Theother The



The other the 編集・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

「へばだば」=アクセス調査隊、西谷隊長が事務所から帰る時に決まって言う津軽弁で、「じゃあね」というような意味

出資隊 広島 世界遺産編

あけましておめでとうございます。アクセス調査隊の西滝です。昨年 11 月、広島に行ってきました。 世界遺産の、厳島神社と原爆ドームのバリアフリー状況をチェックしてきたので、報告したいと思います。

いつくしま

1. 厳島神社

海に建てられた神社として有名な厳島神社は、広島本土から少し離れた宮 島(正式名称 厳島)にあります。

宮島公はフェリー(車いすOK)で移動。島内は車いす移動です。島内の観光ルートにはスロープや車いすトイレが配置されているので安心です。

景観や食べ物など、なかなかインパクトがある所なので 1 度は行ってみる べきだと思います。 バリアフリー度 ****



厳島神社◆大鳥居。潮が引くと大鳥居まで 歩いて行けますが、

階段&地面が砂地なの で車いすでは難しそうです。



フェリー搭乗口 特に段差 も無く普通に利用できま



車いす用トイレ。厳島神社 周辺に何個かあります。

2. 原爆ドーム

元は広島県物産陳列館(後に広島県 産業奨励館)という建物で、1945年 8月6日の原爆投下により半壊し、現 在の姿になったようです。

「核兵器廃絶のシンボル」として広 島市の中心部に建っています。特に段 差はありません。すぐ側の広島平和記 念公園とセットで、こちらも 1 度は訪 れてみるべきです。

バリアフリー度 ★★★★★



るので中には入れません。



のすぐ側にあります。

アクセス探検隊 広島一世界遺産編 「愛のチャリティー」募金よりテーブル寄贈 ……… 3 39 ピアカウンセリングを体験する「お泊まり会」 自動車総連様よりキャビネットとパソコン寄贈 号 PSCAジャーナル …………………… 2 ピアネット・自立生活センターPingあおもり合同忘年会 も ☆2013年☆初旅行!!!……………………… 3 勇樹 MY WORLD 3 年賀状印刷御礼…… 青森県総合福祉展に参加 ……………………… 3

自立生活を考え、ピアカウンセリングを体験する「**お泊まり会」**をしました

自立生活センターPingあおもり 佐藤広則

昨年の10月20日から21日にかけて、ねむのき会 館で一泊する、ピアカウンセリングについて学ぶ「お 泊まり会」をしました。

講師に、スタジオIL文京の五井渕真美さんとDPI 日本会議の笠柳大輔さんを招いて、Pingあおもりの 会員が4名と第一高等養護学校の生徒の2名が参加し ました。

講師をお願いした五井渕さんと笠柳さんがコンビ でやるのは、今回が初めてとのことでしたが、明るくな ごやかな雰囲気で、ピアカウンセリングは初めてとい うほとんどの参加者も、すぐにうちとけて講座を学ぶ





ことができたようです。

1日目の講座のあとは、事務所の職員手 作りの夕食(含、さんま塩焼き一匹づつ)を いただいてから入浴、交流会ではゲームを楽 しみました。初めて一人で外泊したり、介助 者に着替えや就寝の指示だしをした参加者 もいて、新しい体験になったことでしょう。

「お泊まり会」が、参加してくれた皆さん がピアカウンセリングを通して、自立生活を 目指していくことのきっかけになれたらい いと思います。

PSCAジャーナル PSCAジャーナル PSCAジャーナル PSCAジャーナル

電動車いすサッカー交流会に参加して

佐野 元昭

昨年の10月14日に、PSCあおもりとPFC盛岡との 毎年恒例の交流戦が行われ、今年は岩手県勤労身体障 がい者体育館の主催で「電動車椅子サッカー交流会」と 題して開催されました。

ここ数年、引き分けなど拮抗した結果を残している両 チーム。今年はどのような結果になるのでしょうか。

第一試合、前半、PSCあおもり1-1PFC盛岡 後 半、PSCああもり2-0PFC盛岡 合計3-1PSCあ おもりの勝利!!

第二試合、PSCあおもりは普段長時間試合すること がなく疲れがあったのか、連携ミスもあり0-4の完敗 で、PFC盛岡の勝利でした。

二試合合計で一勝一敗なので、最後はPK戦で決着を つけることになり、試合でPK戦を行うのは初めてで、な



かなか難しく四人目までに1-1で決着がつかず、サドン デスで六人目が決めて、2-1でPSCあおもりがPK戦 を制することができました。

結果はあまり重要なことではなく皆で続けて楽しむ ことが大切だと思っているので、今後もこのような交流 が継続できればと思っています。

☆2013年☆初旅行!!!

石 塚 理香子

新年早々関西旅行へ行ってきました。

今回の私の旅行での一番の目的は、友達に会う事。高校 3年の時以来会えてなかった友達Iちゃんと約8年ぶりの 再会という事でドキドキワクワク。

8年という月日は人を変えるといいますか……外見を変えると実感。顔が大人っぽくメイクもナチュラルに。

「若かったんだよ」とIちゃん。笑いながら同感する私。 プリクラも撮って、そのあとはIちゃんと歩きながらガール ズトークした後、車で宿泊先へ送ってもらって、バイバイ。 楽しかった。今度は他のメンバーも一緒に、また会おうね。 追伸:関西は雪が無くて春みたい。でも気温は、青森以 上に寒い気がしたよ。



勇樹 MY WORLD

スペイン料理店を発見!!

去年の暮れ青森市の柳町通りにスペイン料理店があるのを知りました。

ネット等で調べたら入り口がギリギリ車いすで入れそうなのでいつか行けたらなぁと思っています。

前から外国の料理に興味があり、去年は調理実習で「炊飯器でできるパエリア」を作ろうかと思いましたが 手順が多いということで断念。次回の調理実習は挑戦 しようかと思っています。

今までパキスタン人の男性が経営しているインドカレー料理店に行き、スパイスが効いた本場のカレーを食べ、去年とまとの隣にできた台湾料理店にまだ行ってないので今年は行ってみようかなと思っています。

『もし!!』今年中に発見したスペイン料理店に行けた ら勇樹MY WORLDで紹介できたらいいなと思ってい ます。

青森県総合福祉展に参加

と き 10月27・28日 ところ ガーラタウンマエダ

今回は利用者が作成したポストカード・手芸品 エコ紙・韓国ふりかけ海苔等の販売と、佐藤広 則の似顔絵での参加でした。

協力してくださった方々にお礼申し上げます。

「愛のチャリティー」募金より ◇テーブル寄贈◇

㈱ユニバースさんが年末に実施している「愛のチャリティー募金」。今年は青森市社会福祉協議会様より推薦 頂き、スタジオとまとへの寄贈が決定。

これはお客様からの募金にユニバース社員と㈱ユニバースからの寄付金を合わせて県内の福祉施設に各々希望する物品を寄贈するというものです。

スタジオとまとでは古くなって脚がガタついてきたテ



最後列左から2人目が店長さんです。

ーブルを廃棄 し、新品のテー ブルをいただ くことにしま した。

12月17日 にユニバース 沖館店の店長 さんが来所し、 目録贈呈式が 開かれました。

自動車総連様より キャビネットとパソコン寄贈



昨年、自動車総連様が国際障害者年記念ナイスハート基金に活動資金を拠出したイベント「ナイスハートふれあいのスポーツ広場青森大会」が開催され、招待されてスタジオとまとでは初めて参加しました。それが経緯となり必要な物の寄贈を受けることになり、キャビネットとパソコンをいただくことができました。

自動車総連様、ありがとう ございました。





ピアネット・自立生活センターPingあおもり合同忘年会

平成24年12月9日(日)午後5時より、青森国際ホテル5階、芙蓉の間において忘年会が開催されました。 総勢35名参加で、ブッフェパーティーメニューの豊富な料理と、チョコレートファンテンと飲み放題、ビンゴ、職員による出し物などがあり盛会でした。







とまとの収穫祭報告

カラオケ&ランチ

10月23日(火) カラオケシダッ クスでランチを 食べながら楽し いひと時を過ご しました。





プリンアラモード

12月19日(水)、スタジオとまと事務所内でプリンアラモードをつくりました。オーブンレンジで基本のプリンをつくり、アイスクリーム、いちご、バナナ、キウイ、生クリーム、金粉で飾りつけをしました。

-- 咸相 --

*思った通りにクリームを乗せれなくて少し残念でしたが、金粉を乗せれてちょっとびっくりしました。味はとても美味しかったです。



- *盛りつけが、なかなか難し
- く、でも、ぷりんの甘みが程よい感じでよかった。
- *大人味のホロにがカラメルのプリンが激うまでした。まわりのフルーツの甘さとの対比が絶妙で!!
- *生クリームをしぼるのを初めて見たので楽しかったです。 飾りつけもうまくできてよかったです。
- *手作りのプリンがとても美味しかった。おかわり!!
- *バナナの位置がチョコアイスの隣にあったら、バナナチョコになることが、食べ終わってから気付いた。家で作るプリンより小さかった(笑)

年賀状印刷 御礼

平成24 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 売上金額

4,784枚 239,925円

*** ** * 編集後記 ** * ** *

- ■今年は暖冬だと去年テレビの天気予報は言っていたのに年が明けたら連日大雪…… 憂鬱です(S)
- ■毎年恒例の今年も『痩せる』宣言をします。6月までに 痩せてイケメンにな …りたいです。(J)
- ■今冬も大雪、低温の日が多いですねえ~、夏の高温が普通になってきた様に冬のドカ雪も当り前となってくるのでしょうか?(T.O)
- ■わからないことは、何でもgoogleが答えてくれる。みんなは気づいていないかもしれないけれど、すごい世の中になったものだ。(広)
- ■珈琲を飲まずに数日過ごしてみた。思ったとおり朝から 元気ではいられない。午後はもっと元気でいられない。 本物のカフイン中?でしょうか。(A)
- ■人生の半分を折り返して早〇〇年。若いころは少しの事で思い悩んでいたものだ。年をとって良かったと思うのは「何とかなるさ」と気楽に考えるこ

とができるようになった こと。人間って変わるも のです。(M)

■最近脂っこい物が好きになってきました。とんかつとか 天ぷらとかバラ肉とか …。 体重が増えてきた気がする。(西滝)

