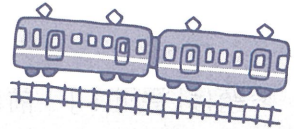


7月
「健康について」
看護師：杉田氏



7月は「健康」というテーマで、学習会をしました。
看護師の杉田さんにきていただき、普段食べている食事やおやつが健康にとても関係していて、食べ物から気をつけていけるよう、考える時間になりました。
クイズでは、怖い病気にならないために、〇×問題を何問か用意してもらい、カロリーや糖について考えました。



近鉄電車の運転席からの映像で大阪なんば駅からはじまり、見覚えのある駅もうつって良かったです。
(福原さん)

8月
DVD鑑賞

10月
日帰り旅行 神戸元町

～ようやく
大阪を飛び出して！～



今年は、他府県に行こうということになり、行先は元町の南京町で食事をして、神戸海洋博物館に行ったり、神戸クルーズにのったり、その他ショッピングを楽しんだり、しました。南京町での食べ歩きを楽しんだり、お土産も買いましたよ。
とても、良いお天気でクルーズでは気持ちの良い風にふかれました。
昼ご飯をみんなと一緒にお店で食べることができたのも久しぶりでした。



令和5年度 第113号

あお ぞら しん ぶん
青 空 新 聞

発行者 大阪ともだちの会
事務局 社会福祉法人 大阪手をつなぐ育成会内

令和5年 12月 15日
TEL 06-6748-0319

活動報告

5月
トーク

好きな飲みものを持参して、グループにわかれて、トークをしました。テーマは「うめきた」「最近の事件について」「色々な物の値上げについて」「コロナが5類になりました。何がしたいですか？」という、どれも最近の話題についてみんなも関心が高いことがわかります。
色々な物の値上げ、特に食品の値上げについては、ともだちの会のメンバーも感じていて、多くの人が買い物に困る、という話が出ていました。



6月
「防災について」
防災介助士：黒岡氏

防災介助士の黒岡さんにきていただき、災害があった時のために、普段から用意しておいた方がよいもの、家族と相談しておくべきこと、など、教えてもらいました。大阪市東成区の「ひがしなりだより」で防災特集をしていたので、参考にしました。グループホームでオレンジのリュックに食材や懐中電灯を用意している、避難訓練をしている、裏にある公園に避難する、と決めていると話をする人もいました。他、まだ何もしていないから、今日から用意をすると言っていた人も。
自分だけではわからないことが多いから、声をかけてもらうためにも、こういう時のためにも、普段から隣や近所のひとと知り合いになっておく必要がある、という話も出てきました。



常に持ち歩くことで災害時に役立つ個別支援カードです。黒岡さんが作成されました。

おおさかたいかい ほんにんたいかい
大阪大会 本人大会
れいわ ねん がつ にち たかつき
令和5年9月17日 高槻

ことし おおさかたいかい たかつきじょうこうえんげいじゆつばんかげきじょう
今年のお阪大会は 高槻城公園芸術文化劇場で ありました。
ほんにんたいかい やく めい さんか ほんにん
本人大会には 約120名が 参加し、本人トーク、
ほんにん さんか
本人フェスタに分かれて 参加してもらいました。
ご かいさい
午後からの 開催ですが、 たくさんの方が 参加してくれました。
じっこういいん とうじつ しかいしんこう
実行委員のメンバーは 当日は 司会進行など、
きんちよう たの たいかい お
緊張しながらも 楽しくやりとげ、 大会を終えました。



ほんにん
〈本人トーク〉
☆あなたのいいところ探し 夢
☆仕事とストレス解消について

ほんにん
〈本人フェスタ〉
☆白髪亭眠眠 マジックショー
☆ジェスチャー伝言ゲーム
☆君愛バンドの演奏



だい かい おおさかちて きしろう しゃふくしたいかい
第64回 大阪知的障がい者福祉大会
ほんにんたいかいけつぎ あん
本人大会決議(案)

1. 「わたしのことを 決めるときは、
まず わたしの 意見を 聞いてください!」
2. 「障害者権利条約、障害者虐待防止法など
障がい者に 関わる 法律がありますが、
知らない人がいます。 広めていこう。」
3. 「わたしたちが 困ったときに、いろいろな人に
相談して 一緒に考えてもらおう。
相談していこう。」
4. 「本人活動を もっと 知らせて いこう。
つくって いこう。」
5. 「暮らしにかかわる (感染症、防災についてなど)
わかりやすい 情報を 知りたいです。」
6. 「災害が増えています。地域の人と知り合いに
なろう。つながっていこう。」

れいわ ねん がつ にち
令和5年9月17日
だい かい おおさかちて きしろう しゃふくしたいかい ほんにんたいかい
第64回 大阪知的障がい者福祉大会 本人大会
さんかしゃいちどう
参加者一同

じっこういいん がつ じゅんび
実行委員で4月から 準備をしたけど、
はじ じっこういいんかい さんか
初めての 実行委員会への参加だったので、
ほんにん なに はなし
本人トークでは、何を話すのか、わから
ず、考えるのが 大変でした。でも、みんな
と トークをして 楽しかったです。当日は
フリートークでサッカーの 話をしました。
みんなに 話を 聞いてもらったのは
とてもよかった。サイコロの番号で テーマ
を決めていたので、仕事の 悩みを どう
やって 解決しているか、とかの話を して
いました。また、実行委員会に参加したいと
おもっています。(大村さん)



じっこういいん でんごん
実行委員のメンバーで ジェスチャー伝言ゲームを しました♪
でんごん だい しやうぎ まえ なら ひと
伝言する お題は「将棋!」 前に 並んでいる人に ジェスチャー
で その内容を 伝えないと いけません。一人ずつ 順番で
つた ないよう つた ひとり じゅんばん
伝えていきます。後ろの人から 呼ばれるまで アイマスクをして
み 見てはいけない メンバーです。
いちど かいじよう みほん しめ つぎ かいじよう ひと
一度、会場で 見本を示して、次は、会場に いる人にも
さんか
参加してもらい、「バスケットボール」を ジェスチャーしてみる
けれど…。うまく伝わらず、 どんどん 違ったジェスチャー
に 変わり、最後の人の 答えは、全くちがう答えに。(笑)



いちばん ぐせん
一番 苦戦したのは「将棋」という
ジェスチャー! 難しかった。
ふじい むずか
藤井そうたさんの真似をして、
れんそう
連想してもらおうと がんばり
ました。(吉岡さん)



さいご きみあい みな えんそう
最後は 君愛バンドの皆さんに 演奏を して
もらいました。 たくさんの メンバーで 参加して
くださいました。
しょう とうじしゃ かあ かいじよう
障がいのある 当事者と お母さんたちの バンドで、会場の
みな し きよく えんそう
皆さんも よく知っている曲を たくさん演奏してくれて、
とても 楽しい時間でした。



じっこういいん かんそう
実行委員メンバーの感想

じっこういいん くるう
実行委員で 苦労したことは、フェスタで
どんなことをするか、考えて 決めるのが
なかなか大変です。みんなで意見を
出し合って考えるのが 実行委員は 良いと
おもいます。時々、とまどいますが。
でんごん れんしゅう
ジェスチャー伝言ゲームは 練習したけど、
ほんばん しんばい
本番まで心配でした。なんとか うまくいき
ました。(福原さん)

マジックショーと バンド演奏の 司会進行と
さいしよ さいご こうせい じっこういいん
最初から最後まで構成と、実行委員で
ジェスチャー伝言ゲームの練習をしました。
どんな問題を出して、どのように ジェスチャー
をしたらよいか、表現方法も すごく 苦労
しました。実行委員の 仕事をやって最初は
ふ な とこ
不慣れな所も ありましたが、スタッフの
みな きようりよく すこ かる きも
皆さんの ご協力もあり、少しずつ 軽い気持ちに
かわり、できて良かったです。(金川さん)