

##・発行/自立生活センターPingあおもり 就労継続支援B型事業所スタジオとまと 特定非営利活動法人ピアネット 038-0011 青森市篠田1-8-1 エムズコーポ101/tel.017-761-2745/fax.017-761-2746/e-mail,ping@ping-aomori.jp http://www.ping-aomori.jp/ping page/index.htm 発行責任者/佐藤 広則

就労継続支援B型事業所移行記念祝賀会





思い出の写真

続支援B型事業所」に移行した記念の祝賀 会を開きました。

とまとのメンバーや職員のほかに、ピアネット会員の皆さん、自立生活センターPingあおもりの介護部門「あおもり24」のヘルパー、いつもお世話になっている市長さんや議員さん、県身連の大池局長さん、同じNPOの仲間のみなさん、青森大学社会学部の学生さんなど総勢35名があつまりました。 (佐藤マ)



就労支援事業所で働いて いる溝江君の「 乾 杯!」

35 号 も く	就労継続支援 B 型事業所移行記念祝賀会 研修会(県民福祉プラザ)		Ping あおもり近況 ····································	
	PSCAジャーナル	2	バザーに参加しました!	4
	新山農園でブドウ狩り	3	年賀状印刷御礼	4
	車いすでライブへ	3	とまとの収穫祭報告	4
	西滝3丁目通信	3	編集後記	4

研修会

青森県から補助を受けて「青森県福祉・介護人 材確保対策事業」として単独では研修事業を実施 することが難しい小規模事業所が集まって「複数 事業所連携事業」を実施しました。

日時 11月27日(日) 10:30~17:00

場所 県民福祉プラザ

講師 伊藤 夕里亜 先生

(福岡県古賀市イトウデンタルクリニック) 栄養カウンセラー ひきこもり支援相談士

内容

第一部「虫歯・唾液・歯ぐきの話し」 第二部「子供が丈夫になる食事 血糖値と栄 養の関係について」

元気で長生きするために大事な歯をいかに守る か、体内に入ると「糖」に変化する炭水化物など を大量に摂取する日本人の食習慣の弊害、低血糖



の正しい知識、 低血糖が心身 に与える悪影 響など、これ まで聞いたこ とがない視点 での話は大変 興味深くまた、 説得力のある ものでした。

 $(M \cdot S)$

吸引器のチューブにつなぐだけで汚れを吸い取りなが ら楽々ブラッシングができる「吸引歯ブラシ」の紹介

PSCAジャーナル

佐野 元昭

昨年の11月6日に青森県立保健大学 体育館に て行われた「第2回 車椅子スポーツイベント」 に電動車いすサッカーの講師としてPSCあおも りが参加しました。

今回初めて依頼を受けて参加したイベントで、 車椅子のスポーツを紹介し、参加者に体験しても らうというものだったのですが、私たちの他に車 椅子バスケや車椅子テニスの団体が講師として参 加していました。





私たちは20分の試合 のデモンストレーション を披露しました。その後

他競技の団体が自

分たちと同じように競技を披露し、最後に 100人くらいの参加者が少数グループに分 れて、時間を区切ってそれぞれの競技を体験 していきました。電動車いすサッカーの体験 コーナーでは、PKの体験をやってみました が、初めて電動車いすの操作をする参加者多 くて皆さん悪戦苦闘していました。

そのためすぐに時間が経ってしまい、全て の人たちに電動車いすに乗ってもらうことが できなかったのが残念でしたが、沢山の人た ちに電動車いすサッカーというスポーツを知 ってもらうきっかけができて、私たちとして も貴重な体験ができました。

新山農園でブドウ狩り

11月10日 青森市高田地区で農園を営む新山さん(ピアネット正会員)からのお誘いで、NPO法人 SANNet青森の皆さんと一緒にブドウ狩りに参加しました。

「あらかた市場に出し、残りはカラスが食べるだけ」と聞いていましたが、幾筋もあるブドウ棚の奥の方に入っていくと、枝と枝の間に立派なブドウがぶら下がっているのがあちらこちらに見え出しました。佐藤と柿崎君は車いすで参加しましたが、介助者がいたから大丈夫。

ブドウ棚は地面から150センチくらいの高さで、 車いすの目線からの方が良くみつかります。時々口 に入れながら、介助者の助けをかりてかご一杯のブ ドウを狩ってきました。

お日様が当たるところのブドウがよりおいしい、ということが分かりました。

ついでにというか、サツマイモも堀りたてのを、 20本くらいいただいてきました。

ちゃっかり事務所の店で商品として売りましたが、残ったブドウはジュースにして冷凍庫で眠っています。(佐藤)



車いすでライ

石 塚 理香子

今まで倖田來未、KAT-TU N、AAA、テゴマスのライブ に行って来ました。

車いすで得することといえば、

本当は2階席なのに車いす席なので1階で見れたり (青森市文化会館の場合)、グッズを優先的に買える事 も得だと思いますよ~ (青森市内マエダアリーナ、東 京ドームの場合)。

あとは去年の倖田來未のライブでくっちゃんのサプライズで、車いす席の人限定で握手をしてくれたことです。いい匂いがしたなぁ~!!(笑)(^▽^)

だが、しかし!!! 人が立つとまぁんずっっ!!見えない!! どこ行っても車いす席なので。同じお金を払って行ってるのに(怒)車いす割っていうの作って欲しい……。東京ドームなんて望遠鏡ないとマジ無理。青森市文化会館はグッズ買うのに2階だから 1 人では買いに行けないのが不便。本当はもっと近い席なのに車いす席になったり。しまいには障害者トイレを健常者が普通の顔して使って、私が行くと白い目で「うちら(健常者)が先に並んでたのに」みたいな感じで睨んできた事も(汗)。

車いすでライブに行って良かったこと、悪かった事、いろいろあるけど、また絶対いきます!!。そしてもっと周りの人に車いすの人の不便な所とかを知ってもらい、より私たちがライブに行きやすいようになって欲しいです。

点 西滴3丁目通信

日本酒はじめました

あけましておめでとうございます。厄年の西滝です。 年末くらいから日本酒を飲み始めました。これまで は割安なので、焼酎メインの晩酌でしたが、心機一転? 日本酒デビューです。

日本酒は美味しくて飲みやすいのでいいですね。でもアルコール度が高めなので注意しないと……。知らずにワインを飲むくらいのペースで飲んだらすぐふらふらになりました(ラベルを見たら「アルコール度数17~18度」。けっこう高いんですね……)。飲みすぎに気をつけたいと思います。厄年だし。(西滝)



自立生活センター Ping あおもり近況

募金の報告

自立生活センター Ping あおもりでは、被災した 障害者を支援するために募金をしています。街頭募金も三度行なって、みなさまの協力でこれまでに総 額222,217円を、「東北関東大震災障害者救援プロジェクト」に送金しました。

ご協力ありがとうございました。募金はこれからも続けていきますのでよろしくお願いします。

スカイプ会議

北海道と東北六県の自立生活センターのリーダー

たちが、エリアが広くて顔を合わせる機会が少ない ということで、毎月一回、火曜日の午後にスカイプ を利用して会議をしています。

毎回10人以上の参加になるので、画像の表示は むずかしく音声だけで2時間の会議ですが、それぞ れのセンターの動向がうかがえて参考にも励みにも なっています。

今の主な議題は、自立生活センターとしてどのような防災マニュアルを作ればいいかということです。 大震災の体験をふまえて、どのようなマニュアルであれば障害者にとって有効なものになるか考えているところです。(佐藤)

web 研究会13参加L7

福士 茂由

月1回土曜日に、自分のスキルアップの為にWeb研究会に参加してきました。

ホームページ作成の講習会です。一般的なホームページビルダーは知っていましたが、ここではドリームウィーバーというソフトを使っての講習です。プロも使うソフトとの事なので、初めはなかなか難しくて50過ぎの頭では理解し難いところもありました。

ようやく理解できたなぁ~と思えば、次の講習会では 1 カ月先で復習もしていないせいか、頭は空っぽになってその繰り返しで、松野先生には物覚えの悪い受講生で申し訳ないと思います。

これからもまた、いろいろとご迷惑をかけるかもしれませんが、宜しくお願いいたします。

バザーに参加しました」

- ◆10 月 15・16 日 青森県総合福祉展(ガーラタウンマエダ)
- ◆10月27日 全国民生委員大会(マエダアリーナ)
- ◆10 月 29 日
 県立若葉養護学校 若葉祭





ガーラタウンマエダ

全ま合の収穫祭報告

11 月19日、スタジオとまと事務 所内でメイクアップ教室が行われま した。参加者各人のチャームポイン トを生かしたメークで、魅力的に変 身していました。(A)



年賀状印刷 御礼

平成23年度も、年賀状・喪中はがき印刷をご注 文してくださったお得意さま始め、皆さまのお蔭 で前年並みの売上でした。ありがとうございました。

印刷枚数

4,613枚

売上金額 239,120円

就労継続支援B型事業所スタジオとまと

編集

後記

- ■去年は大きな地震などもあって大変な一年だったけど、今年は何も無く穏やかに過ごせればいいなと思っています。(S)
- ■ヒートなんとか、というモモヒキをはいています。一度はいたらもう手放せません。(広)
- ■青森は雪が多いのは当たり前だから文句は言わないようにしています。でも、宝くじが当たったら冬だけはハワイに住みたいで~す。(M)
- ■雪、ゆき、ユキ、毎日寒くて貼るカイロを手放せない。(A)
- ■厄除けには「長いもの」や「うろこ模様の物」がいいらしい。 ヘビグッズを買おうかどうか少し悩んでいます。(西滝)
- ■6月に義妹が結婚する事に。私は結納時にもらった紋付を着なくちゃいけないらしくて…。いや、いや、入らないから~(汗)。作る時にサイズ詐称しちゃったから(笑)どうしよう……。(T)
- ■近年のお正月は、元旦から初売りが当たり前みたいになってますが、お正月くらいは賑わいもなく、静かに過ごしてもいいかもと初売りをしている店員さんを見ながら考えてしまいます。

(N)