

★★★地域の情報について★★★★★★★★★★★★★★

手話で話そう 手話で遊ぼう「しゅわさろん」のご紹介



手話でおしゃべりできる場がほしいなあ。
手話で話してみたい！実際の会話の中で使ってみたい！
手話ってどんなもの？少し興味があるんだけど…



そんなあなたをお待ちしています。手話に興味のある方ならどなたでも、まったく手話のわからない初めての方でも大歓迎です！！参加費無料、事前申し込みは不要で、途中参加や途中退出、見学もOKですのでお気軽にいらしてください。

★と き：毎月第4土曜日 14：00～16：00（3月のみ第3土曜日）

★ところ：ヒロロ3階 多世代交流室

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
問い合わせ先：しゅわさろん実行委員会 担当 神 TEL/FAX 0172-34-1850



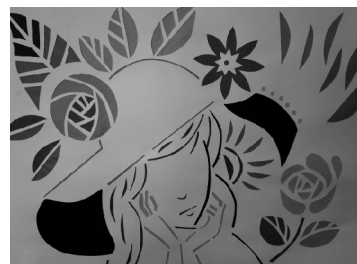
堀内ピアカンのみなさんにつぶやきたい！

『施設職員に感謝』

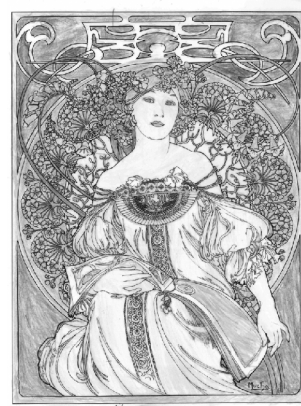
車いす生活になって10年、施設を利用して思うことは、利用者の生活を介護していくのは大変な仕事だということです。嫌なことや納得のいかないことなどいろいろな問題を目の当たりにしてきました。優しさや思いやりがないと続かない仕事で、最高のサービス業だと思っています。これからますます高齢者が増え施設を利用する人が増える中で、介護に携わる職員やヘルパーの人手不足が心配です。福祉業界は賃金の問題などで“福祉は大変”というイメージが定着しているように思えます。しかし、その一方で職員数が安定している事業所もあります。それには、その職場で頑張ろうと思える何かしらの理由があるはずです。職員が辞めずに働いていけるような環境（事業所）作りを続けていくことが必要だと思います。

センター芸術展

作品はセンターに展示しています。



←成田希陽雄さんのはり絵



←高田久美子さんのぬり絵

～編集後記～

新型コロナウイルスの影響でいろいろなイベントが中止となり、いつもとは違う雰囲気年度初めです。そんな中でも、今年も弘前の桜はきれいに咲くのでしょう。私たちも自分にできることを、ひとつひとつ大切に過ごしていきたいですね。



弘前市障害者生活支援センター情報誌

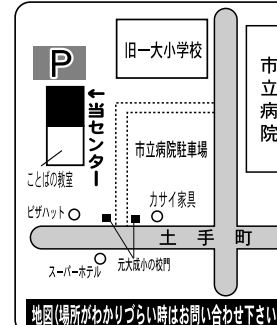
ぷらっと

第205号
4・5月号

発行日
令和2年4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。発達障がいのお子さんについてもご相談下さい。1・2月の相談件数は306件、相談実人員は109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



初心者向け料理教室「バレンタインスイーツ♥」

（2月11日実施）

中沢美知子先生による人気のスイーツ教室が今年も開催されました。今年はクルミのカップケーキ作りと、ガトーショコラにマフィン、ムースのトッピングに挑戦です。

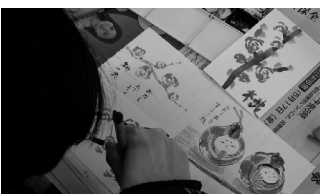
カップケーキはメレンゲと生地ของทีมに分かれ、先生にコツを聞きながら皆さんで協力し合って焼きあげました。トッピング作業では、たくさんのフルーツや色とりどりのチョコ、生クリームなどを使って素敵に飾りつけました。最後に焼き立ての香り漂うカップケーキと共に箱に入ると“食べておいしい、もらってうれしい”バレンタインにぴったりなお菓子の詰め合わせができあがりました。



ものづくり講座「おひなさまを絵手紙で」

（2月17日実施）

小山内道子先生に、桃の節句をいどころおひなさまの絵手紙を教えていただきました。先生が準備してくださった下絵に思い思いの色を塗り、かわいらしいおひなさまが完成。また、小松菜のスタンプを使った桃の花もはがきいっぱい咲き誇り、一足早く春の息吹を感じた講座となりました。



「みんなの茶話会」

（3月14日実施）

今回は障がいを抱えながらも一人暮らしや様々な活動に取り組む参加者さんのお話を中心の茶話会となりました。ユーモア交じりの話に笑いが起きたり、障がいがあっても意志さえあれば誰でも自立生活ができるという話を聞き「勇気をもらいました」と涙を流す方も。地域の社会資源の話題もあがり、同じく地域で生活する皆さんの交流の輪が広がるいい機会になったようでした。



★★★4月のイベント情報(どなたでも参加いただけます。)★★★

ものづくり講座「ねぶた絵を完成させよう！」

本物の染料を使って色付けするねぶた絵講座。木枠や墨、口ウなどの工程は先生が事前に下準備してくれまので、初めての方でも簡単に完成できますよ。壁に掛けて楽しむこともできる作品に仕上がります。ぜひ挑戦してみてください！

■日 時：4月27日(月) 13:30~15:00

■講 師：ねぶた絵師 工藤 盛龍 先生(NHK文化センターねぶた絵講師)

■場 所：当センター

■持ち物：エプロン(汚れてもいい服装をお願いします)

■参加費：500円

■締 切：4月20日(月)

※盛龍先生と今回のお手本ですー



★★★5月のイベント情報(どなたでも参加いただけます。)★★★

フラワー講座「smile(スマイル)ボードを作ろう！」

黒板にプリザーブドフラワーやドライフラワーを使って花束風にアレンジしていきます。使用する黒板はマグネット式になっているので、ちょっとしたメモをはることもできますよ。不安なニュースが多い時ですが、見ているだけで思わず“笑顔”になる！そんなかわいいボードを作ってみませんか？

■日 時：5月11日(月) 13:30~15:00

■講 師：高橋 睦美 先生

(日本プリザービスト協会認定フラワーデザイナー)

■場 所：当センター

■参加費：600円 ■締 切：5月4日(月)

▶今回の作品のイメージ



大人のたしなみ講座「おいしく楽しく紅茶を学ぼう！」

新生活の疲れが出始めるこの時期、おいしい紅茶でリラックスしてみませんか？いろいろな紅茶を味わいながらミニ知識も一緒に学べます。楽しいティータイムのお供に、簡単なデザート作りもありますよ。香り高い紅茶で、優雅な時間を過ごしましょう。ご参加お待ちしております。

■日 時：5月25日(月) 13:30~15:30

■講 師：塩崎 雅子 先生(紅茶&ハーブコーディネーター)

■場 所：当センター

■参加費：500円

■締 切：5月18日(月)



★★★毎月のイベント情報★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

4月のパソコン教室

今年度最初のパソコン教室は初心者コースです。前にやったことがある方、今もやっているけれど改めて学んでみたい方、皆さんどうぞお申し込みください。この機会に基礎から学んでみませんか？

■日時と内容

4月12日(日)「初心者コース パソコンの基本」

4月19日(日)「初心者コース 実際の操作」

両日 13:30~15:30

■場 所：当センター

■持ち物：はじめてのパソコン

■参加費：無料(テキストをお持ちでない方は110円)

■申し込み期間：4月1日~10日(定員7名)



5月のパソコン教室

5月はインターネット入門です。インターネットでの検索やショッピングを学びます。便利さと気をつけたい点についてもやさしく教えていただきますので、安心してご参加ください！

■日時と内容

5月10日(日)「インターネット入門」

5月17日(日)「ネットで買い物しよう」

両日 13:30~15:30

■場 所：当センター

■持ち物：はじめてのパソコン

■参加費：無料(テキストをお持ちでない方は110円)

■申し込み期間：5月1日~8日(定員7名)



どなたでも
参加できます

手話教室

■日 時：4月18日(土) 13:30~15:00

5月16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。

■4月18日(土) 15:30~16:00

■5月16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

