

# 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 ふろじえくと きかんし  
自立生活センター Com-Support Project 季刊誌

## HSK Vol.63

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



とぴくす

## TOPICS

- めぐみこども園 えん こ 子どもたちと交流 こうりゆう
- JIL中部ブロック研修 じるちゅうぶ 参加 ばんか
- 福井駅前周辺マップ~第2弾~ ふくいえきまえしゅうへん まっぷ だい だん

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 ちゆうしん 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  
私達は、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。

じゆうど 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 ぶろじえくと  
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）の生活を色ん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 にっちゅうかつどう  
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♪

ばい つうしん へんしゅうちよう  
By 「がんばらない通信」 編集長

# であ こむde会おっさ

まいつきだい どようび だい にちようび  
毎月第2土曜日・第4日曜日

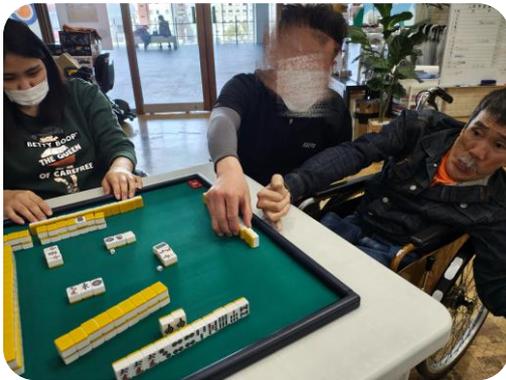
であ

“こむde会おっさ”やってま〜す!

じょうきょう ちゅうし へんこう ほ ー む ペー ジ えすえぬえすとう ちえっく

※状況により、中止・変更あり。ホームページ・SNS等をチェックしてください。

けんこうま ーじゃん  
健康マージャン



ふらわー あれんじめんと  
フラワーアレンジメント



すい ー つく わい わい  
スイーツ作りながらワイワイ



いーすぽーつ  
eスポーツ



へいじつ おー ぷん

いつもは平日オープンだけど

ひと こむさぽ し ほ どにち おー ぷん

いろんな人に“コムサポ”のこと知って欲しいので、土日もオープンしています。

し ひと

まったく知らない人でも

きづ らっきー ちゃんす

なんだここは？と気付いてもらえればラッキーチャンス！

むずか かんが のぞ ほ

難しいことは考えずに、覗いてみて欲しいな。

そうだん いりぐち なかま こみゆにけーしょん ば

相談ごとの入口として、仲間とのコミュニケーションの場として、

きがる い ばしょ

気軽に行ける場所になればうれしいな👍

# いりょう ふくし せんもんがっこう こうぎ 医療福祉専門学校 講義

がつ にち もく じむしょ  
4月24日(木)に事務所で  
いりょう ふくし せんもん がっこう がくせい  
医療福祉専門学校学生さんに  
こうぎ おこな  
講義を行いました。



こんかい ひとり ぐ なが ひとり ぐ はじ  
今回は、一人暮らしするまでの流れや一人暮らしを始めて  
こむさぼ こうわ  
できるようになったこと、コムサポについてを講話させて  
もらいました。

りようしゃ こみゆにけーしょん ろーるぶれい  
また、利用者とのコミュニケーションのロールプレイも  
ぱたーん りようしゃ せつ かた まな  
3パターンして利用者への接し方なども学んでいきました。



こんかい こうわ くわ せつめい  
今回、講話のときに詳しく説明  
じかい  
したりできなかつたので次回は  
わか つた  
分かりやすく伝えられるように  
れんしゅう おも  
練習していきたいと思います。

しおりちゃん

# えん こうりゅう めぐみこども園 交流



がつ にち きん ふくいし えん こ  
6月13日(金)、福井市めぐみこども園の子どもたちと  
こうりゅう おこな にちじょうせいかつ はなし くるま  
交流を行いました。日常生活についての話をしたり、車いす  
お たいけん かんたん ぼっ ちゃ たいけん おこな  
を押す体験、簡単なボッチャ体験を行いました。



にちじょうせいかつ はなし こ  
日常生活についての話では、子どもたちが  
しんけん はなし き  
真剣なまなざしで話を聞いてくれました。

ご かんたん くるま せつめい ふく くるま  
その後、簡単な車いすの説明も含め車いす  
お たいけん おこな くるま せつめい  
を押す体験を行いました。車いすの説明では、  
いろいろ ぎもん き くるま  
色々な疑問を聞いてくれました。また車いす  
お たいけん こ くるま まわ  
を押す体験では、子どもたちが車いすの周り  
あつ いちじゅんばん わ  
に集まってくれ、一時順番が分からなくなるこ  
とがありましたが、ひとり たいけん おこな  
とがありましたが、一人ずつ体験を行いました。

ぼっ ちゃ たいけん こ て  
ボッチャ体験では、子どもたち手  
づく しんぶんぼ ー る つか ち ー む  
作りの新聞ボールを使い、チーム  
たいけん おこな たの  
対決を行いました。みんな楽しく  
たいけん おお も あ  
体験をしてくれ、大いに盛り上が  
りました。

こんかい はじ しょうがくせいみまん こ  
今回、初めて小学生未満の子ども  
こうりゅう わたし よ  
たちとの交流で、私たちも良い  
けいけん こんかい  
経験となりました。今回をきっか  
しょうがくせいみまん こ こう  
げに、小学生未満の子どもとの交  
りゅう かん  
流などをもっと増やせるようにし  
おも  
ていきたいと思いました。 ひーちゃん



# ふくいえきしゅうへん まっぷ だい だん 福井駅周辺 マップ ~第2弾~

ぜんかいだい だん おこな ねん た あたら でき みせとう ふ  
 前回第1弾を行ってから1年が経ち、新しく出来たお店等も増えてきているので  
 おも だい だん ちょうさ おこな ちょうさ おこな あたら でき  
 はないかと思い、第2弾の調査を行いました。調査を行ったところ、新しく出来た  
 みせ ぜんかい ちょうさ でき みせとう  
 お店、前回調査出来なかったお店等もありました。

ぜんかい だい だん まっぷ いっしょ ふくいえきしゅうへんさんさく さんこう  
 ぜひ前回の第1弾のマップと一緒に、福井駅周辺散策の参考にしてみてください。

だい だん つうしん ぼりゆーむ らん  
 ※第1弾はがんばらない通信 Vol.61をご覧ください。

だい だん ちえっく ぼしよ  
 ①~⑥は第1弾でチェックした場所です。



このじながや

## ⑦コノジナガヤ

ことし がつ おーぷん しんすぽっと しょうわれとろ  
今年3月にオープンした新スポット。昭和レトロ

ふんいき なつ かん  
な雰囲気はどこか懐かしい感じ♪

いんしよくてん ふるぎや とう てんぽ なか  
飲食店や古着屋さん等8店舗あります。中には  
たもくてきといれ ふだん せじょう

多目的トイレがありますが、普段は施錠されて  
てなんとりよう さい かぎ か

います。テナント利用の際に鍵を借りてください。  
えきまえらんち でいなー ぐっと ばしょ

駅前ランチ・ディナーにはグットな場所です。

ふくい  
まちづくり福井より

こうしきさいと

◆公式サイト：<https://konojinagaya.ftmo.co.jp/>



## ⑧コートヤード・バイ・マリオット福井

さくねん がつ おーぷん ほてる えきにしぐち  
昨年3月オープンのホテル。駅西口から  
とほやく ふん ぱりあふりー  
徒歩約2分のところにあります。バリアフリー  
たいおう ハヤ

対応のお部屋もあります。

こうそうかいびる よる まち  
高層階のビルにあり、夜には街のきれいな  
やけい なが

夜景なども眺めることもできます。

こうしきさいと

◆公式サイト：<https://www.marriott.com/en-us/hotels/kmqcy-courtyard-fukui/overview/>



えちぜん びじゅつかん

## ⑨越前ふくい美術館

けんちょうちか びじゅつかん えちぜんわし つか さくひん  
県庁近くにある美術館。越前和紙を使った作品や  
きかんげんてい さくひんとう てんじ  
期間限定の作品等も展示されています。

かい てんじしつ かふえ かい てんじしつ  
1階には展示室とカフェ、2階には展示室があり

ます。2階へのエレベーターもありました。

えきまえ かいが たの かた  
駅前で絵画を楽しみたい方はぜひ！！

こうしきさいと

◆公式サイト：<https://echizenfuikui-artmuseum.notion.site/749d8375716541749f6576990fc659b4>



# あ にゅう ちゃれんじ A new challenge

はじめに書きます。木水久夫です。

僕が今までのなかでかなり思い切っていることです。

僕は、様々な活動をしています。活動について聞きたいことがあれば気軽に聞いてください。

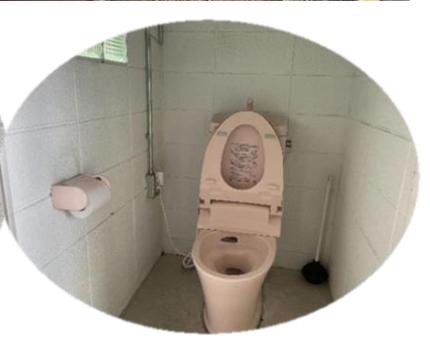
僕がしている活動は一人でできません。皆さんの協力が必要です。

皆さんの意見・考えをください。

## バリアフリーチェック 越前新保駅

段差があり、駅に入れません。長いスロープがあれば入れます。トイレは、手すりがありませんでした。男性トイレは扉がありませんでした。女性トイレは狭く、使いにくかったです。手すりや車いすが動ける広さがあれば使いやすいです。

駅は入れないので結構大変だと思いました。改善してもらわないと入れません。改善のことを伝えた方が良かったかなと思いました。



## バリアフリーチェック 新田塚駅

駅はホームにスロープがあり、車いすでも利用しやすい駅でした。ただトイレは、間口が狭く、中も狭く使いにくかったです。

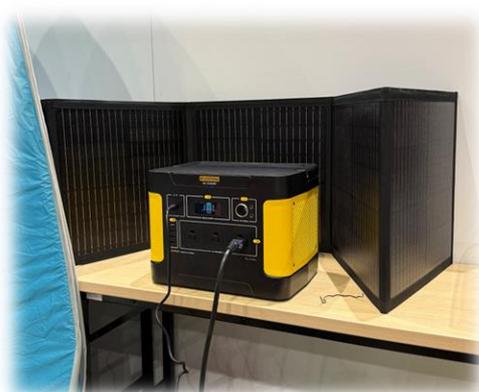
電車が低床車であると車いすでも乗りやすいと思いました。次回号に続く



ふく い ぼうさい かん ふ あ れ ん す  
**フクイ防災カンファレンスに**  
 さんか  
**参加しました！**



さくねん がつ のとはんとうじしん ちか しょうらいはっせい  
 昨年1月の能登半島地震がきっかけで近い将来発生が  
 けねん なんかい とら ふ じしん きんねんぞうかけいこう  
 懸念されている南海トラフ地震、近年増加傾向にある  
 せんじょうこうすいたい すいがい ぼうさい たい いしき たか  
 線状降水帯による水害など防災に対する意識が高まっ  
 ていなか しょうがいしゃ ひなん こと かんが  
 ている中、障害者が避難する事を考えたときにどのよ  
 せいかつ ふあん おも  
 うな生活になるのか不安はいっぱいだと思います。  
 しょうがいとうじしゃ ぼうさい ひなん しんけん かんが ちいき  
 障害当事者として防災・避難を真剣に考え、地域や  
 ぎょうせい しょうがいしゃ そんざい かんが  
 行政に障害者の存在をしっかりと考えてもらいたくて  
 だんたい だいひょう さんか  
 団体の代表として参加してきました。



さいしん ぼうさいぐっず せつびとう し さんこう  
 最新の防災グッズや設備等を知れたことはとても参考に  
 めでいあ ほう げんち はい  
 なったし、メディアでは報じられないような現地に入った  
 かた ひなんじょ さんじょう なま こえ さんこう  
 方たちの避難所の惨状などの生の声はとても参考になり、  
 じぶんたち ひなんじょ せいかつ はいりよ せつび  
 自分達が避難所で生活するとなったらどんな配慮や設備が  
 ひつよう かんが ゆういぎ いべんと  
 必要なのか考えさせられる有意義なイベントでした。

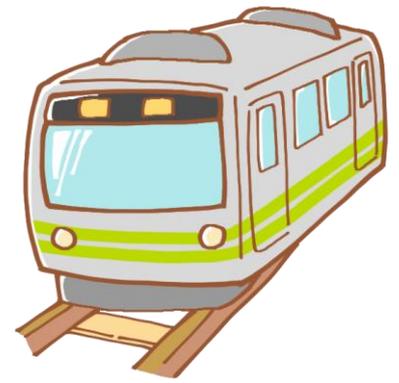
しゃしん も はこ すいせんといれ いざと いざと  
 写真は持ち運びできる水洗トイレiZAT（イザト）です。  
 えふあーるびーせい かる じょうぶ ひさいち ひなんじょ しょう  
 FPR製なので軽くて丈夫、被災地や避難所での使用に  
 た すぐ と いれ  
 耐えられる優れたトイレでした。

か じょうほう ほーむ ページ  
 ここに書ききれなかった情報はホームページ・  
 ふえいすぶつく いんすたぐらむ あっぶ  
 Facebook・Instagramにアップしておきますので  
 ぜひ じかん とき み うれ  
 是非お時間のある時に見ていただけたら嬉しいです。



だいひょう  
 代表 てるる

# じる ちゅうぶ ぶ ろ っ く けんしゅう JIL中部ブロック研修 い に行ってきました！



がつ にち にち かかん じる ちゅうぶぶろっく  
3月13日、14日と2日間、JIL中部ブロック  
けんしゅう かいじょうさんか ずーむ はいぶりっど けいしき おこな  
研修が会場参加とZOOMのハイブリッド形式で行われ

ました。

こんかい ひさ すたっふ たんきあいえるびー  
今回、久しぶりにスタッフ、短期ILP  
めい しせつ がいはく いっしょ かいじょう  
として1名（施設から外泊で）一緒に会場  
さんか  
参加をしてきました。



ことし じりつせいかつ かたち てーま  
今年は『ひろがる自立生活のカタチ』をテーマに、  
かくせんたー だいひょう かた はなし とくべつしえんがっこうそつぎょうせい  
各センター代表の方のお話や特別支援学校卒業生の  
はなし ぐるーぷ ほーむ はなし  
お話、グループホームについてのお話などがありました。



にちめ ゆうしょく  
1日目夕食  
なごや めいぶつてん べんとう  
名古屋名物『天むす弁当』でした♪

にちめ かくせんたー だいひょう はなし とくべつしえんがっこう  
1日目は、各センターの代表のお話、特別支援学校  
そつぎょうせい はなし  
卒業生のお話でした。

かくせんたー だいひょう はなし こうけいしゃもんだい わか  
各センター代表のお話のなかで、後継者問題や若  
て いくせい わだい ただんたい たいさく  
手の育成などの話題があり、他団体がどんな対策・  
ほうしん かんが いけんこうかん  
方針を考えているか、意見交換することができました。

とくべつしえんがっこうそつぎょうせい はなし しーあいえる  
特別支援学校卒業生のお話では、CILをどん  
おも びーあーる  
なところだと思っていたか、どのようにPRすると  
なかま こんご さんこう  
仲間に入ってきてもらえるのか、今後の参考になる  
はなし  
お話でした。



こうりゅうかい  
交流会  
いと げーむ  
『ITO』というゲームをみんなで  
たの  
楽しみました♪



かめ はなし じりつ む すてっぷあっぷ  
 2日目のお話は、自立に向けたステップアップ  
 せんたくし ぐるーぷほーむ と い  
 の選択肢としてグループホームを取り入れている  
 せんたー かた はなし かいじょう すてっぷ  
 センターの方のお話でした。会場では、ステップ  
 あっぷ せんたくし ぷらすい  
 アップの選択肢としてはありかもというプラス意  
 けん ぐるーぷほーむ しせつてき めん しーあいえる  
 見、グループホームは施設的な面もあるのでC I L  
 りねん はん ぶぶん まいなすいけん  
 の理念と反する部分があるというマイナス意見、  
 さまざま いけん で  
 様々な意見が出ていました。



なごや  
 ← 名古屋のきれいな  
 いるみねーしょん まえ きねんさつえい  
 イルミネーションの前で記念写真📷🌟

さいご さんかしゃ きねんさつえい  
 ↓最後に参加者みんなで記念撮影！



なじ とち たんしん さんか  
 いつもは馴染みのない土地に単身で参加  
 こんかい なかま ころづよ  
 していたので今回は仲間がいて心強かった  
 じりつ めざ こ おお しげき  
 です。自立を目指す子には大きな刺激に  
 なったようです。  
 よあそ がいしゅつ じかい かだい  
 夜遊び外出できなかつたのが次回への課題  
 ですね。  
 だいひょう  
 代表 てるる

ひさびさ かいじょうさんか ほか だんたい かた  
 久々に会場参加して、他の団体の方と  
 いけんこうかん  
 意見交換することができてよかったです。  
 こんかいいけんこうかん さんこう ぶぶん  
 今回意見交換して参考になった部分を  
 かつどう い  
 また活動にも活かしていきたいです。  
 ひーちゃん

こんかい けんしゅうさんか ちいき しえん  
 今回の研修に参加して、地域や支援  
 がっこう つな こむさぼ かつどう  
 学校などとの繋がり・コムサポでの活動  
 いけんこうかん で いけん さんこう  
 を意見交換で出た意見を参考にしつつ  
 かつぱつ おも  
 活発にしていきたいなと思いました。  
 しおりちゃん

ばりあふりー  
**バリアフリー**  
 ちえっく  
**チェック**  
 いん ながはま  
**in長浜**  
 くろかべ すくえあ  
**～黒壁スクエア～**

ゆにばーさる でざいん すす  
 ユニバーサルデザインのまちづくりを進めている  
 ながはまし わたし しょうがいとうじしゃ かんこう たの  
 長浜市。私たち障害当事者の観光も楽しいものに  
 きたい むね まちある  
 なるのではと期待を胸にみんなで街歩きしてき  
 ました。



こうしゅうといれ  
 公衆トイレありました



せっかくの  
 すろーぷ  
 スロープが…(‘\_’)

おお てんぽいりぐち かんいてき すろーぷ  
 多くの店舗入口は簡易的なスロープなどで  
 くるま にゆうてん おも  
 車いすでも入店することはできると思います。  
 た ある ぐるめ おお からだ うご  
 食べ歩きできるグルメも多く、体を動かせる  
 よ まち おも  
 良い街だと思いました。

ふくい ながはまかんでんしゃ たび の か とつきゅう  
 福井～長浜間の電車の旅は乗り換え&特急の  
 かくりつ たか ひがえ かんこうさき  
 確率は高くなりますが、日帰りの観光先としては  
 ところ おも  
 ちょうどいい所だと思ひます。 うらっち



えき といれ  
 駅のトイレ  
 ひょうじ  
 表示



ながはまぐるめ たんのう  
 長浜グルメも堪能

ながはまらーめん  
 長浜ラーメン



のっぺいうどん

くろかべそふと  
 黒壁ソフト



か もの  
 買い物も  
 たの  
 楽しみの  
 ひとつ♡



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 福井県坂井市三国町崎29-20 TEL:080-8990-4638

# ふ い ん ど れ ー だ い が く り ゅ う が く せ い む か フィンドレー大学の留学生を迎えて



ふくいけんりつだいがく ふいんどれーだいがくがくじゅつこうりゅう いっかん こむさぼ にな しゃかい  
福井県立大学とフィンドレー大学の学術交流の一環としてコムサポが担っている社会  
ふくしかつどう じむしょ かんきょう し にちべいかん しょうがいふくし かん いけんこうかん  
福祉活動や事務所の環境を知ってもらい、日米間の障害福祉に関する意見交換をしました。

じりつせいかつ ほんば あめりか いま  
自立生活の本場アメリカはどうかという今は  
しょうがいしゃ じりつしえん すす どころく  
障害者の自立支援はかなり進んでおりドラックや  
ある こーる いぞんしょう おも たいしょう  
アルコールの依存症が主な対象になっているそう  
です。



せいど たい あくせす にほん おな じぶん しら  
しかし、制度に対するアクセスは日本と同じで自分から調べなければいけないことも  
おお  
多いそうです。

つうやく まじ はなし はじ とまど じぶん えいご  
通訳さんを交えて話をするのが初めてだったので戸惑うこともあり、自分でも英語が  
ぺらぺら べんきょう おも  
ペラペラにしゃべれるように勉強しなきゃと思いました。

みやげ めいさんひん ちょこれーと  
お土産に名産品のチョコレートも  
いただきました。

にほんご か  
日本語で『ありがとう』って書いてあ  
うれ  
るのが嬉しかったです。

だいひょう  
代表 てるる



九頭竜川の天然鮎

塩焼・おさしみ

アラレガコ

新そば

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

土木・塗装工事一式・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)51-7981

Intertek UKAS MANAGEMENT SYSTEMS ISO9001:2015 認証取得

# どうこう 動向

き じ け い さい  
☆:記事掲載

1月  
11日(土) こむde会おっさ!  
26日(日) こむde会おっさ!

2月  
8日(土) こむde会おっさ! ※雪の為中止  
// // 福井県県民社会貢献活動 表彰式  
23日(日) こむde会おっさ!

3月  
8日(土) こむde会おっさ!  
13日(木) 当事者会  
☆ // // 中部ブロック研修 スタッフ参加  
14日(金) //  
23日(日) こむde会おっさ!

4月  
3日(木) 当事者会お花見  
※雨天の為、越前ふくい美術館鑑賞へ  
8日(火) 通信会議  
12日(土) こむde会おっさ!  
14日(月) 自立学習(自立支援)  
福井特別支援学校  
☆18日(金) 黒壁スクエア(滋賀県・長浜市)  
バリアフリーチェック  
☆24日(木) 福井県医療福祉専門学校 講話  
27日(日) こむde会おっさ!

5月  
☆8日(木) 当事者会 福井駅周辺調査  
10日(土) こむde会おっさ!  
☆23日(金) フィンドレー大学 学生 事務所訪問  
(アメリカ合衆国)  
5.23院内集会 オンライン傍聴  
「介助をつけての社会参加の  
実現に向けて」  
25日(日) こむde会おっさ!

6月  
6日(金) 福井特別支援学校 訪問 自立学習  
「自立生活って難しい?  
～先輩の話を聞いてみよう～」  
12日(木) 当事者会  
☆13日(金) めぐみこども園(福) 交流  
14日(土) こむde会おっさ!  
20日(金) フクイ防災カンファレンス 参加  
22日(日) こむde会おっさ!  
24日(火) JIL全国セミナー 参加  
25日(水) //  
26日(木) JIL総会 参加  
27日(金) 福井特別支援学校 訪問 自立学習  
「目標を決めて、計画をしてみよう」  
(福): 福井市

やく ねんかんかどう きゃらばん  
 約10年間稼働してくれたキャラバンを  
 てばな さいご  
 手放すことになりました。最後にみんなで  
 きねんさつえい ひょうししゃしん  
 記念撮影しました。(表紙写真)  
 なが あいだ つ さま  
 永い間お疲れ様でした。  
 くわ ほーむ ペーじ すたっふぶろぐ  
 詳しくはホームページ・スタッフブログにて



●●●日常生活  
 ●●●イベント企画  
 ●●●色んな活動場所があり、オモシロイ!

あなたこの力が  
 笑顔になる

私たちは  
 地域で暮らしている方を  
 応援しています。

“介護”より“介助”  
 が必要な方の日常生活や  
 お出かけをサポートする

私達の考え方や向き合い方  
 仕事の内容や働き方など  
 聞いてみたいと思ったら、お気軽に当法人へ  
 お問い合わせください。

勤務先：NPO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 アオッサ3階  
 職種：訪問介護員（資格が無くてもOK！）  
 給与：時給1,040円（月給180,000円～可能）賞与・各種手当あり

自立生活センター Com-Support Project

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  
 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。

■身体の介護  
 就寝・起床の準備、車いすの移乗、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  
 食事の介助、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害を乗り越えるための介助。活動参加や趣味を一緒に楽しめます。

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喜びます！

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 AOSSA3階

お問い合わせは…0776-25-1057

ホームページは  
 ↓こちらから↓

じりつせいかつせんたーこむさぽとぶろじえくとせいはいいんきかんしこうどくかいい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、活動を一緒に  
おこなかたつ  
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きにんいだんたいかいもくてきさんどうかたいか  
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  
かいいんしすてむきょうりよく  
会員システムにご協力ください。

1 入会費：1,000円

かくしゅねんかいひ

2 各種年会費

せいはいい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

さんじょかいいんほんかいじぎょうしえんこじんだんたい  
2. 賛助会員(本会の事業を支援する個人または団体)

こじんひとくちえん  
個人：一口：5,000円

だんたいきぎょうひとくちえん  
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ぴー  
◆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】

ふりこみてすりょうふたんねが  
※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ょうふく  
(会費に、本誌購読料を含みます。)

ほーむぺーじ

HomePage



らいん

LINE



ふえいすぶっく

Facebook



いんすとがらむ

Instagram



@CILCSP0511

### へんしゅうこうき 編集後記

ことしなつまいとしくらいちだんあつみななつよていき  
今年の夏は毎年に比べて一段と暑くなりましたね。皆さん夏のご予定は決まっていますか。

こんかいふくいえきしゅうへんまっぷだいだんおこなあらできすぼっと  
今回、福井駅周辺マップ～第2弾を行いました。また、新たに出来たスポットもありました。

みななつあしはこむあつひつづ  
皆さんも、ぜひこの夏、足を運んでみてはいかがでしょうか？蒸し暑い日がまだまだ続きますが、

みなじあい  
皆さんどうぞご自愛ください。

へんしゅうちょう  
編集長



『コムサポ季刊誌 がんばらない通信』 vol.63

発行日：2025年7月20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