人にはお手伝い「できること」と「できないこと」があります。簡単にまとめてご紹介します。



【後見人がお手伝いできること】

<p>代理権</p> <p>「特定の法律行為」（各種手続き）について、本人に代わって行うことができます。</p> <p>※「特定の法律行為」とは申立ての際、家庭裁判所が定めた特定の法律行為のことです</p>	<p>財産管理に関する法律行為</p> <p>財産管理とは、本人の資産に関することや負債、収入・支出の内容を把握し、本人のために必要かつ相当な支出を計画的に行いつつ、資産を維持していくことです。具体的には以下のような行為を行えます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・不動産などの財産の管理、処分、契約締結など ・銀行、郵便局など金融機関との取引など <p>身上監護に関する法律行為</p> <p>身上監護とは、介護契約や施設入所契約など、本人の身の回りの世話や療養看護に関することです。具体的には以下の行為を行えます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・受診・治療・入院に対する契約締結や費用の支払いなど ・入所施設の入退所や介護サービス利用等に関する、本人との話し合い・情報収集・利用手続き・契約締結・費用の支払いなど
<p>同意権・取消権</p> <p>「重要な法律行為」について必要に応じて同意したり、取り消したりすることができます。</p>	<p>①預貯金を払い戻すこと ②金銭を貸し付けること ③金銭を借りたり、保証人になること ④不動産等の重要な財産に関する権利を得たり失ったりする行為のこと ⑤相続を承認、放棄したり、遺産分割をすること ⑥贈与や遺贈を拒絶したり、不利な条件のついた贈与・遺贈を受けることなど</p> <p>※日用品の購入、その他日常生活に関する行為については取り消すことができません</p>

【後見人にはお手伝いできないこと】

- ・ 介護や家事をすること
- ・ 入院、施設入所の際の身元保証人や身元引受人になること
- ・ 病気の治療や手術など、医療行為に同意すること
- ・ 遺言や養子、認知、結婚、離婚などの意思表示



「障害者の成年後見制度」

実際に 11 人の方の成年後見人を務めている講師から、障害者の成年後見についてのお話しをお伺いしました。最近の成年後見関係の特徴として、毎年申立て件数が増えていて、後見人になるのが家族よりも専門職が多くなってきているということが挙げられるそうです。

講座の中でお話しいただいた担当されている方のケースをひとつご紹介します。



●突然母が死去、後見人がつく（知的障害）

- ・ 二人で暮らしていた母が死去。翌日から一人で生活できず入院する（叔父が協力的）。
- ・ 母は病気がちだったので、生前に後見制度の利用を勧められていたが踏み切れないでいた。
- ・ 本人の入院中に後見人がつき、病院の支払いや施設入居の契約をする。
- ・ 保険金や預金、不動産の相続をし、財産の整理をする。

講師が後見人を担当している障害者の方は、みなさんご両親を亡くされた後に成年後見制度を利用されました。それまで講師は被後見人の障害者の方とは面識がなく、社会福祉士会の紹介を通じて後見がスタートするとき初めて会ったそうです。日々の活動の中では、一から信頼関係を築くことの大変さや、ご本人がどのようなことに興味があって、どんなことが好きなのかがわからず手探りの状態からはじめなければいけない苦労などもお話しいただきました。

多くの方が心配している“親亡きあと”に備えるためには、まずは親が元気なうちに成年後見制度を活用し、後見人等に子どものことを知っておいてもらうことがとても重要なのではないかとお話しを伺って感じました。

成年後見制度についてのお問い合わせは

権利擁護センター 「あんしん北」

電話 03-3908-7280

受付時間 平日 8:30~17:15

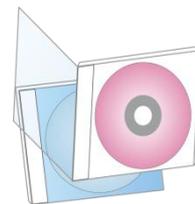
土曜 8:30~12:30





PTR2「聴くだけ簡単カバー」のご案内

シナノケンシ株式会社より販売されているプレクストークポータブルレコーダーPTR2に、「聴くだけ簡単カバー」が標準付属品となりました。カバーをつけると、再生に必要なボタン以外は隠れてしまうので、初心者も安心して利用できます。既に PTR2 をお持ちの方は、カバーだけの購入も可能です。「PTR2 はボタンが多くて操作が難しそう」、「デイジー図書は利用したいけれど機械を使えるか心配」、「購入したけれど操作を覚えるのが大変」といった方にお勧めです。この度、支援室にも「聴くだけ簡単カバー」を用意しましたので、ご興味のある方、実際に操作をしてみたい方は、支援室までお気軽にご連絡ください。



PTR2 本体と簡単カバー



簡単カバーをつけると

4、6 キーで移動単位での前後移動

8 キーで移動単位の選択

音量調整

取出し

巻き戻し

再生・停止

早送り

カバーをつけると、とてもシンプルな構造になるので、カセットテープと同じように操作ができます。また、カバーはバンドがついており簡単に付け外しが出来ますので、カバーを外せば、従来通りの録音や編集の作業が可能です。カバーのみの購入は、税込で3,150円です。

【お問い合わせ】シナノケンシ株式会社

プレクストークお問い合わせ窓口

TEL : 050-5804-1177 (月曜日～土曜日 9:30～17:00 日・祝・祭日は休業)

FAX : 0268-42-2923

URL : <http://www.plextalk.com/>

「シネマ・デイジー」CDの貸出が始まりました

日本点字図書館にて、8月1日より、「シネマ・デイジー」の貸出が始まりました。

「シネマ・デイジー」は、デイジー形式のCDで製作された音声による映画で、本編の主音声と共に、登場人物の動きや場面、背景等の視覚情報を説明した音声解説が録音されています。作品情報、キャスト紹介、映画の本編などへの移動も簡単にできます。作品は、日本点字図書館のWEB OPACから検索が可能です。お手持ちのデイジー再生機で、映画を楽しんでみてはいかがでしょうか。

《お問い合わせ》

日本点字図書館 図書情報課貸し出し担当

TEL : 03 - 3209 - 2442 URL : <http://www.nittento.or.jp/>

第13回 全国障害者スポーツ大会のご案内

今年度は、「第68回国民体育大会」と「第13回全国障害者スポーツ大会」が、「スポーツ祭東京 2013」の名のもと、一つの祭典として東京で行われます。障害者スポーツ大会は、10月12日～14日までの、3日間の開催です。個人競技6競技、団体競技7競技の13競技及びオープン競技が実施されます。競技は東京都内各地で行われますが、北区内の施設でも一部のオープン競技が行われます。



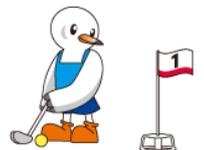
スポーツ祭東京2013
「ゆりーと」

◇◆◇北区内で行われるオープン競技◇◆◇

グラウンド・ゴルフ

10月12日(土) 会場：北区立中央公園野球場

実施団体 月曜クラブ TEL : 03-3956-6177 FAX : 03-3956-6177



障害者シンクロナイズドスイミング

10月13日(日) 会場：東京都障害者総合スポーツセンター

実施団体 日本障害者シンクロナイズドスイミング協会

事務局 TEL : 075-702-3370 FAX : 075-702-3372

関東障害者シンクロナイズドスイミング連盟



ボッチャ

10月13日(日)～14日(祝) 会場：【第一会場】東京都障害者総合スポーツセンター

【第二会場】東京都立北特別支援学校

実施団体 東京ボッチャ連盟 TEL : 042-657-2588 FAX : 042-657-2588



全国障害者スポーツ大会は、平成13年に第1回大会が宮城県で開催されて以来、国民体育大会終了後に毎年行われています。全国規模の大きな大会ですが、東京で開催されるのは初めてのことです。選手たちの活躍を応援にしてみませんか。

国際福祉機器展 2013のご案内

毎年、世界中の福祉機器が一堂に集まる「国際福祉機器展」。今年は下記の日程で行われます。なかなか見ることのできない福祉用具もたくさんあり、また実際に体験することもできます。この機会にぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。

第40回 国際福祉機器展 H.C.R.2013

期日:2013年9月18日(水)~9月20日(金)

10:00~17:00

会場:東京ビッグサイト東展示ホール(有明)

入場料:無料

16カ国1地域
580社の福祉機器を総合展示!



福祉機器展示以外にも、シンポジウムや講座が開催されます。

- シンポジウム「活力ある高齢化と世代間連帯へのドイツの挑戦」
9月19日(木) 13時~16時

- 「H.C.R.セミナー」福祉機器、保健・福祉、介護問題、料理に関する講座等を連日開催!
詳しくは、H.C.R.のホームページをご覧ください。

【お問い合わせ】一般財団法人保健福祉広報協会 (H.C.R.2013 事務局)

電話:03-3580-3052 FAX:03-5512-9798

ホームページ: <http://www.hcr.or.jp/>

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61号をお送りしました。今年度も多くの関係機関のご協力を得て、「北区障害者関係機関ガイドブック 2013」を発行することができました。法律や制度が目まぐるしく変わっている中で、少しでも皆様に関わりやすく伝えられるようにと内容をまとめています。ぜひご活用いただければ幸いです。

* * * * *

今年は集中豪雨や猛暑など「異常気象」だとニュースで耳にすることが多いような気がします。少し前まではゲリラ豪雨を取り立てて騒いでいましたが、最近はそのあたり前のようにさえ感じてしまいます。地球温暖化の影響なのでしょうか。☺

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