

地域活動支援センター

つきみがおか

通信

2024年 春号

「地域活動支援センターつきみがおか」とは



マスコットキャラクター

つきほ

地域活動支援センターとは、居場所として過ごしたり、創作活動や生産活動に取り組んだり、相談したりと、利用を通して社会との交流ができる施設です。名古屋市内の16区にあり、瑞穂区の地域活動支援センターは「つきみがおか」という名前です。利用する目的は、居場所・活動の場・自己発見の場・交流の場など人によって様々です。また開所当初から現在まで継続して通所されている方や、一般就労等に繋がった方など様々な方が利用しています。



つきみがおかでは現在、創作活動、調理、スポーツ、パソコン、茶話会、学ぼう会、外出企画などの活動プログラムを行い、希望に応じた参加をいただいています。

また、障害の理解の普及啓発を目的としたイベントなども開催し地域の方との交流も図っています。



プログラム等への参加だけでなく、居場所としてのご利用も可能です。フリースペースには、パソコン、テレビなどが設置してあります。また、相談があれば内容に応じて、障害のある方の総合相談窓口である基幹相談支援センターとも協力します。

今後は、利用者それぞれの自分らしい生活を支える施設にしていくために、話し合いを重ねながら、利用者が発案した活動を主軸としたプログラム運営をしていきたいと考えています。

「地域活動支援センターつきみがおか」を使いたいときは？

？



？

対象者	・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方 ・精神科、心療内科などで治療中の方 ・利用について主治医の同意が得られる方 上記以外の方もお相談ください。
開所時間	・月曜から金曜日、第2土曜日 9:30~17:00
休業日	・土曜日（第2土曜日を除く）、日曜日、祝日、年末年始



見学予約



見学



体験



面談



登録申請



登録

利用者さん発案のプログラムを一部ご紹介

大学食堂巡り

大学の食堂に行くプログラムです。食事の後は大学構内を散策してみたりもしています。

新発見が多く、参加者からは「また一人でも来たい」との声も。

今年度も色々な大学に行く予定で計画中です(^^)

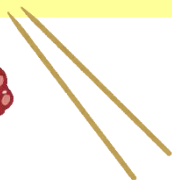


どこの学食が
お気に入り?!



たこやきパーティー

ホットプレートを使ったたこやき作りを楽しむ企画です。
参加者で午前中に買い出しに行きました。

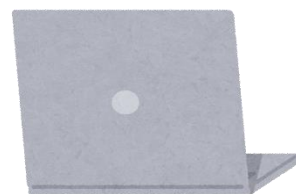


Yummy



音楽鑑賞

自分の好きな音楽を参加者で共有する大人気のプログラムです。
利用者さんから「なぜその音楽に出会ったのか、好きになったのか」を語る
内容でご提案いただきました。



その他にも…

- 神社仏閣巡り
- 音楽活動
- 茶話会

などなど、色々な案が出ています。



Instagram から投稿を抜粋してご紹介！！

非常持ち出し品 ～精神障害編～



平時にこそ準備を！

障害に合わせた備えが必要

2011年の東日本大震災では、
障害者手帳を持つ人の死亡率は、
全住民の死亡率の2倍に上りました。
(NHK調べ)



本日は、
精神障害の
避難するときの持ち物編！
必要な備えは個人の状況により
異なります。今一度確認を！

なごや防災ガイドブックや、当事者の声、
NHKの「災害時障害者のためのサイト」
を参考にまとめました。



つきみがおか

避難するときの持ち物

【一般的なもの】
なごや防災ガイドマップ
8～10ページ参照→
備蓄品・持ち出し品・携帯品
がまとめられています。

また、以下も紹介されています。

名古屋市 備蓄品



東京備蓄ナビ



つきみがおか

精神障害編 避難するときの持ち物

【病状の安定を保つ】

・いつも飲んでいる薬

【障害状況を伝える】

・障害者手帳
・お薬手帳
・薬の説明が書いてある紙

・支援を受ける際に配慮してほしいこと
を書いた「ヘルプカード」 など



紹介した持ち物は一例で
す。ご自身の特性に合わ
せて考えてみましょう。

つきみがおか

携帯しておく心安心

【ヘルプカード】

・名古屋市は、ヘルプカードを発行
しています。
・日ごろから、必要な支援や連絡先
を記載して持ち歩くと、災害時に
も安心です。



ダウンロードは
こちら。

区役所・保健センター
障害者基幹センター
一部医療機関で配布



つきみがおかでも
配布しています。

つきみがおか

障害に合わせた備え

「障害者の災害対策チェックキット 自分で作る安心防災帳」

国立障害者リハビリテーション研究所
(自分の状況を合わせた準備を
考えることができるキットです)

当事者部会やつきみがおかでも
取り組みました！



電動車いすのバッテリー
は予備がないと心配。



持病の薬を少し多めに処方でき
ないか先生に聞いてみよう。



家族に任せていて自分では
分かってなかった。



つきみがおか

瑞穂区障害者基幹相談支援センター・

地域活動支援センターつきみがおかのInstagramはこちらから▶



@mizuho_tsukiho



つきみがおかギャラリー



R6.2 おこしもの作り

R6.3 日帰り旅行



新しく加わった職員のご紹介★

★質問項目★

①リハセン何年目？ ②好きな食べ物 ③趣味 ④ひとこと

しばやま めぐみ
柴山 恵美



- ① 4年目
- ② イチゴ、ナチュラルチーズには目がありません。
- ③ ジム、お菓子作り。今年はウクレレを始めたいと思っています。
- ④ 地域活動支援センターの担当になりました。プログラムと一緒に考えたり、実際に活動したりなど、皆さんとお話できる機会を楽しみにしています。

かみよ さおり
神代 沙織



- ① 11年目
- ② コーヒーを飲みながらチョコを食べるのが好きです。
- ③ マリオのピクロス
- ④ 緊張していますが、よろしくお願いいたします。



おおあき しげと
大秋 重人



- ① 2年目（ですが40代後半です…）
- ② 肉類全般
- ③ 音楽鑑賞・カラオケ・ドライブ・昭和レトロな物（特に車）を見ることです。
- ④ 自宅は豊田スタジアム近くです。主として人事関係の業務をしてきました。これからは社会福祉士として現場経験を積みたいと思います。



お知らせ★

瑞穂区障害者基幹相談支援センター・地域活動支援センターつきみがおかは、令和6年4月末日をもって、下記の住所へ移転いたします。

・移転日：令和6年**5月1日**

・新住所：名古屋市瑞穂区北原町3丁目2番地 ジュネス瑞穂1階

・新連絡先：電話 052(680)7111 / FAX 052(680)7626

4月末までは現在の場所・現在の連絡先で運営します！



開所日：月曜日～金曜日・第2土曜日
（祝日・年末年始のぞく）

時間：

瑞穂区障害者基幹相談支援センター 9:00～17:00
地域活動支援センターつきみがおか 9:30～17:00



社会福祉法人 名古屋市総合リハビリテーション事業団
瑞穂区障害者基幹相談支援センター
地域活動支援センターつきみがおか
名古屋市瑞穂区弥富町月見ヶ岡5 NTT西日本八事ビル1階
TEL 052-835-3848 FAX 052-835-3743

URL www.nagoya-rehab.or.jp

Instagram

アカウント
mizuho_tsukiho

