

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

第58号



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  
みやぎの  
ハンズ宮城野

## もくじ

- P.1 ヘルプカード  
ご存じですか?
- P.2 主催事業報告
- P.3 ピアカウンセラーの  
つばやき
- P.4 ハンズ宮城野  
インフォメーション

ヘルプカードご存じですか?

ヘルプカードは、障害のある人が緊急時や災害時、困った際に、周囲の配慮や手助けをお願いしやすくするものです。

- 緊急のとき・・・パニックや発作、病気のとき
- 災害のとき・・・避難場所ですぐるとき
- 日常的に・・・ちょっとした手助けがほしいとき

ヘルプカードを  
提示することで  
必要とする支援が伝わります

困ったときに伝えたい内容を記入します。  
必要な欄のみ記入し、すべての欄に記入する  
必要はありません。  
他人に知られたくない内容は記入しなくても  
かまいません。



記入日:	年	月	日	
氏名:	男	女性	血液型:	型
生年月日:	年	月	日	
住所:				
緊急連絡先				
氏名:	本人との	関係:		
電話番号:				

### 携帯方法例

- ・カードホルダーに入れて首からさげる
- ・財布の中に入れる
- ・バックのポケットに入れる など

### 配布対象者

身体、知的、精神に障害のある方、  
難病患者の方など

※障害者手帳等の交付の有無は問いません。

障害種別・疾病等	
種別: 身体・知的・精神・難病・その他 ( )	
障害名・病名:	
症状:	
かかりつけ医療機関	
病院名:	主治医:
電話番号:	

苦手なこと・できないこと
必要な支援など

### 配布場所

仙台市役所障害企画課、各区役所・宮城総合支所  
障害高齢課及び秋保総合支所保健福祉課で配布しています。  
また仙台市ホームページからダウンロードすることも  
できます。

上記のほかにも色々なパターンのひな型が  
ホームページに掲載されています。  
仙台市ホームページ:  
<http://www.city.sendai.jp/kenko-kikaku/kurashi/kenkotofukushi/shogai/kehatsu/mark/helpcard.html>

## しゅさいじぎょうほうこく 主催事業報告

### ～令和2年度社会生活カプログラム講座を開催しました～

令和2年12月3日（木）社会生活カプログラム講座「消費者トラブルに遭わないために」を開催しました。

講師には、仙台市消費生活センターの幕田久美子氏をお迎えし、障害のある方やそのご家族への身近にある消費者トラブルの事例紹介や消費者トラブルに巻き込まれないための対策を身に付けていただくための情報提供等について、ご講話をいただきました。

講座では、新型コロナウイルスの影響により、インターネットやテレビショッピングを利用した後の相談が増えているとの話がありました。また、実際にあった消費者トラブルを引き合いに出してお話しいただいたことで、消費者トラブルに遭わないための具体的な対策について理解を深めることができたようで、参加された皆様は熱心に耳を傾けていました。

最後に、消費者トラブルに遭わないためには①断る勇氣、②相談する勇氣を持つことが大切とまとめがありました。講座終了後には、「講師の方のお話が分かりやすく、とても参考になりました。今後、家族ともマルチ商法の対策などについても話し合ってみたいと思いました。」「用語等についてひとつひとつ丁寧に説明して下さった。」「身近な話で分かりやすかった。」「クーリングオフの期間が再確認できました。」「などの感想がありました。今後も皆様にとって、役立つような情報提供ができる講座を企画していきたいと思っております。



開催日時：令和2年12月3日（木）

場所：宮城野障害者福祉センター

研修室2

参加人数：7名



### 消費生活センターってどんなところ？

#### ◆ 何をしているところ？

**消費生活相談：**商品やサービスの契約トラブルなどの相談を受け、解決に向けてお手伝いを行っています。

**くらしの情報提供：**消費生活に必要な知識や情報を提供しています。

**消費生活講座・くらしのセミナー：**

専門の講師による講座の開催や、地域での消費生活に関する学習のために無料で講師を派遣しています。

#### ◆ 仙台市消費生活センターは誰でも利用できるの？

仙台市に住んでいる人、勤務先の会社、通っている学校が仙台市にある方が利用できます。

#### ◆ 消費生活センターはどこにあるの？

**仙台市消費生活センター：**青葉区一番町141ビル（三越定禅寺通り館）5階 電話番号：022-268-7867

**宮城県消費生活センター：**県庁1階 電話番号：022-261-5161





# ピアカウンセラーのつぶやき



障害者相談支援事業所ハンス宮城野

ピアカウンセラー 千葉照之

皆さんお変わりありませんか？

なかなかコロナは終息しませんが、皆さんはどのようにお過ごしでしょうか？

私は持病（膠原病）があるので皆さんよりは少し気を付けて生活しています。

病気の患者会の情報等で「コロナを正しく恐れ、正しく理解し、正しい行動をする」と言われ、そのようにしています。コロナは感染症なので人との密接、密閉、密集を避けて行動するようにしています。

病院（月1回の定期健診）にも通い主治医の先生の指示に対応しています。

買い物も今はスマホで店の混雑情報がわかるので、時間帯を選んで行っています。

只、家に居るばかりだと体力が落ちるので、積極的に散歩をするようにしています。（完全防寒で！！笑）

皆さん、それぞれでお過ごししていると思いますが、ちょっと寂しいとき、ちょっと相談したいとき、ちょっと困っているときなど私と話をしてみませんか？

毎週木曜日10時から15時までハンス宮城野にありますのでどうぞお気軽に電話してみてください。

お待ちしております。



## 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、相談にのってくれる相談日があります。

- 毎週：木曜日
- 相談時間：10:00～15:00
- 要予約 電話：022-295-7440

## ピアカウンセラーって？

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 ハズ宮城野 インフォメーション



## ～木曜サロン りらくらぶについて～

ハズ宮城野では奇数月の第3木曜日（13：30～15：00）に「木曜サロン りらくらぶ」を開催しています。誰でも参加できて、のんびりゆったり、たくさんおしゃべりができる会です。

感染対策を行いながらみんなで楽しい時間を過ごしてみませんか？

今後の予定：3月18日（木）13：30～

※日時や内容は変更、または中止になる場合があります。詳しくはハズ宮城野までお問い合わせください。

## 11月りらくらぶ ～松ぼっくりアート～



令和2年11月19日にりらくらぶを開催しました。この日はクリスマスを翌月に控えていたため白や緑に色付けした松ぼっくりへマスキングテープやビーズを使い思い思いの飾りつけを行いました。参加者は近況を話したりしながらもよく手を動かして作品を作り上げ、お互いの完成した作品を見たりしながら好評のうちに終了となりました。

## 【ハズ宮城野 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
- 月曜日、祝日の翌日はお休みです。相談料は無料です。



## 【休館日のお知らせ】

令和3年2月：1日（月）、8日（月）、12日（金）、15日（月）、22日（月）、24日（水）

令和3年3月：1日（月）、8日（月）、15日（月）、22日（月）、29日（月）

令和3年4月：5日（月）、12日（月）、19日（月）、26日（月）、30日（金）

令和3年5月：3日（月）、6日（木）、10日（月）、17日（月）、24日（月）、31日（月）



ご意見・ご感想をお待ちしております

しょうがいしゃ相談支援事業所みやぎの  
**障害者相談支援事業所ハズ宮城野**  
〒983-0835

仙台市みやぎのくおかし 仙台市みやぎのしょうがいしゃふくし  
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)

