

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



だいごう
第67号
はっごう
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
みやぎの
ハンズ宮城野

みやぎの
宮城野

じぶん
自分のトリセツ

もくじ

- P.1 じぶん 自分のトリセツ「クライシスプラン」知っていますか？
- P.2 ピアカウンセラーのつぶやき
- P.3 れいわ ねんどしゃかいせいかつりょく 令和5年度社会生活力プログラムを開催しました
- P.4 かいせいしょうがいしゃさべつかいしょうぼう しこう 改正障害者差別解消法」施行されます
きゅうかんび 休館日のお知らせ

「クライシスプラン」って知っていますか？

ひとむかしまえ うた きょく おほ
一昔前にはやった歌で、「トリセツ」という曲があったのは覚えていますか？
あいて だんせい じぶんじしん つ あ ほ あいて じぶん し
相手の男性に自分自身とどう付き合っ欲しいのか、相手に自分のことを知ってもらい、これから
よろしくね、という歌詞でしたが、では、みなさんは自分自身のことってどのくらいわかっているで
しょうか？

ふう たいちょう わる よ じぶんじしん
「こんな風になってきたら体調が悪くなる」「こんなときはどうすれば良い」そんな自分自身の
とりあつかいせつめいしょ こま とき はや かいけつさく み じぶんじしん
取扱説明書があれば、困った時に早く解決策が見つかるかもしれません。そして、自分自身の
「トリセツ」をかそく しえんしゃ きょうゆう とき ところづよ
を家族や支援者と共有していければ、いざという時に心強いツールになるかもしれません。

そんな自分自身の「トリセツ」に「クライシスプラン」というものがあります。

ふあん かん はじ じぶん かいけつ とき
・「不安を感じ始めた。でも自分で解決できるかもしれない。」という時にはどのようにしたらよ
いのか。

だれ て か とき ふう て か
・「誰かに手を貸してもらえればクリアできるかもしれない。」という時にはどんな風に手を貸し
てほしいのか。

ひとり だれ たす だれ そうだん
・「こうなっては一人ではムリ！誰か助けて！」そんなときには誰に、どのように相談するのか。
まえ せいり まわ ひと し ふあん
これらのことが前もって整理されていたり、周りの人に知ってもらうことができたら、不安に
なったときの安心材料が増えるかもしれません。

ひとり つく むすか ひつよう おも じゅしん
もちろん一人で作ることは難しいかもしれません。必要かも、と思われたときには受診してい
びょういん そうだんしえんじぎょうしょ そうだんいん そうだん いっしょ つく よ おも
る病院や相談支援事業所の相談員などに相談をしてみて、一緒に作っていくと良いと思いま
す。きもち よゆう とき じぶんじしん かんが
気持ちに余裕がある時に、自分自身のトリセツ、「クライシスプラン」について考えてみては
どうでしょうか？



ピアカウンセラーのつぶやき



「これからよろしくお願ひします。」

すがの まさひと
菅野 公仁

わたし がつ しゅう かいもくようび みやぎの
私は1月から週1回木曜日にハンス宮城野でピアカウンセラーをすることになりました、菅野公仁です。

ねんまえ みやぎのしょうがいしゃふくし じりつくんれん りょう
もともと3年前、宮城野障害者福祉センターで自立訓練を利用していました。そのことが縁で、今回ピアカウンセラーを引き受けることになりました。よろしくお願ひします。

いま う たちば おな しょうがいしゃ たちば い
今までサービスを受ける立場にいましたが、同じ障害者という立場を生かして、地域の方々や障害者の方々をつなぐお手伝いができるように、職場の方々に仕事を教えていただきながら、覚えているところです。無理はしないで、自分のペースで役割を果たせたら自信になると思っています。

みやぎのく たつきゅう うんどうかい さんか
宮城野区で行われた卓球バレーやボッチャ、運動会にも参加したことがあります。地域の皆様の元気さに、その都度励まされています。

しょうがい かたがた そうだんしえん てつだ がんば そうだん
障害のある方々の相談支援のお手伝いを頑張ります。相談がある際には、ハンス宮城野をご利用ください。



れいわ ねんど しゃかいせいかつりよく こうざ
令和5年度 社会生活 カプログラム講座

にゅうしょせつ げんじょう りょう かいさい
「入 所施設の現 状と利用について」を開催しました



れいわ ねん がつ にち ど しゃかいせいかつりよく こうざ にゅうしょせつ げんじょう りょう かいさい
令和6年1月20日（土）、社会生活 カプログラム講座「入 所施設の現 状と利用について」を開催

めい かた さんか こうし しゃかいふくしほうじんみやぎけんしゃかいふくしきょうぎかいしょうがいしゅしえんし
し、10名の方にご参加いただきました。講師には社会福祉法人宮城県社会福祉協議会障 害者支援施

せつみやぎけんふながた さと えんせいかつしえんかちょう たかだかずひこし むか にゅうしょせつ かん ちしき りかい
設宮城県船形の郷おおくら園生活支援課長の高田和彦氏をお迎えし、入 所施設に関する知識と理解を

え にゅうしょせつ せいかつ たい ふあん かいしょう こうわ
得ていただくとともに、入 所施設で生活することに対する不安を解 消していただくためのご講話をい

ただきました。

こうわ ぜんはん にゅうしょせつ れきし にゅうしょせつ もと げんざい がいようせつめい
講話の前半は、入 所施設の歴史、入 所施設に求められることや現在のニーズについての概要説明が

こうはん にゅうしょせつ りょう ひつよう ちしき みやぎけんふながた さと りょう せつめいなど
あり、後半は、入 所施設の利用にあたって必要な知識や宮城県船形の郷の利用についての説明等があ

さんかしゃ こうし はなし しんけん き こうわ とちゅう こうし りょうしょう え しつぎ ばめん
りました。参加者は、講師の話 を真剣に聞いており、講話の途中でも講師の了 解を得て質疑する場面

こうわ せんもんてき ようご で しりょう さんか
もありました。講話では、専門的な用語が出ることはほとんどなく、資料もわかりやすく、参加された

みな ないよう りかい
皆さんは内容を理解されていたようです。

こうざしゅうりょうご きにゅう さんかしゃ さんこう
講座終了後に記入してもらった参加者のアンケートでは、「わかりやすかった」、「参考になった」な

かんそう にゅうしょせつ ちいきいこう たいせつ など いけん
どの感想のほか、入 所施設からグループホームなどへの地域移行の大切さ等の意見もありました。

こんご しょうがいとうじしゃ かぞく ないよう はあく つと しょうがい かた ちいきせいかつ やくだ
今後も障害当事者やそのご家族が知りたい内容などの把握に努め、障 害のある方の地域生活に役立つ

こうざ きかく おこな おも
講座の企画を行っていきたいと思います。



「障害者差別解消法」が改正されました

平成28年に制定された「障害者差別解消法」が改正され、令和6年4月1日より施行されます。

仙台市では平成28年4月に「仙台市障害を理由とする差別をなくし障害のある人もない人も共に暮らしやすいまちをつくる条例」が施行されてきましたが、今回の「障害者差別解消法」の改正を受けて条例の一部を改正し、法律より先行し令和5年10月より施行されていました。

今回の改正で大きく変わったことは、これまでは事業者による合理的配慮は努力義務であったことから義務に変わったことがあげられます。もちろん今まで通り負担が重すぎない範囲での対応のところは変わりませんが、義務化されたことは大きな一歩になりました。

今回の改正を受けて障害の有無にかかわらず、誰もが住みやすいまち作りがさらに進んでいって欲しいと思います。

<休館日のお知らせ>

2月：5日(月)、12日(月)、19日(月)、24日(土)、26日(月)

3月：4日(月)、11日(月)、18日(月)、21日(木)、25日(月)

4月：1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)

5月：6日(月)、13日(月)、20日(月)、28日(月)

6月：3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)

7月：1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)



ご意見・ご感想をお待ちしております

障害者相談支援事業所ハンズ宮城野

〒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

電話・ファックス 022-295-7440

メールアドレス hands-mi2@shinsyou-sendai.or.jp