

が**ん**ば**ら**な**い**通**信**

じりつ せいかつ せんたー こむ さぽーと ぷろじえくと きかんし
自立生活センター Com-Support Project 季刊誌

ぞうかん
増刊HSK Vol. 60

きんが しんねん
謹賀新年

HSK 毎月十二回(一、三、五、八、十、十三、十五、十八、二十、二十三、二十五、二十八日)発行
一九九四年八月四日 第三種郵便物承認



とびっく

TOPICS

しずおかじりつせいかつ ぷろぐらむ あいえるぴー けんしゅう ほうこく

●静岡自立生活プログラム(ILP) 研修 報告

じりつせいかつ いんたびゅー

●自立生活についてインタビューしてみた！

かいいんたいしょうあんけー とちょうさ さくねん りょうこう い ことし りょうこうい

●会員対象アンケート調査「昨年どこか旅行に行きましたか？今年どこかに旅行行きますか？」

とうだんたい がいよう 当団体の概要

じりつせいかつ せん たー しょうがいとうじしゃ ちゅうしん うんえい だんたい
自立生活センターは障害当事者が中心となり、運営する団体です。

ぜんこく やく かしょ じりつせいかつ せん たー
全国には約120カ所の自立生活センターがあります。

わたしたち しょうがいしゃ しせつ かぞく なか ちいき どくりつ く
私たちは、障害者が施設や家族の中だけでなく、地域で独立した暮らしを
おく さぼーと
送るためのサポートをしています。

いま しゃかい しょうがいしゃ さべつ はいじょ ばしょ たた
未だ、社会には障害者というだけで差別したり排除する場面が多々あり
ます。

じゅうど しょうがい ちようせん しっぱい けいけん じぶん き
重度の障害をもっている、挑戦や失敗を経験しながら、自分の決めた
せいかつ おく じりつせいかつ かんが
生活を送ることこそが自立生活だと考えます。

しょうがいしゃ しえん こむ さぼーと ぷろじえくと
そして、そういった障害者を支援していくのが Com-Support Project
なのです。

とうだんたい かつどう じょうほうていきょう そうだん じりつせいかつ ぶろ ぐらむ こうえん
当団体の活動としては、情報提供や相談、自立生活プログラム、講演
かつどう おこな
活動などを行っています。

じぎょう ほーむ へる ぱー はけん ほか そうだんしえん おこな
また、事業ではホームヘルパー派遣の他、相談支援も行っていきます。

つうしん がんばらない通信って？

こん せぶ と ～コンセプト～

ちいき く ひと しょうがいとうじしゃ せいかつ いろ ひと し
1. 地域で暮らす人（障害当事者）の生活を色々な人に知ってほしい！

こむ さぼ し
2. コムサポについて知ってほしい！

つうしん よ ちいき しょうがいとうじしゃ せいかつ し じりつせいかつ
通信を読んで、地域での障害当事者の生活を知って、“自立生活”
こむ さぼ きょうみ も ここ につちゅうかつどう
や“コムサポ”がどんなところなのか、興味を持ち個々の日中活動
もさく おも
の摸索してもらえたらと思います。

いけん かんそう ずいじうけつけちゆう ねが
ご意見・ご感想、随時受付中！！ よろしくお願ひいたします♪

ぱい つうしん へんしゅうちよう
By 「がんばらない通信」 編集長



しん ねん あい さつ
新年挨拶

ねん

2024年あけましておめでとうございます。

ひび じりつせいかつせんたー こむ さぽーと ぶろじえくと かつどう きょうりよく りかい
日々の自立生活センターCom-Support Projectの活動へのご協力やご理解をしていた
まこと

だきまして誠にありがとうございます。

しんねん まくあ ほんねん ま ま ほくりくしんかんせん がつ にち かいぎょう
新年の幕開けとともに本年は待ちに待った北陸新幹線が3月16日に開業いたします。

がつ にち ふくいけんないはつ ぶる まらそん さくらまらそん かいさい
また、3月31日には福井県内初のフルマラソンになるふくい桜マラソンが開催されます。

どうだんたい だいちゅうもく だいいべんと しんふくい えき えきしゅうへん ぱりあふりー
当団体としても大注目の2大イベントになりますので新福井駅や駅周辺のバリアフリー
ちえつく まらそんたいかい ようす みとど あら ふくい まくあ の おく
チェックやマラソン大会の様子などを見届け、新たな福井の幕開けに乗り遅れないようし

かつどう おも
っかり活動していきたいと思えます。

ほんねん まじめ あそ ぜんりよく かつどう おこな ねが
本年も真面目も遊びも全力で活動を行っていくのでよろしく願ひいたします。

だいひょう さいとう てるゆき
代表 齊藤 輝幸



そうかいほうこく 総会報告

がつ にちどようび れいわ ねんどそうかい かいさい
11月26日土曜日に令和5年度総会が開催されました。

とうじつ にん かた かいじょうさんか
当日は19人の方が会場参加いたしました。

かいやく たいけんしつ す たっ ふぶそく もんだいてん しつぎおうとう かっぱつ おこな かいいんかん
解約した体験室やスタッフ不足の問題点など質疑応答も活発に行われ会員間で
きょうゆう
共有もできました。

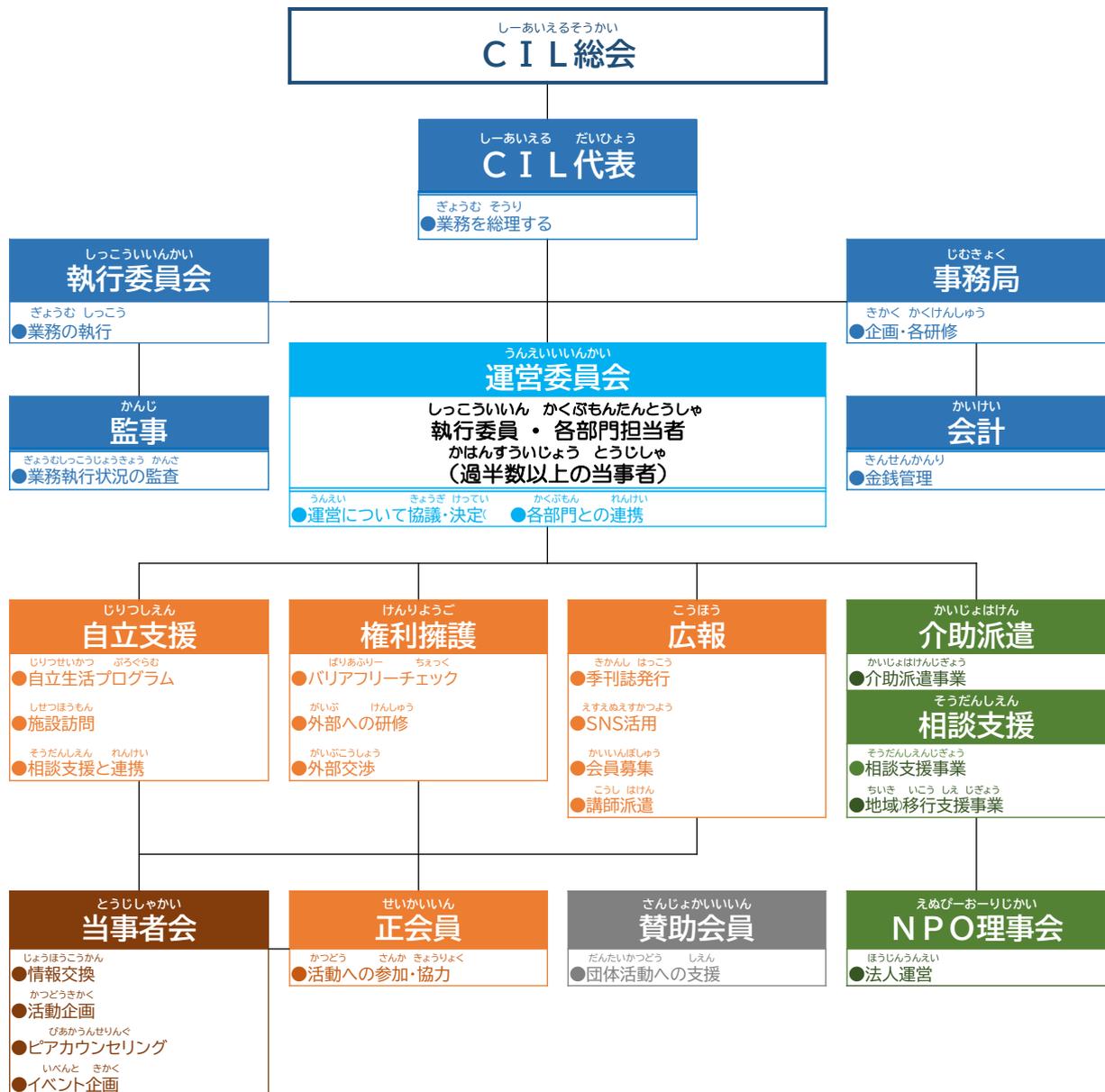
ぜんねんど ほうこく じっし はんせいてん ふ こんねんど ま
前年度の報告から、実施できなかったことや反省点を踏まえ、今年度は間もなく
かいぎょう しんかんせん から かつどう ふく そと で い こと じゅうてん お かつどう
開業する新幹線に絡む活動を含む外へ出て行くという事に重点を置いた活動をして
おも
いきたいと思います。

はいふ そうかいしりょう こんご だんたい はっしん め とお
配布させていただいた総会資料や今後の団体からの発信に目を通していただいて
りかい きょうりょく ねが
ご理解とご協力をお願いいたします。

せっきよくてき さんか だんたい かつどう も あ
また積極的に参加いただけると団体の活動もより盛り上がりますのでよろしくお
ねが
願いいたします。



たいせいずなどほうこく ～体制図等報告～



ほんねんど さくねん どうよう たいせい かつどう おも しっこういんかい
 本年度も昨年と同様、このような体制で活動していきたいと思ひます。執行委員会、
 うんえいいんかい いいんめいなど はいふ そうかいしりょう らん
 運営委員会の委員名等につきましては配布させていただいた総会資料をご覧いただ
 ねが
 きますようお願いいたします。

静岡 — L P 研修

しずおか
あいえる
ぴー
けんしゅう



しんがたころなういるすかんせんしょうぶんるいるいいこうみなせいかつ
 新型コロナウイルス感染症の分類が5類に移行され、皆さんの生活も
 げきへんかたすこいぜんせいかつともどかた
 激変した方や、少しずつ以前の生活を取り戻している方がいるのではな
 おもとうだんたいこんごかっぱつかつどうともどかんが
 いかと思います。当団体も今後は活発な活動を取り戻すべくいろいろ考
 こんかいあらじりつしえんあかたまな
 えています。今回は、改めて自立支援の在り方を学ぼうということで、オン
 らいんたいめんがつしずおかけんじりつせいかつせんたーふじ
 ラインではなく、対面ということで、5月に静岡県の自立生活センター富士
 しずおかしょうがいしゃじりつせいかつせんたーほうもんじりつしえんべんきょう
 と静岡障害者自立生活センターを訪問し、自立支援について勉強させて
 いただきました。



ふじえきみふじさん
 富士駅から見える富士山。
 つるがえきでんしゃとらぶるはっせい
 敦賀駅で電車トラブル発生！
 よていぶんおくとうちゃく
 予定より90分遅れて到着。



ふじえきでむか
 富士駅で出迎えていただき、一緒にC I L富士へ！
 けんしゅうしーあいえるふじじっしじりつせいかつぶろぐ
 研修ではC I L富士が実施している自立生活プロ
 らむないようながわたしぎもんもんだいま
 ラムの内容や流れをもとに私たちの疑問や問題を混
 まな
 ぜながら学ぶことができました。



よるこうりゅうかいきかく
 夜には交流会を企画していただき、夜遅くまで楽し
 よるおそたの
 むことができました。

ふじさんがたこーんしずおか
 富士山型のコーン。さすが静岡です！
 こうりゅうかいごでんしゃのほてる
 交流会後、電車に乗ってホテルへ。





しずおかしょうがいしゃじりつせいかつせん た しずおかえき ばす
 静岡障害者自立生活センターへは静岡駅からバスに
 の いどう くるま りようしゃ にん わか
 乗って移動。車いす利用者3人だったため、別れて
 じようしゃ ほんすう おお じかん ろす
 乗車。本数が多いので時間のロスはほとんどなかつ
 たです。事前に聞いてはいましたが、バス乗車待ち
 ちようだ れつ
 の長蛇の列に(° 皿°)!!!!!!

じぎょうしょ おお おお じぎょう てんかいちゆう
 事業所も大きく、多くの事業を展開中。
 どうよう ぷろ ぐらむ なが たいしyou
 同様に、プログラムの流れや対象など
 しつもん まな
 質問しながら学ぶことができました。
 じぎょうしょ まいにち ふじさん おが
 事業所から毎日富士山を拝めるなんて
 うらや
 羨ましい～



じりつしえん すす かた きほんてき かた じりつせいかつ かつどう
 自立支援の進め方の基本的なやり方や自立生活や活動の
 ほうこうせい はっそう じゆう まな へん しめいかん
 方向性の発想の自由さを学ぶことができ、変な使命感に
 お す たっ ぷ こ かた かんが やわ
 追われていたスタッフの凝り固まった考えが柔らかくな
 ただんたい つな し こんご かつどう
 り、他団体との繋がりのありがたさを知り、今後の活動に
 む きも あら と く ため
 向けて気持ちを新たに取り組むことができそうで為になる
 けんしゆう
 研修となりました。

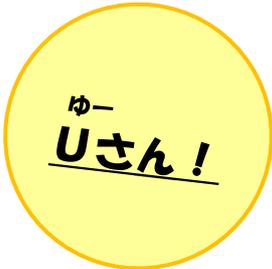


また、福井以外の街や社会を知ることも、私たちの生活の向上に役立つのではない
 おも ざんねん がつ たんきあいえるびーきかく さんかしゃ ふざい しっぱい お
 かと思いました。残念ながら7月の短期 I L P 企画は参加者不在で失敗に終わりました
 が…

(うらっち・てるる・ちゃ)



じりつ せいかつ
自立生活について
 いんたびゅー
インタビューしてみた！



さくねん がつ じっか で ひとりぐ はじ ゆー いんたびゅー おこな
昨年(さくねん)の1月(がつ)からご実家(じっか)を出られ一人暮らし(ひとりぐ)を始めた(はじ)ゆーさんにインタビュー(いんたびゅー)を行いました(おこな)。

ひとりぐ かんが おし
Q1. 一人暮らし(ひとりぐ)をしたい(かんが)と考え(おし)たきっかけ(きっかけ)を教(おし)えてください(ください)。

かぞく よてい さゆう じぶん せいかつ おも おや かいじよ
 A. 家族(かぞく)の予定(よてい)に左右(さゆう)されず(ず)に自分(じぶん)の生活(せいかつ)をしたい(おも)と思った(おも)からです(からです)。また、もし親(おや)が介助(かいじよ)できなく
 なって(な)しまったら(ら)、自分(じぶん)で生活(せいかつ)をしなければ(しな)ならない(ない)のでス(す)キル(る)を身(み)につ(つ)けた(か)った(か)らです(です)。

ひとりぐ じゅんぴなど たいへん なん
Q2. 一人暮らし(ひとりぐ)をする(する)ために、準備(じゅんぴなど)等(など)で大変(たいへん)だった(だ)ことは何(なん)ですか(か)？

じゅうしょへんこう やくしょてつづ じゅうたくかいしゅう ぎょうしゃ と わたし ばあい ひとりぐ
 A. 住所変更(じゅうしょへんこう)などの役所(やくしょ)手続(てつづ)き、住宅改修(じゅうたくかいしゅう)での業者(ぎょうしゃ)さんとのやり取り(とり)です(です)。また、私(わたし)の場合(ばあい)、一人暮らし(ひとりぐ)
 をする(する)にあたり(あたり)重(じゅう)度(ど)訪(ほう)問(もん)介(かい)護(ご)サ(さ)ービ(び)ス(す)の時間(じかん)数(すう)取(と)得(とく)が大(だい)変(へん)で(で)した(した)。

ひとりぐ はじ たの えびそーど
Q3. 一人暮らし(ひとりぐ)を始(はじ)めて(めて)やっ(や)って(て)み(み)た(た)こと(こと)や楽(たの)しみ(み)に(に)して(して)いた(いた)こと(こと)をや(や)った(た)などエ(え)ピ(ピ)ソ(ソ)ー(ー)ド(ド)は(は)あり(あ)り(あ)ま(ま)す(す)か(か)？

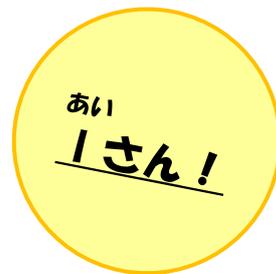
じぶん へや す あにめ えいが よるひとり み すこ たの
 A. 自分(じぶん)の部屋(へや)で好(す)きなアニメ(あにめ)や映画(えいが)を夜(よる)一人(ひとり)で観(み)ることが少(すこ)し(し)やっ(や)って(て)み(み)た(た)か(か)った(た)こと(こと)な(な)ので、楽(たの)し(し)ん(ん)で(で)ま(ま)す(す)。

はんたい たいへん はぶ にんぐ
Q4. 反(はん)対(たい)に大(だい)変(へん)だ(だ)った(た)こと(こと)、ハ(は)プ(ぷ)ニ(に)ン(ん)グ(ぐ)な(な)ど(ど)は(は)あり(あ)り(あ)ま(ま)す(す)か(か)？

せんたくき すいはんき つか かた よ し くせん まふゆ すいどうかん こお
 A. まず洗濯機(せんたくき)も炊飯器(すいはんき)も使(つか)い方(かた)を良(よ)く知(し)らな(な)か(か)った(た)ので、苦(く)戦(せん)し(し)ま(ま)した(た)。また、真冬(まふゆ)に水(すい)道(どう)管(かん)が凍(こお)
 っ(っ)てお湯(ゆ)が出(で)ない(ない)とい(い)う事(じ)件(けん)が(が)あ(あ)り(あ)り(あ)り(あ)ま(ま)り(り)ま(ま)した(た)。

さいご じりつせいかつ めざ ひと めっせーじなど ねが
Q5. 最(さい)後(ご)に(に)こ(こ)れ(れ)か(か)ら(ら)自(じ)立(りつ)生(せい)活(かつ)を(を)目(め)指(し)て(て)い(い)る(る)人(ひと)へ(へ)のメ(め)ッ(っ)セ(ー)ジ(じ)等(など)あ(あ)れ(れ)ば(ば)お(お)願(ね)い(い)し(し)ま(ま)す(す)。

わたし いろいろ かた きょうりよく ひとりぐ じつげん でき ひとりぐ など かぎ
 A. 私(わたし)は色(いろ)々(ろ)な(な)方(かた)に(に)協(きょう)力(りよく)し(し)て(て)も(も)ら(ら)っ(っ)て(て)、一(ひと)人(にん)暮(り)ら(ら)し(し)を(を)実(じ)現(げん)す(す)る(る)こ(こ)と(と)が(が)出(で)来(き)ま(ま)した(た)。一(ひと)人(にん)暮(り)ら(ら)し(し)等(など)に(に)限(かぎ)
 ら(ら)ず(ず)、や(や)り(り)た(た)い(い)こ(こ)と(と)を(を)諦(あきら)め(め)な(な)い(い)の(の)は(は)大(だい)事(じ)だ(だ)な(な)っ(っ)て(て)思(おも)い(い)ま(ま)した(た)。



さくねん がつ しせつ で じたく もと じりつせいかつ はじ あい いんたびゅー おこな
**昨年さくねんの12月がつから施設しせつを出でられご自宅じたくに戻もとり自立生活じりつせいかつを始はじめる1さんあいにインタビューいんたびゅーを行おこない
 ました。**

Q1. 自立生活じりつせいかつをしたいかんがと考えたおしきっかけしせつを教なかえてたいくつくださいおや。

A. 施設しせつの中なかが退屈たいくつだったからおやです。また、親おやも自宅じたくに帰かえってほきてい欲ほしいとい言いっていくれたからいです。

**Q2. 自立生活じりつせいかつをするあいえるびーうためにILPたじゅんびなどを受けおもたり、その他準備等おもをしておもきたと思おもいますが、これは
 大変たいへんだったおもなと思おもうことおもはありおもますか？**

A. 手続きてつづがたたいへんくさんあおもって大変いえだなと思そといました。また、家でから外たいへんに出おもるのが大変へだと思へいました。ヘルパーるさんばーを利用りようした方ほうが良いいのかいなと思かんじました。

**Q3. ILPあいえるびーでの宿泊体験等しゅくはくたいけんなどをしてはじみて、これは初はじめて自分じぶんで出来できたなかんと思しせつじたこと、施設しせつでは
 こういおもうことえびそーどはできえびそーどないなえびそーどと思えびそーどったことえびそーどやエピソードえびそーどはありえびそーどますか？**

A. 宿泊体験しゅくはくたいけんで自宅じたくに帰かえり、色々いろいろしまたのしたがやることかんがたははくさんあくって楽ははしく感くじました。また、母ははからクくリくーくムくシくチくューくをつくくくほくりくえくすとくをつくくくリくームくシくチくューくを作くってく欲くしいとくリくエくスくトくがくあり、作くりました。

**Q4. もうすぐ自立生活じりつせいかつが始はじまりますが、楽たのしみにたのしていること・やたのってたのみたいことたのはありたのま
 すか？**

A. たきくさんあえいがりますよ～。1つは気みになる映み画みがあるみので、見みにいみきたいみです。あみとは、野み球みが好みきなみなみので観み戦みに行みきたいみです。中み日みドラみゴンズみが好みきなみので名み古み屋みであるみ試み合みに行みってみみたいみです。また来み年み、プみロみ野み球みの試み合みが福み井みであるみのでそみの試み合みも行みきたいみなみと思みつてみいます。あみとは、短み大みに
 いみつてみいたみんみですみが、短み大み時み代みの友み人みと集みまるみ予み定みをみしてみいます。そみのほみか色み々みとあみりますみね…

Q5. 反はん対たいに不ふ安あんに思おもっていることおもはありおもますか？

A. 今いまはやいまつていまみいまないいまと分わからなないなので、何なにが起おこおるおんおだおらおうおとドどキどキどキどしてどいます。

Q6. 最さい後ごにこれじりつせいかつから自立生活めざをひと目め指つしてめいる人ひとへめのメめッつセつーつジつ等なあねればねおね願ねいねします。

A. きしっしかしけしは人ひとそしれしぞしれしでしすしが、施し設せをし出しらしれるしのであしればし出したし方ほうが良いいおもし思しいします。施し設せにし長しいしこ
 とそといそとるそとなそとらそとば、外そとにそと出そとたそと方ほうが良いいおもし思しいします。

がつ どうじしゃ かい



12月当事者会

とし せ せま がつ にち であ かくだいばん みによんく れ じん
 年の瀬も迫った12月9日に「こむde会おっさ」の拡大版として、ミニ四駆とレジン
 ちゃーむづく とお わたし しょうがいしゃ りかい ぶんか もくてき みに
 charm作りを通して私たち障害者への理解を深めてもらうことを目的として「ミニ
 よんく れ じん ちゃーむづく であ かいさい
 四駆&レジンcharm作りde会おっさ」を開催しました。

かいじょう あ おっ さ かい あ とりう む いま けいけん ばしょ かいさい
 会場をアオッサ1階のアトリウムという今まで経験のない場所での開催だったので
 すこ ぶんあん しょうちゅうがくせい おやこ かたなど さんか ぶじ
 少し不安はありましたが、小中学生や親子の方等たくさん参加していただき無事に
 お で き
 終わることが出来ました。



みによんく こーなー こーす つく じっさい み
 ミニ四駆コーナーでは、コースを作り、実際にミニ
 によんく はし たいけん どうじつげんてい すたーたー
 ニ四駆を走らせる体験や、当日限定でスター
 きつと しょんしんしゃむ せつと せつと ようい
 キット（初心者向けセット）を10セット用意し、
 せいさく たいけん おこな
 制作する体験を行いました。

さんか さんか かた みによんく す
 参加してくださった方のなかには、ミニ四駆好
 かた せんじつ ふくしがくしゅう じゅぎょう じゃま しょうがっこう
 きの方、先日福祉学習の授業でお邪魔した小学校
 じどう はじ みによんく せいさく かた
 の児童さん、初めてミニ四駆を制作したという方
 など さんか
 等たくさん参加していただきました。

(ぐっさん)



きかく いべんと 企画イベント



れじんちゃーむづく こーなー はーと まる
レジンチャーム作りのコーナーでは、ハートや丸、
しかく かたわく れじんえき なが い なか びー
四角の型枠にレジンを流し入れ、その中にビー
ず しーる い こうか きーほるだー
ズやシールなどを入れ硬化させ、キーホルダーや
すとらっぶ つく
ストラップを作っていました。

おも いじょう おお こども たち さんか
思っていた以上に、多くの子供さん達が参加し
くだ だいせいきょう こま さぎょう こんきつよ
て下さり、大盛況でした。細かい作業も根気強く、
せかい ひと じぶん ちゃーむづく ねっちゅう
世界に一つだけの自分のチャーム作りに熱中して
いました。早速カバンに付けて見せに来てくれたり
たの ば
り、楽しいふれあいの場となりました。



(ちーちゃん)



さんか みな
参加していただいた皆さんありがとうございました。

かいさい ほ うれ こえ
また開催して欲しいという嬉しい声もいただきました。

がんば よ かん
みんなで頑張っていたと感じています。

みな
皆さんありがとうございました。

またやりましょう！

(ぐっさん・ちーちゃん)



広告掲載協賛企業募集中～！



Ability Support

車椅子メンテナンスの専門店 | アビリティサポート

〒913-0065 福井県坂井市三國町崎29-20 TEL:080-8990-4638

昨年どこかに旅行行きましたか？



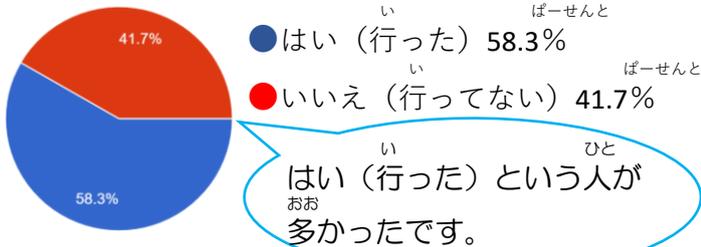
今年どこかに旅行行きますか？

去年は、新型コロナウイルスも5類になり、感染対策も緩和されました。なかには、旅行や外出する機会が増えた方もおられると思います。また今年は外に出かけようかなと考えておられる方もいるかと思います。

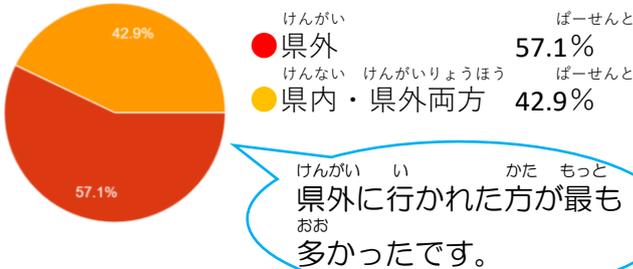
そこで今回、会員の方を対象に旅行についてのアンケート調査を行いました。

※15名対象

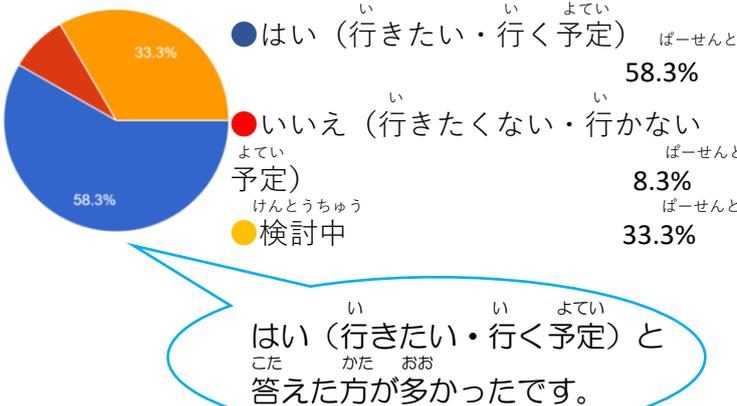
①昨年旅行（日帰り旅行も含む）に行きましたか？



②①で「はい」と回答した人に質問です。どこに旅行に行きましたか？



③今年（2024年）旅行に行きたいですか？また行く予定をしていますか？

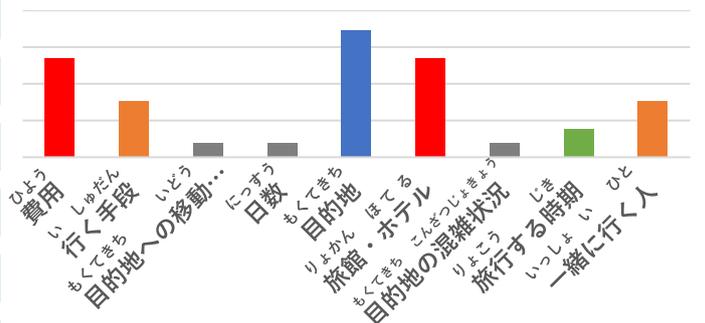


④③で「いいえ（行きたくない・行かない予定）」「検討中」と回答した人に質問です。

そう答えた理由を教えてください。またもし旅行の時に不安・心配なことがあればお書きください。

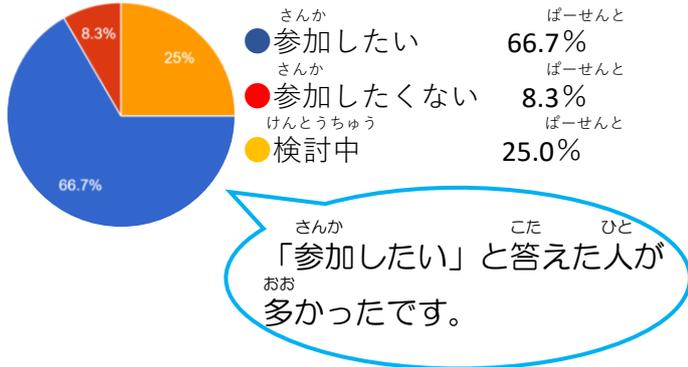
単純に行きたくない、天気と体力面、精神的なもののやる気、行先のトイレが心配、旅行時のヘルパーさんのことが心配などの意見がありました。

⑤旅行に行く時に重要としていることは何ですか？



「目的地（バリアフリー状況も含む）」と回答した人が69.2%と最も多かったです。次に「費用」「旅館・ホテル（バリアフリー状況も含む）」がどちらも53.8%でした。また、「行く手段（バス・電車）」「一緒に行く人」と回答した人がどちらも30.8%でした。

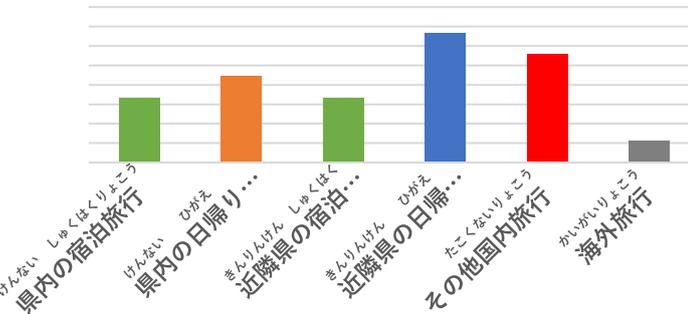
ぜんいん しつもん
 ◎全員に質問です。もし、コムサポで旅行企画
 がいしゅつきかくとう ふく
 (外出企画等も含む)があれば参加したいですか？



ぜいいん しつもん さぼーと
 ⑦全員に質問です。こういうサポートがあれば
 きがる りょこうきかく がいしゅつきかくなど さんか
 気軽に旅行企画(外出企画等)に参加できる！、
 さんかできい
 こういうことがあれば参加出来そう！などご意
 けんか
 見などあればお書きください。

もくてき めいかく けんしゅうりょこう ふだん かいご べ
 「目的を明確にした研修旅行」「普段は介護ベ
 っと しょう いっぱん しゅくはくしせつ
 ッドを使用しているため、一般の宿泊施設の
 ベット つか しゅくはく あきほん
 ベッドは使いづらく、宿泊は諦めている。本
 とう しゅくはくりょこう
 当は宿泊旅行がしたい。また、宿泊旅行の場
 あい ふたりにかいじょしゃ ひつよう へる ばー
 合は、2人介助者が必要。」「ヘルパーさん
 いっしょ さんか そうげい ねが
 と一緒に参加したい。送迎をお願いしたい。
 でんしや きっぷとうこうにゆう さぼーと ちいこ
 電車の切符等購入のサポート。」「小さい子
 ども あす むす ちいこ
 供を預けてというのは難しいので、小さい子
 ども いっしょ だいじょうぶ
 供と一緒にいても大丈夫であれば(こまめな
 きゅうけい と りょこう ぶん もく
 休憩を取れる、ゆとりのある旅行プラン、目
 てきち かんきょう いげん で
 的地の環境など)」などの意見が出ました。

さんか かいとう ひと しつもん
 ⑦⑥で「参加したい」と回答した人に質問です。
 りょこう い
 どんな旅行に行きたいですか？



さんりんけんひがえ りょこう ばーせんと
 ●近隣県日帰り旅行 66.7%
 たこくないりょこう ばーせんと
 ●その他国内旅行 55.6%
 けんない ひがえ りょこう ばーせんと
 ●県内の日帰り旅行 44.4%

さんりんけん ひがえ りょこう い
 近隣県への日帰り旅行に行きたいと
 こた ひと もっと おお
 答えた人が最も多かったです。

あんけーと ちょうさ きょうりょくただ かた
 アンケート調査にご協力頂いた方、ありがとうございます
 いました！
 こんかい あんけーとちょうさ みな りょこう かん
 今回のアンケート調査にて、皆さんが旅行に関し
 かん ぶん おも いげん
 て感じていること・不安に思っていることなど意見
 うかが よ こんご だんたい かつどう きかく
 を伺えて良かったです。今後の団体の活動、企画に
 さんこう
 参考にしていきたいと思います。
 なつ たの きかく
 夏に楽しい企画があるかも(^ω^)・・・
 たの
 お楽しみに☆

九頭竜川の天然鮎

塩焼・おさしみ

アタレガコ

九頭竜天然鮎茶屋 さざり屋

永平寺町松岡上合月 36-50 (松岡河川公園前)

☎0776-61-1123

夜は4名様以上で予約可

士木・舗装工事一式・産業廃棄物処理業・貨物自動車運送業

椋山建設株式会社

KABAYAMA

代表取締役 椋山 義之

本社/吉田郡永平寺町松岡上合月6-120-4 TEL.(0776)61-2337
 福井支店/福井市大和田町21-31-1 TEL.(0776)54-7981

Intertek UKAS MANAGEMENT SYSTEMS ISO9001:2015 認証取得

どうこう 動向

7月

- 8日(土) こむde会おっさ！
- 10日(月) 県出前講座 講師 (越前町民生委員対象)
- 10日(月) 福井東特別支援学校 I L P P R
- 11日(火) 福井特別支援学校 I L P P R
- 12日(水) (福)日之出小学校 福祉学習 講師
- 16日(日) 駅ボランティア研修 講師
- 18日(火) バリアフリーチェック (小次郎の里)
- 20日(木) (高)青郷小学校 福祉学習 講師

ずーむ
(Zoomにて)

- 23日(日) こむde会おっさ！

8月

- 7日(月) VOL. 59 発行 (700部)
- 12日(土) こむde会おっさ！
- 27日(日) こむde会おっさ！

9月

- 2日(土) 共生社会推進タウンミーティング
参加 福井会場
- 3日(日) 共生社会推進タウンミーティング
参加 嶺南会場
- 8日(金) (福)円山小学校 福祉学習 講師
- 11日(月) (福)春山小学校 福祉学習 講師
- 19日(火) バリアフリーチェック (熊川宿)
- 22日(金) (永)福井県立大学 障害者福祉論講義
ゲスト講師

- 23日(土) カーフリーデー 参加

- 24日(日) こむde会おっさ！

- 25日(月) (鯖)北中山小学校 福祉学習 講師
- 25日(月) ピアサポーター専門員研修 参加 (東京)
- 26日(火) //
- 27日(水) (お)大飯中学校 人権学習講演会 講師

10月

- 6日(金) 交通バリアフリー研修 参加 (愛媛)
- 7日(土) //
- 8日(日) //
- 14日(土) こむde会おっさ！
- 17日(火) バリアフリーチェック (武生中央公園)
- 20日(金) D P I U D タクシー乗車運動
協力参加 (福井市内で実施)
- 22日(日) こむde会おっさ！
- 27日(金) (一社) Compath企画デイキャンプ 参加

11月

- 1日(水) (あ)金津中学校1年生 事務所見学
- 1日(水) ピアサポーター研修 参加
- 2日(木) //
- 7日(水) (鯖)惜陰小学校 福祉学習 講師
- 11日(土) こむde会おっさ！
- 15日(水) 福井東特別支援学校 講話
(将来の自立について)
- 16日(木) //
- 17日(金) //
- 16日(木) (坂)三国南小学校 スポーツ体験 講師
- 20日(月) 県出前講座 講師 (丸岡高校 (坂))
- 26日(日) 令和5年度定例総会
- 26日(日) 福井市社協企画 みんなとみんなの
交流会 参加
- 28日(火) (坂)磯部小学校 福祉学習 講師
- 30日(木) (坂)雄島小学校 スポーツ体験 講師

12月

- 1日(金) (お)大島小学校 人権学習講演会 講師
- 2日(土) (お)本郷小学校 人権学習講演会 講師
- 5日(火) (福)中藤小学校 福祉学習 講師
- 9日(土) こむde会おっさ！ SP ミニ四駆&レジン
チャーム作り

ふく ぶくいし たかたかはまちょう えい えいへいじょう さば さばえし
 ※(福): 福井市 (高): 高浜町 (永): 永平寺町 (鯖): 鯖江市
 ちょう し さか さかいし
 (お): おおい町 (あ): あわら市 (坂): 坂井市

こんご うご 今後の動き

- 3月以降 北陸新幹線開業に伴い、県内新幹線各駅の市場調査を行う予定
 - 4月以降 JRからの変更に伴い、ハピライン各駅の市場調査を行う予定
 - 4月以降 県内特別支援学校・施設等にILPのPR活動を行う予定
 - 4月以降 福井市内・坂井市内を中心に県内各地にて福祉学習の講師予定
 - 7月下旬 Vol.61がんばらない通信発行予定
- ※毎月第1土曜・第4日曜 事務所開所「こむde会おっさ！」

○その他

- 3月：JIL中部ブロック研修
- 5月頃：JILセミナー
- 7月頃：DPI総会

皆さん、ぜひ遊びに来てね～(▽)/

ヘルパーさん 常勤・非常勤 日中・夜間・土日 足りません 急募!!

地域で自立した生活をした
い方のお手伝いを
求めています

お願い
します!!

特定非営利活動法人
コム・サポートプロジェクト

空いてる時間 お手伝いしませんか?

ヘルパーって
どんな事するの?

やりたい事は人それぞれ違いますが
障害により出来ない所を当事者の
スピードに合わせて個人の生活を
お手伝いするお仕事です。

- 身体介護
就寝・起床の準備、着
いすの移乗、衣服の着
替え、入浴、トイレな
ど必要な介助をします。
- 家事の補助
食卓の介助、調理の補助、
掃除や洗濯の補助をします。
- 外出の同行
段差、坂道、ドアの開閉な
ど色々な障壁を乗り越える
ための介助。
活動参加や趣味を一緒に来
しめます。

資格取得や研修もあるので
最初は分からなくても
大丈夫です。

○介護職に必要な資格が無くても大丈夫
時給1,040円
夜勤手当・休日手当
資格手当・交通費
が別途付きます。

○同性介助がモットー
○ダブルワーク可能
○短時間勤務可能
○利用者宅へ直行・直帰

もっと知りたい方は
ぶら~っと遊びに来てくれると嬉しいです!

特定非営利活動法人 コム・サポートプロジェクト
〒910-0858 福井市手寄1丁目4-1 ACOSSA3階
お問い合わせは…0776-25-1057

ホームページは
↓こちらから↓



HSK 毎月十二回(一、三、五、八、十、十三、十五、十八、二十、二十三、二十五、二十八日)発行
一九九四年八月四日 第三種郵便物承認

じりつ せいかつ せんたー こむ さぽーと ぶろじえくと せいかいじん きかんし こうどく かいじん かつどう いっしょ
自立生活センターCom-Support Projectでは、正会員、季刊誌の購読会員、活動と一緒に
おこな かつ つの
行ってくれる方を募っています。

しょうがい うむ かか そうご ささ にんい だんたい かい もくてき さんどう かつた い か
障害の有無に関わらず相互に支えあう任意団体ですので、会の目的に賛同された方は、以下の
かいじん しすてむ きょうりやく
会員システムにご協力ください。

にゆうかいひ えん
1 入会費:1,000円

かくしゆ ねんかいひ
2 各種年会費

せいかいじん ほんかい じぎょう りよう じゅうじ こじん えん
1. 正会員(本会の事業を利用および従事する個人):3,000円

さんじょかいじん ほんかい じぎょう しえん こじん だんたい こじん ひどくち えん
2. 賛助会員(本会の事業を支援する個人または団体) 個人:一口: 5,000円

だんたい きぎょう ひどくち えん
団体・企業:一口:10,000円

ふりこみさき ぎんこうめい ぎんこう こうざ めい じりつせいかつ せんたー しーえすびー
※振込先:【銀行名:ゆうちょ銀行】【口座名:自立生活センター CSP】

こうざ ばんごう
【口座番号:00790-2-74062】

ふりこみ てすうりよう ふ たん ねが
(振込手数料をご負担いただきますようお願いいたします)

かいひ ほんし こうどくりよう ふく
※会費に、本誌購読料を含みます。

ほーむぺーじ

らいん

ふえいすぶっく

HomePage

LINE

Facebook



へん しゅう こう き 編集後記

あけましておめでとうございませう。しんねんそうそう りんけん じしん おお じこ お たいへんこころぐる
あけましておめでとうございませう。新年早々、隣県での地震、また大きな事故が起こり大変心苦しく
おも ひがひ あ かつ いちにち はや あんしん ひび す いの
思います。被害に遭われた方へ一日でも早く安心した日々が過ごせませう祈っております。

みなさま ねんまつねんし す わたし ひさびさ かぞく す たわい はなし だん
さて皆様、年末年始はいかがお過ごしでしたか? 私は久々に家族と過ごし、他愛のない話をして談
しょう こうはくたがっせん み ねんまつねんし ことし みなさま とし
笑したり、紅白歌合戦を見たりとゆっくりした年末年始でした。今年は皆様、どんな年にしたいですか?

はなしき
またお話を聞かせてください。



『コムサポ季刊誌 がんばらない通信』vol.60

発行日: 2024年 1月22日

編集人: 自立生活センターCom-Support Project

連絡先: 〒910-0858 福井市手寄1-4-1 AOSSA 3階

TEL 0776-25-1057/FAX 0776-25-1040

発行人: 北陸障害者定期刊行物協会

〒939-8075富山市今泉312

定 価: 200円