

「いきいき」 アルバム

写真部外出 2006年3月5日



半年振り
となった写真
真部外出。今
回は、滑川町にある国営武蔵丘陵森林公
園に行ってきました。

当日は日頃の行いのお陰か、天候にも
恵まれて絶好の写真撮影日和の下、出発
する事が出来ました。

公園内は梅の花が見ごろを迎えており、
部員の皆さん一人ひとりが真剣にシャッタ
ーを押されていました。

また、今回の外出では部員全員が参加
でき、みんなで共感し、協力し合いながら
の撮影となり、とても有意義な時間とな
りました。

出来た写真は大きく引き伸ばし、セン
ターの玄関ホールに飾っています。素敵な
写真と思いが残った一日となりました。
外出にあたり、同行して下さったボラ
ンティアの方々に、この場を借りてお礼申
し上げます。有難うございました。

リフレッシュ外出(明治製菓見学) 2006年3月7・15日

リフレッシュ
外出の時間を
利用し、2班に
分かれて計6名
の利用者の皆さ
んと明治製菓へ
見学に行ってい
ました。

明治製菓に
着くと、係りの
方が待っていて下さいました。工場内を丁
寧に案内して頂き、出来立てのカールや
チョコレートの試食もさせて頂きました。

二時間ほどの見学となりましたが、工
場内の美味しい香りに心もお腹もいっぱ
いになった利用者の皆さんでした。

帰りには、お土産にカールとアポロチ
ョコレートを頂き、
帰ってからも楽しめ
る外出となったよう
です。



今後の予定

療護施設

- 7月 8日 埼玉身体障害者施設協議会スポーツ交流会
- 7月 23日 10周年記念式典
- 9月 30日 秋祭り(仮称)

※予定は変更する場合がございます。御了承下さい。

家族会 通信 バリアフリー



去る5月15日に毎年恒例とな
りました川越市・社会福祉協議会
主催の「ふれあい福祉祭り」が開
催されました。昨年は生憎の悪天
候に見舞われましたが、今年は前
日からの雨も止み、暖かい春の陽
気の中、取り行う事が出来ました。
ご家族を始め、バザーに際しまし
ては、多くの皆様からお力添えを頂き、今年も成功
の内に終了する事が出来ました。ご協力頂きまし
て誠に有難うございました。そして、来年度も今年
度が増す皆様のご協力をお願い申し上げます。

また、ともいき会も今年で10年目を迎えること
ができました。これもひとえに、ボランティアの皆様
を始めとする関係者の皆様に支えて頂いたお陰
と感謝申し上げます。家族会と致しましても、よ
り一層の努力をし、これからもともいき会と共に
歩んでいく所存でございます。7月には「10周年記
念式典」が行われます。この式典に参加出来る事
に、家族と致しましても大きな喜びを感じており
ます。式典の成功と、ともいき会の益々の発展を
心よりお祈り申し上げます。

9月には、納涼会の装いを新たに「秋祭り」が開
催される予定となっております。こちらは、具体的
な検討はこれからとなりますが、利用者・家族・地
域が一体となった素晴らしい会となるよう願うと
共に、皆様のご参加を心よりお待ちしております。
寒暖差の激しい毎日が続いておりますが、皆様
お身体を大切にされ、お過ごし下さい。

家族の会会長 片桐 園廣



春季行事「花見外出」

毎年恒例となった花見外出。今やテレビや新聞等でも紹介されているほど有名になった、鶴ヶ島市にある「高倉・菜の花とこいのぼりの祭典」に出掛けました。

日程は、4月19日から25日の5日間の曜日別に全利用者を対象とし、参加者を募り行いました。

日によっては、多くの方が見学に来られている様子も見受けられ、やはりテレビや新聞の影響は凄いなとしみじみ感じています。

敷地面積、約2.2ヘクタールの畑を黄色一色に染めた菜の花の中を、何匹ものこいのぼりがそよ風に吹かれ、優雅に泳いでいる姿は圧巻でした。利用者の方達も園内を散策したり、記念写真を撮ったりなど自由に過ごす中で、菜の花の香りと美味しい空気を身体一杯に吸い込んで、「気持ちいいー」と言いながら春を感じていたようです。気分転換を図るなら絶好の場所ですので、是非一度お出かけ下さい。春の天気は変わりやすく、日によってはあいにくの天気になってしまい、外で食べる予定のお弁当はセンター内でとり、菜の花見学はバスの中からとなりました。おまけという事で、八重桜が咲いている場所なども回り、車からは降りられずに残念でしたが、ちょっとラッキーなドライブに

カモンデイサービス

4月より、土曜日も開所になりました。

昨年2005年度まで、月曜日から金曜日までの週5日間の営業でしたが、障害者自立支援法が施行されたことにより、更に利用者登録数を増員する為に、今年度より土曜日も開所することとなりました。



なったのではないのでしょうか。

晴れた日には、菜の花畑のすぐ近くにテーブルと椅子を設置し、花を見ながら、スタッフやボランティアの方などと、話をしながらのんびりと食事を楽しむ事が出来ました。利用者の方からも「やっぱり外で食べるの美味しいね」という言葉が多く聞かれ、いつもとは違った雰囲気の中で、食事が出来たことを喜んでいただけようです。

食事の後は、お楽しみの買い物！ 菜の花畑のすぐ隣にある農産物直売所で、農家の方が作った旬の野菜やおまんじゅうなどを、家族や友達にお土産として沢山買われていました。

天気安定しない時期ではありませんでしたが、一年の中で一番色々な花を見る事が出来ることもあり、毎年の行事として定着しています。利用者の方からも「今年はどこに行くの?」と聞かれる事が多く、楽しみにして下さっているようです。これからも、ボランティアやスタッフ、利用者同士での交流を、より深められるようなものを皆様からの要望を含め企画検討し、提供出来る様努力していきたいと思っております。次回の行事も楽しみにして下さい。5日間事故なども無く、終了出来たことを、参加していただいた皆様に感謝いたします。

今後の予定

デイサービス

7月 お好み食 10月 秋季行事

※予定は変更する場合もございます。御了承下さい。

E-mail kawagoe@tomoiki.com

URL <http://www.tomoiki.com>



障害者自立支援法での居宅介護・介護給付

障害者自立支援法での居宅介護（ホームヘルプサービス）の利用の流れ

平成18年4月より障害者自立支援法が施行されました。支援センターにも、サービスの継続利用の為の申請手続き等について、多くの問い合わせがありました。今回の『ホットニュース』では、支援センター利用者の中でも多くの方が利用している居宅介護（ホームヘルプ）に絞り、現在利用している方にどのような手続きが必要か、その流れを簡単に説明していきたいと思えます。

居宅介護（ホームヘルプ）の利用は、障害者自立支援法の中では「介護給付」という枠の中に位置付けられています。今年の4月～9月の支給量（利用時間数）については、これまで通りの形で利用出来るようになっていきます。10月以降に関しましては、以下の流れによって支給量（利用時間数）が決められ、事業所と再契約する事によりサービスの利用が可能となります。尚、障害者自立支援法では、サービス利用者にも費用の1割を負担していただく形になっています。利用者の方の様々な状況により、上限額の軽減措置等もありますので、ご不明な点は利用しているサービス提供事業者や障害者福祉課、支援センター等へご相談下さい。

<介護給付の支給決定までの流れ>

～川越市にお住まいの方～

①川越市へ支給申請

②障害程度区分の一次判定

市の職員、または市から委託を受けた調査員が心身状況についての聞き取り調査を行い、コンピューター審査による障害程度区分の判定を行う。

③障害程度区分の二次判定

一次判定結果に医師の意見書を添え、審査会（福祉、医療、保健等の専門家で構成）による二次判定を行い、障害程度区分を認定。

④勘案事項調査

社会活動や介護者、居住等の状況について調査。

⑤サービス利用意向の聴取

⑥支給量決定

サービス提携業者との契約へ

はのぼのクラブ（ハンディキャップをお持ちの方のサークル活動）活動があり、はのぼのとしたクラブに成長する為、一緒に活動が出来ると、活動の後押しをして下さるボランティアさんを募集しております。興味のある方は「支援センターともいき」までご連絡下さい。

障害者総合相談

知的・身体・精神・就労部門の相談員が合同に行うことにより、総合的かつスピーディーに相談に答える為のものです。

毎月 第2・第4 火曜日 午前9:00～午後4:00まで

川越市保健所2階 グループ活動室

川越市大字小ヶ谷817-1

Tel.049-227-5102

障害者生活支援センター ともいき

ほんとホットニュース

支援センター ともいきって？

障害者ご本人やその家族の方々の様々なご相談に専門のコーディネーターがお答えします。まずはご登録からお気軽にお電話ください。

ご相談は無料です。個人の秘密は厳守します。

〒350-1175 川越市笠幡1646-17（川越身体障害者センター併設）

Tel.049-239-3688（電話24時間対応）

Fax.049-239-3699

E-mail: shien@tomoiki.com

「はのぼのクラブ」情報

今回は、2月の卓球と4月のお花見の報告をしたいと思えます。

まず2月の卓球ですが、何度かやっている為、準備からメンバーが協力して行うことができました。試合が始まると皆、本気になっており、時間を忘れて楽しく打ち込んでいました。

また、4月には恒例のお花見も実施しました。毎年の事ですが、今年の『開花予想』が出ると、独自に予想して日程を決めます。あいにく当日は春雷と風雨のため、早々に引き上げてきたのですが、途端にはあつと晴れるといった荒天候。でもお弁当は美味しく頂いてきました。皆さんも、二度参加してみませんか？

（H・K 24歳女性）



ともいき会からのお知らせ

7月23日(日) ともいき10周年記念式典

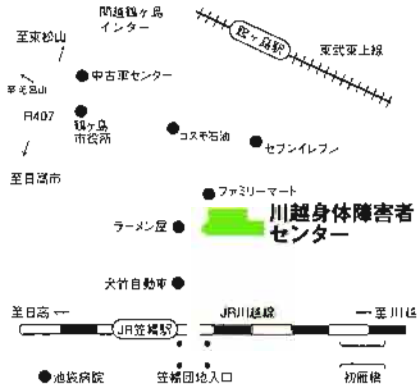
今年度、社会福祉法人ともいき会は、10周年を迎えることができました。これもひとえに、利用者の皆様、ご家族・地域の皆様、各関係者の方々のお力添えのおかげです。心よりお礼申し上げます。

さて、前号では「ともいき10年の軌跡」を特集させていただきました。あつという間の10年だと感じられた方もいらしたのではないのでしょうか。

10年という節目を迎えた今年は、7月23日に川越プリンスホテルにて「10周年記念式典」を行うこととなりました。利用者の皆様、ご家族とともに、10年を振り返りながら思い出に残る記念式典にしたいと思えます。

9月30日(土) 秋まつり(仮称)

毎年恒例の納涼会から、今年は「秋祭り(仮称)」へと様変わりし開催されます。地域の皆様楽しんでいただけるように、利用者、ご家族、スタッフ力



- JR笠幡駅より徒歩15分
- 関越自動車道 鶴ヶ島インターより車で10分
 - 東武東上線 鶴ヶ島駅よりタクシーで10分

を合わせて「秋祭り(仮称)」を盛り上げていきたいと思えます。

内容については、ただいま思案中ですが、ご期待！ 皆様のお越しをお待ち申しあげます。

2月16日(木) ともいきサービズ研究会(QC発表会)

QCサークル活動のプロの方や他施設の方々を審査員にお招きし、QC発表会が行われました。QC発表会も今年で6年目を迎えました。活動するなかで数々の困難を乗り越えながらも、スタッフ一同楽しみながら取り組む事ができました。今年度は療護施設男性4名で構成された、チーム八海山が「入浴の満足度向上」という取り組みを行い、見事最優秀賞に選ばれました。

来年度も更に実りのあるQCサークル活動となるよう、スタッフ一同努力していきたいと思えます。

編集後記

私も、当施設に入居して10年目を迎えました。最初は短く感じましたが、振り返ると沢山の出来事や思い出が浮かんで来ました。入居したての頃の孤独感や不安な気持ちでいた事が今では懐かしい思い出です。(片桐)

表紙イラストのテーマ

10年目を迎え、施設と初めて出会ったときを思い出して、心を新たにしたいと思います。

専門士の部屋

ともいきメタボリックシンドロームクラブ

メタボリックシンドロームってなに？

もう一度確認、生活習慣！

生活習慣病の中で糖尿病・高脂血症・高血圧など肥満に伴い、色々重なり合って発病する一連の症候群をメタボリックシンドローム「代謝異常症候群」と言います。

特に肥満の方で、内臓に脂肪が蓄積した「内臓脂肪型肥満」が原因である事が分かり、次のような数値基準も示されています。

- ①内臓脂肪型肥満
内臓脂肪蓄積
ウエスト周囲径 男性 $\geq 85\text{cm}$ ・女性 $\geq 90\text{cm}$
(内臓脂肪面積 100cm^2 以上に相当)
- ①の項目に対して、
②③④の項目が2個以上の該当者は危険!
- ↓
- ②血清脂肪
中性脂肪(高トリグリセリド値) $\geq 150\text{mg/dL}$
低HDLコレステロール値 $\geq 40\text{mg/dL}$
- ③血圧
収縮期(最大血圧値) $\geq 130\text{mmHg}$
拡張期(最小血圧値) $\geq 85\text{mmHg}$
- ④血糖
空腹時血糖値 $\geq 110\text{mg/dL}$ 以上

内臓脂肪の蓄積は、動脈硬化の危険因子である肥満・高血圧・高脂血症などの重複によりリスクも高くなると言われています。

全て、4項目に異常が見られた場合「死の四重奏」とも言われていますので、二次健診や特定保健指導をお勧め致します。まずは、もう一度あなたの生活習慣を振り返ってみてはいかがでしょうか。

(栄養士 松本)