

しょうがいしゃそつ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



だいごう 第56号

はつこう 発行

しょうがいしゃそつだんしえんじぎょうしょ 障害者相談支援事業所

みやぎの ハンズ宮城野

みやぎの 宮城野

## もくじ

- P.1 しょうちょうあいさつ 所長挨拶
- P.2 しんがた 新型コロナウイルスについて
- P.3 知っていますか 「市営施設利用料金」の減免
- P.4 ハンズみやぎの インフォメーション



### しょうちょうあいさつ ~所長挨拶~

しょうがいしゃそつだんしえんじぎょうしょ 障害者相談支援事業所ハンズ宮城野 しょうちょう 所長 すずき せいき 鈴木 成貴

とうしょうがいしゃそつだんしえんじぎょうしょ 当障害者相談支援事業所ハンズ宮城野をご利用いただいている皆様をはじめ、各関係機関の皆様には、日頃よりご理解とご協力を賜り心より厚く御礼申し上げます。

さて、当事業所では、新入スタッフを迎えて新たな体制のもとと新年度をスタート致しました。

しんたいせい 新体制となつて間もないことや、しんしん 新任職員におきまして不慣れな面がございますが、あんしん 安心して親しまれる事業所を目指しながら、みんさま 皆様が豊かな生活を営むことができるよう、より良いサービスの提供に職員一同努力してまいります。

今後とも、しょうがいしゃそつだんしえんじぎょうしょ 障害者相談支援事業所ハンズ宮城野をどうぞよろしくお願い致します。

### みやぎの ハンズ宮城野 そつだんしえんじぎょう 相談支援事業のご案内

- 相談時間： 8:30~19:00
- 相談方法： 来所、訪問、電話、ファックス、Eメール

● 電話：022-295-7440

● Eメール：

[hands-mi2@shinsyou-sendai.or.jp](mailto:hands-mi2@shinsyou-sendai.or.jp)

● 住所：仙台市宮城野区大槻16-2

(みやぎのしょうがいしゃふくしセンター内)

\*月曜日、祝日の翌日はお休みです。

\*相談料は無料です。

### どんな相談があるの？

- 障害のある家族がいるが、今後どのように生活したらよいか不安。
  - 一人暮らしをしたいが、どのようなサービスが利用できるだろうか。
  - 悩みを聞いてほしい。 ● 余暇を楽しみたいが、何かないだろうか。
  - 日中どこかに行きたい。
- さまざま 様々な相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。





# 新型コロナウイルス感染予防



現在新型コロナウイルス感染症が世界的に感染拡大しています。オリンピックの延期も決定し、さまざまなイベントも延期や中止、自粛するなど大きな影響を及ぼしています。感染を拡大させないためにも感染症対策や健康管理を心掛けていきましょう。



新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。また、「十分な睡眠」や「バランスの良い食事」を心掛け免疫力を高めることも重要とされています。

## ①手洗い

### 正しい手の洗い方

手洗いの前に  
 ・爪は短く切っておきましょう  
 ・時計や指輪は外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後に、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぼすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗いします。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

## ②咳エチケット

### 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



何もせずに咳やくしゃみをする  
 咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する(口・鼻を覆う)  
 ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う  
 袖で口・鼻を覆う

## 正しいマスクの着用

- 鼻と口の両方を確実に覆う
- ゴムひもを耳にかける
- 隙間がないよう鼻まで覆う

### マスクは外し方も大切！！

使用済みのマスクはウイルスの付着している可能性があります。外す際にはゴムバンドのみを触って外し、マスクの表面には触れないようにしましょう。また、外した後の手洗いも忘れずに行いましょう。

## 知っていますか 「市営施設利用料金の減免」

仙台市では身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方、身体障害者手帳1級または2級、療育手帳、精神障害者福祉手帳をお持ちの方に付き添う満18歳以上の介護人1名（介護人の年齢制限を設けていない施設もあります。）の市営施設利用料金を減免する制度があります。

利用する施設によって対象となる方が異なる場合がありますので、詳しくは各施設に問い合わせせてみて下さい。

例えば・・・

天文台 （無料/特別展は半額）	スリーエム仙台市科学館 （無料/特別展は半額）
博物館（無料/特別展は半額） ※特別展は減免内容が変更になる場合あり	八木山動物園 （無料/入場料以外は実費負担）
仙台文学館 （無料/特別展は半額）	戦災復興記念館資料展示室 （無料）
カメイアリーナ仙台【仙台市体育館】 （無料/第一競技場、第二競技場、軽運動場、温水プール、トレーニング室、体力測定室）	
シルバーセンター（無料/プール、浴室、サウナ） 対象：身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者手帳をお持ちの方とその付添人	

上記は一例になります。

その他施設については仙台いふれあいガイドや仙台市ホームページをご参照ください。

出典：令和元年度版 仙台いふれあいガイド P89～91

## ピアカウンセラーのご案内

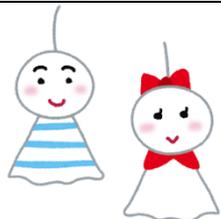
ハンス宮城野では、ピアカウンセラーが悩みを聞き、相談ののってくれる相談日があります。

- 毎週：木曜日・金曜日
- 相談時間：10:00～15:45
- 相談方法：対面式
- 要予約 電話：022-295-7440



### ピアカウンセラーとは？

ピアとは「仲間」という意味です。  
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  
**ハンズ宮城野 インフォメーション**



ねんかんぎょうじ あんない  
～年間行事のご案内～

つき 月	ぎょう 行	じ 事
れいわ ねん 令和2年	がつ 6月	こうほうし みやぎの だい ごうはっこう 広報誌「ねっとわーく宮城野」第56号発行
	がつ 7月	もくよう だい もくようび 木曜サロン「りらっくらぶ」(第3木曜日13:30～15:00)
	がつ 8月	
	がつ 9月	だい かい げんき みやぎのしょうがいしゃふくし きょうさい 第7回「元気まつり」(宮城野障 害 者福祉センターと共 催) もくよう だい もくようび 木曜サロン「りらっくらぶ」(第3木曜日13:30～15:00)
	がつ 10月	こうほうし みやぎの だい ごうはっこう 広報誌「ねっとわーく宮城野」第57号発行 しょうがいしゃ かぞくむ こうざ 障 害 者・家族向け講座
	がつ 11月	しゃかいせいかつりょく こうざ 社会生活 カプログラム講座 もくよう だい もくようび 木曜サロン「りらっくらぶ」(第3木曜日13:30～15:00)
	がつ 12月	
れいわ ねん 令和3年	がつ 1月	もくよう だい もくようび 木曜サロン「りらっくらぶ」(第3木曜日13:30～15:00)
	がつ 2月	こうほうし みやぎの だい ごうはっこう 広報誌「ねっとわーく宮城野」第58号発行 ようせいこうざ みやぎのしょうがいしゃふくし きょうさい ボランティア養成講座(宮城野障 害 者福祉センターと共 催)
	がつ 3月	けんしゅう みやぎのしょうがいしゃふくし きょうさい ボランティア研 修(宮城野障 害 者福祉センターと共 催) もくよう だい もくようび 木曜サロン「りらっくらぶ」(第3木曜日13:30～15:00)

※日程は変更または中止になる場合があります。

きゅうかん び し  
<休館日のお知らせ>

6月・・・1日(月)、 8日(月)、 15日(月)、 22日(月)、 29日(月)

7月・・・6日(月)、 13日(月)、 20日(月)、 25日(土)、 27日(月)

8月・・・3日(月)、 10日(月)、 17日(月)、 24日(月)、 31日(月)

9月・・・7日(月)、 14日(月)、 21日(月)、 23日(水)、 28日(月)

10月・・・5日(月)、 12日(月)、 19日(月)、 26日(月)



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 えんじぎょうしょ みやぎの  
**障害者相談支援事業所ハンズ宮城野**

〒983-0835

せんだいしみやぎのくおおかし せんだいしみやぎのしょうがいしゃふくし ない  
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

電話・ファックス 022-295-7440

メールアドレス [hands-mi2@shinsyou-sendai.or.jp](mailto:hands-mi2@shinsyou-sendai.or.jp)

