

しょうがいしゃそうだんしえんじぎょうしょ みやぎの

障害者相談支援事業所ハンズ宮城野

ねっとわーく

みやぎの
宮城野

だいごう 第54号 はっこう 発行



しょうがいしゃそうだん しえん じぎょうしょ
障害者相談支援事業所
はんずみやぎの
ハンズ宮城野

もくじ

- P.1 さいがいじ じゅんび だいじょうぶ 災害時の準備は大丈夫？
- P.2 ちくよう 木曜サロンりらくらぶの お知らせ
- P.3 ピアカウンセラーの つばやき
- P.4 ハンズみやぎの インフォメーション

さいがいじ じゅんび だいじょうぶ 災害時の準備は大丈夫？

3. 11の震災から8年が経過しました。令和元年11月10日に仙台防災未来フォーラム2019が開催されるこの機会に、あらためて災害時の準備を確認してみたいかがでしょうか。

<基本的な確認をする！>

仙台市では、障害のある方のために『『せんだい安心ナビ』-災害時いざというときに役立つ本-』を作成しています。この本では、災害が起こったときに備えて何を準備しておくべきか、具体的な準備のしかたが書いてあり、いざというときに役立つように作られています。たとえば、災害が起こったらどこに避難すればいいの？電気が水道が止まったらどうすればいいの？かかりつけの病院に行けなくなったらどうすればいいの？などというときの基本的な対策方法が書かれています。



(この本の詳細は、仙台市健康福祉局障害者支援課 住所仙台市あおばくこくぶんちょう 青葉区国分町3-7-1市役所本庁舎 8階 電話022-214-8165又はファックス022-223-3573にお問合せください。また、この本は、仙台市のホームページからダウンロードすることもできますし、ハンズ宮城野にも備え付けておりますのでご利用ください。)



<シミュレーションを考えてみる！>

基本的な対策方法を確認したら、次はシミュレーションをしてみましょう。本を読んだだけでは災害時にきちんと行動できるとは限りません。日頃から避難訓練に参加したり、水や非常食や医薬品などを非常用持出袋などに入れて、置き場所を決めておくことが大事です。

<避難計画を作る！>

この本をご家族や施設の方などと一緒に読んで、挟み込まれている「私の避難計画」に大事なことを書き込みしてお財布などに折りたたんで入れておいたり、携帯電話やスマートフォンのカメラで撮影して保存しておくくと便利です。

もし、災害が起こったときは落ち着いて行動し、安全を確認してから見るようにしましょう。



おんせい 音声コードは視覚障害のある方
こうれい や高齢の方の情報ツールです

SP コード



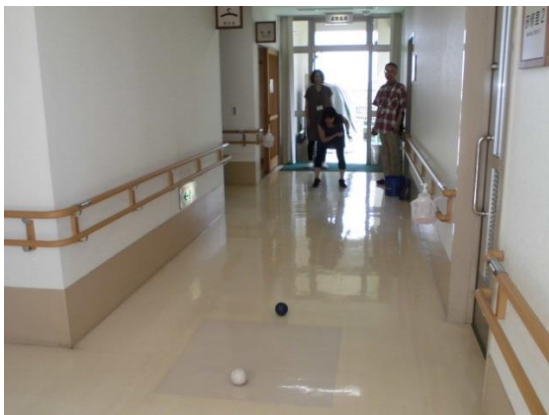
もくよう
木曜サロン
いらっくらぶのお知らせ

5月16日 (木)

アロマオイルを使用したハンドマッサージ
やすごろくゲームを行いました。
ハンドマッサージは気持ちが良いと好評
で、お茶を飲みながらの談話も行い、楽しい時間を過ごしました。すごろくゲームも楽しめました。



7月25日 (木)



障害者スポーツでパラリンピック
競技種目でもある「ボッチャ」を行いました。テレビで見たことはあるものの、初めてするスポーツで、難しいと思うところもありましたが、やってみるとおもしろく、楽しく体を動かしました。

ハンス宮城野では、奇数月の第3木曜日（13：30～15：00）に「木曜サロンいらっくらぶ」を開催しています。
だれでも参加できて、のんびり、ゆったり、たくさん、おしゃべりができる会です。
情報交換をしたり、音楽を聴いたり、ときにはゲームをしたり、楽しいひと時を過ごしませんか。
【次回の日程】 令和元年11月21日
※ 日時や内容は変更になることがあります。詳細はハンス宮城野までお問い合わせください。

SP コード





ピアカウンセラーのつぶやき



R元/9/5

みな げんき
皆さんこんにちは、お元気ですか？

ねんなつ とうきょう 2020年夏に東京オリンピック・パラリンピックが開かれます。世界中から多くのアスリート、応援の方々が日本各地にいらっしゃいます。楽しみですね。皆さんはどんな競技を見たいですか？どんな競技を応援したいですか？

へいせい ねん がつ しょうがいしゃ さべつ かいしょうほう せいしきめいしょう しょうがい りゆう さべつ かいしょう
平成28年4月に障害者差別解消法（＊正式名称は「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律」です。）が施行されました。この法律により、皆さんの生活に変化を感じることはありませんか？少しでも何かおかしい、またはよくなってきた（配慮があった）とか、小さな声の積み重ねが、障害を持った方々、高齢の方々、小さな子どもたちの住みよい町になるための一歩なのです。法律が施行されたからすぐに完全な社会にはならないと思いますが、住みやすい町にするには小さな声の積み重ねが大切です。何かおかしいと思ったときは、ピアカウンセラーや身近な福祉関係者に声をかけてください。

ねんなつ とうきょう 2020年夏の東京オリンピック・パラリンピックで、私たちの障害理解が一段と進むことによって、やさしい町、住みやすい町、やさしい社会になることを願っています。

肢体・難病 ピアカウンセラー 千葉照之



ピアカウンセラーとは

ピア (peer) とは「仲間」という意味です。

しょうがい も ひとどうし おな なや つら たいけん はなし き
障害を持つ人同士が同じ悩みや辛さ、体験した話を聞くことで本当の共感を得て本音で話すことができます。同じ悩みや障害を持つ仲間の相談にのり、悩みを解決できるようにサポートしてくれる人がピアカウンセラーです。

みやぎの ハンス宮城野では、ピアカウンセラーが悩みを聞き、相談にのってくれる「相談日」があります。

きがる しょうたん 気軽に相談してください。

- ★ 毎週 木曜日・金曜日
 - ★ 時間 10:00~15:45
 - ★ 電話 022-295-7440
 - ★ 対面式 要予約
- (ハンス宮城野内)



SP コード



みやぎの ハンス宮城野 インフォメーション



せんたいぼうさいみらい かいさい 仙台防災未来フォーラムが開催されます

れいわがんねん がつ にち にち せんたいぼうさいみらい せんたいこくさい てんじとう
令和元年11月10日(日)に仙台防災未来フォーラム2019が仙台国際センター展示棟において
かいさい ひがしにほんだいしんさい けいけん きょうくん みらい ぼうさい
開催されます。これは東日本大震災の経験や教訓を未来の防災につなぐため、ブース展示や体験イベ
ントなどを通じて市民が防災を学び、日頃の活動を発信するフォーラムです。

ほんねん がつ にち おこな
本年3月10日に行われたフォーラムでは、防災・減災等に関するプレゼンテーションやセッション
のほか、商品や資料・パネル・ポスターのブース展示、体験できる防災や環境に関するゲームや防災グ
ッズ作成等のワークショップ、子ども・親子・若者を対象とした防災、環境に関する歌やダンスある
いは実験等のステージイベントがありました。今回のフォーラムでも楽しく学び参加できるプログラム
が用意されていると思いますので、興味のある方はぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。

また、仙台市では、障害の有無によらず、地域のすべての関係者が自助・共助を担う地域づくりを進
めていますので、この機会に障害のある方の生活と防災について、地域における情報提供や支援のあ
り方、災害時の支援や配慮のあり方、防災対策等も考えてみましょう。

しょうさい せんたいぼうさいみらい うんえいじむきょく
詳細は「仙台防災未来フォーラム運営事務局」TEL 090-2952-0251 E-mail info@sd-resilience.jp
へお問合せください。

みやぎの そうだんし えんじぎょう あんない ハンス宮城野 相談支援事業のご案内

しょうだんじかん
*相談時間 : 8:30~19:00 *月曜日、祝日の翌日はお休みです。

げつようび しゅくじつ よくじつ やす
げつようび とうようび しゅくじつ ばあい のぞ
(月曜日または土曜日が祝日の場合は除く)

しょうだんほうほう
*相談方法 : 来所、訪問、電話、ファックス、Eメール *相談料は無料です。

【休館日 (令和元年11月~令和2年2月)】

れいわがんねん がつ にち にち にち にち せい
令和元年11月・・・4日、11日、18日、25日 令和元年12月・・・2日、9日、16日、23日、
28日、29日、30日、31日 令和2年1月・・・1日、2日、3日、4日、6日、13日、20日、
27日 令和2年2月・・・3日、10日、12日、17日、24日



いけん かんそう ま
ご意見・ご感想をお待ちしております
しょうがいしゃそうだんし えんじぎょうしよ みやぎの
障害者相談支援事業所ハンス宮城野
せんたいしみやぎのくおおかじ せんたいしみやぎのしょうがいしゃふくし ない
〒983-0835 仙台市宮城野区大槻16-2 仙台市宮城野障害者福祉センター内
でんわ
電話 ・ ファックス ・ 022-295-7440
メールアドレス hands-mi2@shinsyou-sendai.or.jp

SPコード

