

昨年の12月末、人生で初めて救急車で運ばれることがありました。めまいだったのですが、結局原因や病名は分からず、今年の5月半ばまで発作的なめまいや、体がふわふわした状態が続いていました。「不摂生が原因なのかな？」と思い、食事や間食を減らしてみました。すると、体重が5キロ減りました。5月半ばからふわふわする感じも無くなりました。持病の頸椎症も良くなった気がします。体重が減ったことが影響しているのかは分かりませんが、健康であることのありがたさを痛感しています。あとは一番の不摂生である喫煙を…やめたいです。(矢島)



ご存知ですか? 「ヘルプマーク」

義足や人工関節を利用している方、内部障がいや難病の方、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としている方々が、バッグ等に身に付けることで、周囲の方に手助けを必要とすることや「見えない障がい」への理解を求めるものです。平成24年度に東京都が作成し、現在多数の府県で導入が広がっています。

岐阜県では、「岐阜県障害のある人もない人も共に生きる清流の国づくり条例」の施行を踏まえ、「人にやさしい岐阜県づくり」の一環としてヘルプマークを導入し、平成29年8月1日より配布しています。大垣市では、障がい福祉課が窓口となっています。



【バッグに取り付けたヘルプマークの例】

希望者一人につき1個配布しています。障害者手帳や身分証明書などの提示は不要で、家族や支援者などの代理人による受け取りも可能です。ヘルプマークを見かけたら「思いやりのある行動」をしましょう。

「福祉健康講座」開催

皆さまの日常生活上の健康維持を目的に、年3回「福祉健康講座」を開催しています。

今年度 第1回目の講座を下記のとおり開催しますので、お気軽にお越しください。

参加費無料、申込不要、どなたでも参加できます!

◆と き : 7月21日(日) 10:00~12:00

◆と ころ : 大垣市総合福祉会館 4階研修室(大垣市馬場町124)

◆内 容 : 『頻尿の悩みについて』

講師 : 大垣市民病院 泌尿器科 ^{うの} 宇野 ^{まさひろ} 雅博 部長

※第2回は9月15日(日)『イライラについて』の講座を開催予定です。

※詳しくは、身障協会大垣支部(TEL:75-5405)または当センターまで。



ピアカウンセリング開催日程 (令和元年7月~9月分)

墨俣・上石津老人福祉センター 7月1日(月)・16日(火)、8月5日(月)・19日(月)
9月2日(月)・17日(火)【全て10:00~15:00】

※9月17日(火)は、墨俣にて10:00~12:00、上石津にて13:00~15:00に、障がい者生活支援センター職員も同席して相談会を開催します。お気軽にお越しください。

※大垣市総合福祉会館では、ピアカウンセラーが毎週月~土に相談対応しています。【9:00~16:00】

～大垣市障がい者就労支援センターからのお知らせ～

福祉就労まるっと相談フェア 2019 開催！

大垣市内で就労支援を行っている就労移行支援事業所、就労継続支援A型、B型事業所が集まり、各ブースで事業所の取り組みや仕事内容を紹介します。さまざまな事業所について知る機会となり、就労を考えている皆さまの選択肢が広がれば幸いです。

★と き：令和元年8月2日（金）10:00～12:30(受付 9:30～)

★ところ：大垣市情報工房 5階 セミナー室、スィンクホール
(大垣市小野4丁目35番地10)

★対 象：障がい者就労に関心のある方

★申込先：大垣市障がい者就労支援センターへ。お電話、FAX、またはホームページのお問合せフォームにて、**7月31日（水）**までにお申込みください。

【Tel】78-8186 【Fax】71-7533

【URL】<http://www.ogaki-wsc.com/>



※事業所との契約を約束したり、斡旋する場ではございません。皆さまへの情報発信の場として開催させていただきます。

そもそも「障がい者就労支援センター」とは？

障がいのある方から相談を受けて、その方が就職するための機会を広げ、就職した後も安心して働き続けられるようにサポートしています。障がいがあることで働くことを諦めたり、働き続けられないということがないように、一緒に考え、その方にとってよりよい働き方を探していきます。

- ◆就労の相談・・・就職を希望する障がいのある方やご家族、企業、関係機関からの相談に応じます
- ◆生活の支援・・・就職活動中や就職した後に、普段の生活のなかで抱えている悩みや相談に応じます
- ◆就職の支援・・・仕事探しのお手伝いや、就職した後も長く同じ会社で働けるように支援します
- ◆関係機関との連携・・・他の機関と連携して、障がいのある方の支援を行います

大垣市内にお住まいで、働きたいと考えている障がいのある方なら誰でも無料でご利用いただけます。

面談にてお話を伺いますので、まずは電話、FAXなどで、お気軽にご連絡ください。



<支援センターの独り言>

・・・矢島さんは体重が減り、ウエストにも余裕がうまれたそうですが、私はちっとも変わりません。むしろ食欲が増すばかりで、運動も長続きしません。健康的で楽なダイエット方法がなにかあれば教えてくださいね。(安部)



大垣市社会福祉協議会

大垣市障がい者生活支援センター TEL：75-0183 / FAX：71-7533

大垣市障がい者就労支援センター TEL：78-8186 / FAX：71-7533

住所：大垣市馬場町124 E-mail：support@ogakishakyo.or.jp

