

オンリーワン



バリアフリー
ペーパー

冬号

平成 27年 1月27日発行

この機関紙は、西条市障害者相談支援センターがパソコン就労をめざす障がい当事者グループ「オンリーワン」に編集を委託し、協同で作成したものです。

インフルエンザが流行していますが、みなさん風邪などひかれていないでしょうか？

昨年 12 月に今年度の障害者パソコン講習が終了したのですが、今年は 14 人の受講者、9 名のオンリーワンメンバーが講師、サポートをおこなってくれました。受講者のうち 3 名の方は皆勤賞で、他の方も年間 20 回という長丁場を楽しんで活動されていました。この数年、受講者だった方が講師のサポートをすることも増えてきており、「共に助け合う」「楽しく学ぶ」雰囲気が定着していることを嬉しく思います。労を惜しまず、一緒に講習を支えてくれるオンリーワンメンバーの皆さんに感謝しています。（支援センター津島）

障害者相談支援センターからのお知らせ

★障がい者交流スペース「ふらっと」のご紹介

障がいのある方のパソコン学習や憩いの場として東予総合福祉センター2階に障がい者交流スペース「ふらっと」を設置・運営しています。パソコンに興味のある方、集いの場として利用したい方は気軽にお越しください。

利用対象者…障がいのある方

利用日…月曜日～金曜日（祝祭日を除く）

8:30～17:15

利用料金…無料

利用方法…事前に電話等で予約し、1階窓口で手続きを行ってください。

設置内容…パソコン2台、プリンター1台
インターネットを利用できます。

★障がい当事者グループ「オンリーワン」メンバー募集

障がいのある方で、機関紙の取材や記事の作成、発行作業等と一緒にしてくれるメンバーを募集しています。文章を書くことが好きな人、大歓迎です。

活動日 発行月（4月、7月、10月、1月）の
第3火曜日の午後、その他取材日

（お問い合わせ先）

障害者相談支援センター 津島・久保・藤井

☎0898-64-2600

デザイン画 しんすけ



武田庸子さんの作品
「光の音 宇宙の音」



当事者の奮闘記 未来への足跡(あしあと)

～鈴鹿夏未(すずかなつみ)さん～



今回は就労継続支援B型事業所ピースの仕事を継続しながら、新たに丹原保育所の仕事にチャレンジしている鈴鹿夏未さんとピース職員の篠塚さんに話をお伺いしました。



夏未さんのご自宅は周布ですが、ピースのある氷見まで天候や体調の悪い日も休むことなく自転車で通所を続けています。
ピースでの夏未さんは、「リーダー的な存在で周囲への配慮や気遣いもでき、とても頼りになるピースにとってなくてはならない存在」と篠塚さんが話をしてくださいました。夏未さんの真面目な仕事ぶりや人柄が評価され、昨年、丹原保育所からパート就労の話があった時、「彼女なら大丈夫」と自信をもって紹介することができたそうです。



昨年7月から丹原保育所での仕事がスタートしました。月～金の週5日、9時20分～12時20分の3時間の仕事で、内容は掃除や食器洗い、給食運びと様々です。夏はプールの手伝い、コンビカーで園児とお散歩をすることもあるそうです。子どもが大好きな夏未さんにとって子ども達と一緒に活動できる時が最も楽しい時間とのこと。困ったことがあると相談できる保育士の先生もおられ、とても心強いとの話もありました。これまで障がいのある仲間達と働いてきた夏未さんにとって保育所での仕事は不安や緊張の連続です。障がいを理解し、サポートしてくれる保育所の先生方に感謝しているとの話がありました。保育所の仕事が終わって午後からはピースに通所されています。ピースに通うことで、仕事を継続する上で必要なアドバイスや支援を受けることができ、保育所での仕事もがんばれるとのこと。

また篠塚さんから、「夏未さんが保育所で働くことは、障がいについて知ってもらうきっかけとなり、障がいのある方が地域で共に暮らすために大切なこと」「保育所にも障がいのある子どもさん、親御さんがおられ、一生懸命に仕事に取り組む夏未さんの存在は勇気や希望を与えることができる」のとの話がありました。

最後に夏未さんに今後の目標をお伺いしました。少し照れくさそうに、「将来的には保育所の先生になりたい」と新たな夢を話してくれました。

今回取材させていただいた夏未さんはとても笑顔が素敵で仕事以外にも「大好きなジャニーズのコンサートに行ってみよう」とワクワクするような夢を話してくださいました。

夢に向かって日々努力されている夏未さん、それを支えるピースの職員、保育所の先生方に私達も希望をいただきました。(社協 藤井)

就労継続支援B型事業所
障害者事業所 ピース
〒793-0072
西条市氷見乙 1989 番地 1
TEL (0897) 57-9003

ぶらっと (地域の情報)



in 理容カットマン

■車いすの方に安心で、お財布にも優しい、理容カットマン 東予店を訪問■



壬生川駅から徒歩3分程度、G A Z A三津屋ビルの一角に理容カットマン東予店があります。

駐車スペースは、他店舗と共有の駐車場がたくさんあり、利用しやすいお店でした。

店内は、明るく段差のないバリアフリーで、広々としており、車いすの方でもスムーズな移動が可能である印象を受けました。今まで5人程の車いすの方が来店されたそうですが、整髪椅子への乗り移りが可能な方は移乗の介助をしてくれますし、不安な方はそのまま整髪してもらうこともできます。施設からグループで利用されることもあるそうです。

料金は、利用客に嬉しい低料金で魅力的です。ヘアカラーを持ち込む事も出来るため、年配の女性客も多いそうです。現在、4人のスタッフの方が4交代で働かれています。平日は来客数が50人位ですが、日曜や祝日となると約100人位にもなり、大忙しで頑張っているそうです。

店長さんは22年間の理容師としてのキャリアが有る方で、とても気さくな感じの良い方でした。できるだけバリカンを使わずハサミで丁寧な作業を心掛けていることも話してくれました。

消費税が8%から10%になる昨今に、お財布に優しいカットマンの存在は嬉しい限りです。

店内の風景



待合室に飾ってあったしあわせになる言葉を紹介しましょう。

- ① 一日だけ 幸でいたければ床屋へ行け
- ② 一週間だけ 幸でいたければ車を買え
- ③ 一カ月だけ 幸でいたければ結婚しろ
- ④ 一年だけ 幸でいたければ家を買え
- ⑤ 一生 幸でいたければ正直に生きろ



(オンリーワン 梅野)

お問い合わせ先

営業時間 平日/土曜日 AM9:00~PM7:30
 祝日/日曜日 AM8:30~PM7:30
 ☎TEL 0898-64-4138

平成 27 年 1 月 11 日午前 9 時より西条市庄内旦地区
でとうどうさんのおはやしがありました。

門松、お飾りさん、しめ縄などで大きなとうどうさん
を巻いてありました。多数の方が見守る中、勢いよく燃
え上がりました。火がおさまった後、無病息災を願って
おもちゃを焼いて食べていました。 撮影：のぶちゃん

のぶちゃんのおはやし



材料 (2 人分)

大根... 8cm

豚バラ薄切り肉... 150g

万能ねぎの小口切り... 適量

サラダ油... 小さじ 1/2

塩... 少々

合わせ調味料

味噌... 小さじ 1

醤油... 小さじ 2/3

砂糖、片栗粉... 各小さじ 1/2

サラダ油... 小さじ 1/2

水... 大さじ 1 と 1/3

大根ステーキの肉みそのつけ

作り方

- ① 大根は 2 cm 厚さの輪切り、両面に格子状に浅く切り目を入れる。耐熱皿に並べてふんわりとラップをかけ、電子レンジで約 6 分加熱する。豚肉は 1 cm 幅に切る。
- ② フライパンに豚肉を入れて火にかけ、油が出てきたら炒める。豚肉に火が通ったら合わせ調味料を加え、味がなじむまで炒めてとりだす。
- ③ ②のフライパンをペーパータオルでさっと拭く。油を熱し①の大根に塩を振って並べる。弱火で片面を約 2 分ずつ焼き、両面こんがり焼き色がついたら器に盛る。
- ④ ②をかけ、万能ねぎを散らす。



つぶやきの窓 by HIRO



ある本を読んで、感謝の気持ちを相手に表すことは、すごく大切なことだと改めて感じさせられました。どれだけ強く感謝していても、心の中で思っているだけでは相手に伝わらないし、相手に失礼だと思いました。相手の立場に立って考えてみると、一言感謝の気持ちを伝えてくれるだけで、すごくうれしい気持ちになり、相手も自分も幸せな気持ちになれると思いました。さて、自分は感謝の気持ちをきちんと相手に伝えられているか考えた時、感謝の気持ちはあるものの、なかなか相手に伝えられていないなあと反省しました。相手に感謝の気持ちを表せられるように意識して行動していきたいです。



発行：西条市障害者相談支援センター（西条市社会福祉協議会）

編集：オンリーワン編集委員

〒799-1371 西条市周布 606 番地 1 西条市東予総合福祉センター内

TEL : 0898-64-2600 (代) FAX : 0898-64-3920 E-mail : soudan-saijo@galaxy.ocn.ne.jp