

季刊 令和5年度冬号 身障センターだより



新しい年になりました。

皆さんはどんなお正月を過ごされましたか。

初春と言えど、寒い日が続きますね。寒いと身体のエネルギー消費が多いため、睡眠時間を長くすると良いそうです。

コロナ、インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症も手洗い・口腔ケア・マスク等でこの冬を乗り切りたいですね。

センターでは春に向けて楽しい特別講座も企画しています。皆さんの笑顔にお会いできればうれしいです

本年もどうぞよろしくお願いいたします。(๖)

講座の紹介

今回は「歌講座」と「お花講座」です。

「歌講座」は講師選定の様々なジャンルの曲や受講者のリクエスト曲を歌います。人気講座の一つです。



「お花講座」は季節の生花の色や香りに触れながら各々が生けた作品を講師がアドバイスしていきます。

「障がい者向けボッチャ指導者養成講座」を実施しました。

昨年に引き続き「ボッチャ指導者養成講座」を令和5年11月28日に千葉県ボッチャ協会会長の宮坂昇さんを講師にお招きして行われました。

ボッチャ経験のある方が多い中、「正式なルールでプレイするとより楽しかった。」など、障がいのある人もない人も有意義な時間を過ごされたようでした。



白いジャックボールに近いのは赤か青かボールの距離をコンパスで測ります。

講師の正式競技ルールの説明を皆さん、真剣な表情で聴いています。



<ちょっと情報>

【避難支援制度】

ご存じのとおり、元旦に起きた能登半島地震は、甚大な被害をもたらしました。障がいのある人にとって、災害時の避難はとても切実な問題です。市では障がい等で移動に制限があり、不安のある方の支援の取り組みを進めています。

災害時、一人で避難することが難しい方のお名前を名簿にして、地域の自治会等に提供し、普段からあいさつや声掛けなどの見守り活動から、互いに助け合える関係をすすめていこうというものです。

この制度の詳細については下記へお問い合わせ下さい。

鎌ヶ谷市社会福祉課
047(445)1286



すたっふコラム

暖冬とはいえ、寒い日が続いています。あたたかい春が待ち遠しいですね。「今年はぜひこれをやってみたい。」と思っていることはありませんか？

辰年は、新しいことを始めるのに良い年とされています。春に向けて気持ちを新たに何かチャレンジしてみるのもいいですね。辰のように力強く活気あふれる年になりますようお祈りいたします。

(T 介助員)

<令和6年1月30日発行>

鎌ヶ谷市健康福祉部障がい福祉課
身体障がい者福祉センター