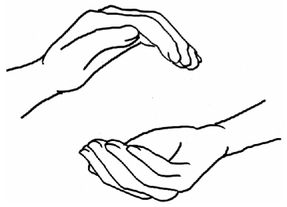
# ★★★地域の情報について★★★★★★★★★★★★★★★

## 2021年度 しゅわさろん～手話で話そう　手話で話そう～

手話で話してみたい、手話を使ってみたい、手話ってどんなもの？手話に興味のある方ならどなたでも！手話が初めての方も歓迎します。



■日　　程：毎週第４土曜日
■時　　間：14：00～15：00
■場　　所：ヒロロ３階　多世代交流室
■参 加 費：無　　料
■申　　込：不要　途中参加・途中退出・見学OK
■主　　催：しゅわさろん実行委員会
■共　　催：弘前市
※弘前市手話言語条例に基づく手話普及事業の一部として実施します
■問い合せ先：しゅわさろん実行委員会　担当：神
電話／FAX　0172－34－1850

## 堀内ピアカンのみなさんにつぶやきたい！

### 『いつも感心させられる』

以前茶話会で、重度の障害を持つＳさんの活動について聞いた際、出席者全員感心させられ、詳しい話を聞こうとご本人に連絡を取りました。Ｓさんが活動していることとは、自ら自立生活センターを弘前に立ち上げるというものなのです。障がい者と呼ばれる人たちの多くは、施設や家族のもと保護という名の管理を受け、地域社会から隔離された生活を余儀なくされてきました。しかし、地域で普通に生きたいという思いは誰にでもあります。その自立生活の実現を助け、支援するのが自立生活センターです。障がいの程度に関わらず一人暮らしのお手伝いや介助サービスの提供、相談業務など障がい当事者でなければ出来ないことを積極的にサポートしていきたいとの事です。陰ながら応援していきたいと思います。

## 視覚障害者情報機器操作講習会

視覚障害者の方へ読書環境の向上のため、視覚障害者情報機器操作講習会を開催いたします。プレクストーク（録音図書専用の再生機）や視覚障害者用ソフトを使用したパソコン体験・操作法を学びます。

■日　時：８月26日（木）
10：00～15：00
■場　所：当センター
■対象者：弘前市内・近隣市町村にお住いの視覚障害の身体障害手帳をお持ちの方
■お問い合わせ先：
青森県視覚障害者情報センター
〒038-8585　青森市石江江渡5－1
青森県青森福祉庁舎3階
電話　017－782－7799
FAX　017－782－7228

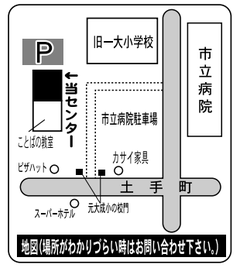
**編集後記**　暑さも本番を迎え、寝苦しい夜も増えましたね。適度な塩分とこまめに水分補給をして、夏を乗りきりましょう。

# 弘前市障害者生活支援センター情報誌
# ぷらっと

**第213号**
**8・9月号**
発行日
令和３年８月１日

**当センターは…** 診断や手帳の有無、障がい種別や年齢に関係なくご相談をお受けする総合相談窓口です。発達が気がかりなお子さんについてもご相談下さい。5・6月の相談件数は396件、相談実人員は99名でした。相談無料・秘密厳守ですので、お気軽にご相談下さい（匿名でもご相談いただけます）。

◆住　所　弘前市土手町154-1（hirosaki-ssc@tenor.ocn.ne.jp）
◆電　話　**0172－31－2400**　FAX　0172－31－2411
◆開館時間　**9：00～17：00**（開館時間以外は、バックアップ施設山郷館につながります）
◆休館日　**毎週水曜日**、年末年始　**※来所相談は予約をお願いします**




**大人のたしなみ講座**　（6月13日実施）
### 「コーヒー教室」

ホールにコーヒーの香りが充満する中、中畑藤子先生のブレンドした豆で、美味しいコーヒーのいれ方を学びました。ブレンドの違いにより味も香りも異なり、好みのコーヒーを見つけ、楽しまれておりました。コーヒーには洋菓子もいいけど、和菓子が合うとの先生からのアドバイスで、和菓子を口にしながら、コーヒーを味わいました。

**ものづくり講座**　（6月28日実施）
### 「パステルハーバリウムを作ってみよう！」

お一人おひとりの好みにより色とりどりの花を選び、小さな花や基本となる花を貼り付けて小瓶の中へ。それぞれの個性が、小さな瓶の中で表現される作品が完成いたしました。ピンセットを使用した繊細な作業ではありましたが、皆さま楽しみながら取り組まれたご様子で、とても素敵な作品となり、女子力が向上されておりました。

**ものづくり講座**　**「絵手紙で暑中お見舞いを出してみましょう！」**　（7月５日実施）

小松菜の茎の断面に色を付けて、ポンとおすとハガキの中に見事なバラの花が咲きました。また絵具を付けた筆をハガキにふわっと置くだけで、涼しげな金魚やラデッシュも描けます。皆さん素敵な絵手紙が完成しました。言葉を添えて、思い思いの暑中お見舞いを投函します。どなたのもとに届くのでしょうか。楽しみですね。

# ★★8月のイベント情報（ご本人はもちろんご家族だけでの参加もどうぞ。誰でもマークはどなたでも参加していただけます。）★★

## ものづくり講座「オリジナルのはんこ（てん刻）を作ってみましょう」

昨年も実施したはんこ（てん刻）作り。好評の言葉にお答えし、今年もatom様をお迎えし、オリジナルのはんこ作りに挑戦します。様々な作品やはがきにポンと押すだけで、風格が格段に向上します。一度試し彫りをしてから石に彫っていきます。カッターを使用した作業もありますが、丁寧に教えていただけます。

■日　時：８月23日（月）　13：30～15：30
■講　師：atom 先生　■場　所：当センター
■参加費：1,000円　　■締　切：８月16日（月）
■持ち物：細かい作業になりますので、必要な方は老眼鏡をご持参下さい。

## ものづくり講座「トールペイント教室」

布製品のバックにかわいらしい花柄を描きます。下絵を描いたものに手を加え、色を付けていきます。オリジナルのバックを作って飾ったり、実用的に使ったりと楽しめます。ちょっとしたものを入れて、お散歩のお供にいかがでしょうか。
（図柄とバックは写真と異なる場合がございます）

■日　時：８月30日（月）　13：30～15：30
■講　師：加藤　志保美 先生
■場　所：当センター
■参加費：1,000円　　■締　切：８月23日（月）

# ★★9月のイベント情報（ご本人はもちろんご家族だけでの参加もどうぞ。誰でもマークはどなたでも参加していただけます。）★★

## ものづくり講座「プリザードフラワー教室」

プリザーブトフラワーやドライフラワーをふんだんに使って可愛い花かごを作り、アンテイーク調のBoxに入れます。コロナ禍で外出できないことが増えていますが、お部屋や玄関などに季節のアレンジメントとして飾り、華やかな空間演出を楽しんでみませんか？

■日　時：９月６日（月）　13：30～15：30
■講　師：高橋　睦美 先生（Handmade place Rin～輪～）
■場　所：当センター
■参加費：1,000円　　■締　切：８月30日（月）

# ★★★毎月のイベント情報★★★★★★★★★★★★★★

## ８月のパソコン教室

８月のパソコン教室はワードを使い、自分の名刺作りと図の使い方について学びます。オリジナルの名刺を作って、いろんな方と名刺交換してみませんか。どうぞ気軽にお申し込みください。

■日時と内容
８月８日（日）「ワード　名刺を作ってみよう」
８月15日（日）「ワード　図の使い方」
両日　13：30～15：30
■場　所：当センター
■参加費：無料（テキスト希望の方は110円）
■申し込み期間：８月１日～７日（定員７名）

## ９月のパソコン教室

９月はワードの機能を応用し、チラシ作りと簡単な地図の作成に挑戦します。文字の大きさや字体を工夫し、魅力的なチラシを作ってみましょう。アドバイスを受けながら学べます。

■日時と内容
９月12日（日）「ワード　チラシを作ってみよう」
９月19日（日）「ワードで簡単な地図を作るしよう」
両日　13：30～15：30
■場　所：当センター
■参加費：無料（テキスト希望の方は110円）
■申し込み期間：９月１日～７日（定員７名）

## どなたでも参加できます　手話教室

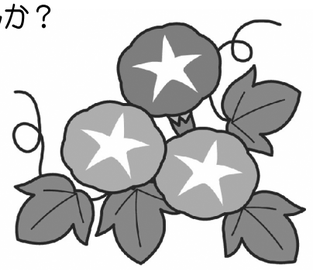
■日　時：８月７日（土）　13：30～15：00
　　９月25日（土）　13：30～15：00
■場　所：当センター　　＊申込は不要です。

自分の名前や挨拶など、基本的な手話を学んでいます。初めての方や一般の方も大歓迎です！一緒にチャレンジしてみませんか？

## ピアカウンセリングについて

ピアとは「仲間」という意味です。同じ障がい者の立場で悩みやお気持ちをお聞きします。茶話会のようにお茶を飲みながら気軽にお話しませんか？

個別相談となりますのでご予約のうえご相談ください。

■８月７日（土）　15：30～16：00
■９月25日（土）　15：30～16：00

- 肢体障がいピアカウンセラー　堀内　一芳
- 聴覚障がいピアカウンセラー　加藤　雅清