

# こねくと通信

ねん がつ  
2023年10月



だい ごうはっこう  
第28号発行!



のうりようさい さんか みな  
納涼祭に参加してくれた皆さんと!

## もくじ 《目次》

- かつどうほうこく かつどうよてい  
・活動報告&活動予定
- じりつせいかつ  
・自立生活プログラム
- のうりようさい  
・納涼祭
- かつどう  
・バリアフリー活動
- かいいんしょうかい  
・会員紹介

かつどうほうこく  
活動報告

月	日	内容
7	5	ILP 第 6 回目
	7	IL 会議
	12	ILP 第 7 回目
	14	海外支援研修会(オンライン)
	19	ILP 第 8 回目
	21	IL 会議 中部ブロック代表者会議 飲み会(事務所)
	26	ILP 第 9 回目
	28	IL 会議
	8	2
4		IL 会議
9		ILP 第 11 回目
11		IL 会議
16		全体会議
18		IL 会議 納涼祭&飲み会
23		バリアフリー会議
25		IL 会議
30		全体会議
9	1	IL 会議
	6	全体会議
	8	IL 会議
	13	全体会議
	15	IL 会議 中部ブロック代表者会議 飲み会(事務所)
	20	全体会議
	22	IL 会議
	27	バリアフリー会議
	29	IL 会議

かつどうよてい  
活動予定

月	日	内容
10	4	全体会議
	6	IL 会議
	11	全体会議
	13	IL 会議
	18	全体会議
	20	IL 会議
	25	バリアフリー会議
	27	IL 会議
	29	バーベキュー(渚園)
	31	海外支援研修会(オンライン)
11	1	全体会議
	3	IL 会議
	8	全体会議
	10	IL 会議
	15	全体会議
	17	IL 会議 中部ブロック代表者会議 飲み会(事務所)
	22	バリアフリー会議
	24	IL 会議
	29	全体会議
	12	1
6		全体会議
8		IL 会議
13		全体会議
15		IL 会議 飲み会(事務所)
19~21		JIL 全国セミナー
22		IL 会議
27		大掃除

じりつせいかつ

## 自立生活プログラム

コロナウイルスの感染者も減少し、感染症の位置付けが2類から5類に移行したこともあり、今年度の自立生活プログラム（以下：ILP）を5月17日（水）～8月9日（水）対面で開催しました。

例年通り市内にある障害者施設にILPの説明会を行いました。

施設はまだ出入りが厳しく、説明会はオンラインでした。

説明会はCILこねくとの活動やイベントを話したり、実際に自立生活をしている方の様子を写真や動画を見てもらいながら説明しました。

今回受講生は1名だけで事務所で行うことになりました。

3年ぶりの対面で直接受講生と顔を合わせ、伝えたり、考えたりすることができとても良かったと思います。

また、オンラインではできなかった調理や外出も行うことができました。

調理では調理室を借りて行き、唐揚げ、サラダ、大根と油揚げの味噌汁を作りました。受講生と一緒に買い物に行き、帰ってきてから調理開始。レシピを見ながら自分で考え、できないことは介助者に指示を出してやっていました。美味しくできたみたいでした。

外出は梅雨時期で天気が心配でしたが、JRを利用して「清水エスパルスドリームプラザ」に予定通り行くことができました。

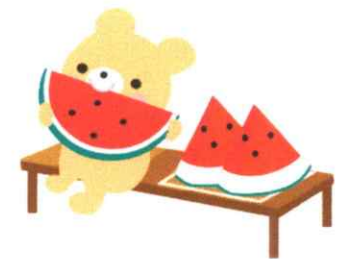
通常のプログラム内容で行えたことも良かったです。

最終日は打ち上げで好み焼きを作って食べました。後、受講生が考えたクイズやUNOをみんなで行い、とても盛り上がり楽しかったです。

はぎた  
萩田



## のうりようさい 納涼祭



にん かんそう しょうかい  
スタッフ2人の感想を紹介します。

ことし のうりようさい じむしょ かいさい  
今年は4年ぶりに納涼祭を事務所で開催しました。

ひさ かいさい はなび きかく かんが  
久しぶりの開催もあり、ゲームや花火、ホラーなどいろいろと企画を考えました。

じむしょない いす ようい そと じゅんぴ  
事務所内にテーブル、椅子を用意して、外ではバーベキューセットを準備しました。

のうりようさいこうれい なが にく ごおり ことし ようい  
納涼祭恒例の流しそうめんやお肉、かき氷、スイカ、今年はトルティーヤを用意しました。

のうりようさい ごご じ じ ちょうじかん  
納涼祭は午後3時～8時と長時間。

こんかい かいじょしゃ こどもたち たいせいさんか にぎ のうりようさい  
今回は介助者の子供達が大勢参加してくれて、とても賑やかな納涼祭になりました。

かくじじゅう た もの た す  
各自自由に食べたい物を食べたり、しゃべったりして過ごしていました。

わ も あ  
スイカ割りも盛り上がりました！

みんながまったりしてきた頃にゲームを行いました。

ひとり おこな なに かみ か さいご こた あ  
1人がジェスチャーを行い、何をやっているかを紙に書いていき、最後に答え合わせをするシンプルゲームです。10問出題してなんと全問正解者もいました。1位～3位まで景品を用意してあげました。

わかりやすい問題から考えてしまうような問題もあり、みんなで楽しめました。

そして、その後に高田が厳選してのショートホラーを流しました。

にがて ひと がめん み せき はず ひと  
ホラーが苦手な人は画面を見なかったり、席を外す人もいました。

ちょうじかん かいさい おおぜい ひと さんか も あ たの のうりようさい  
長時間の開催でしたが、大勢の人が参加してくれて盛り上がり、みんなが楽しめた納涼祭になったと思うので良かったです。

こんご たの きかく かんが さんか  
今後みんなが楽しめる企画を考えていくので参加してください！

はぎた  
萩田

ひさびさ のうりようさい  
久々の納涼祭。

かなり気合い入れて企画したが、思っていた7割ぐらしか実現出来なかった。

げき えいが こんかい こわ こと さんか  
激こわのショートホラー映画(今回はそんなに怖くなかった…)、ジェスチャーゲームの子どもの参加(出題者として参加してもらって夏の思い出に)、オリジナルかき氷シロップ(今回はスイカと梅のみ)、皆でカードゲームは来年に持ち越しです！

みんな じゅんぴ わ も あ こ たの こえ き たの にち  
皆で準備して、スイカ割りなどで盛り上がり、子どもの楽しい声も聞こえて楽しい1日でした。

たかた  
高田



## バリアフリー活動

えんてつ ほんしゃ わん かいおこな  
 遠鉄タクシー本社で年に2回行っているジャパンタクシーの乗降体験会を6月26日(月)に  
 おこな  
 行いました。

こんかい しんじん めいほどさんか はぎた いしづか きんか はままつし  
 今回は新人ドライバーが10名程参加してくださり、こねくとからは萩田、石塚が参加し、浜松市  
 ない はままつじりつしえん こえ きんか  
 内の浜松自立支援センターのOさんにも声をかけ参加してもらいました。

いしづか じょうこうたいけん  
 石塚とOさんに乗降体験をしてもらいました。

いしづか しゅうどうくるま ぜんりん おお こうりん ちい つうじょう くるま ぎゃく  
 石塚の手動車いすは前輪が大きく、後輪が小さくなっていて、通常の車いすの逆になってい  
 お とき すこ ひつよう  
 るので押す時に少しコツが必要になっています。

じっさい しんじん かいじよ み くるま べんきょう  
 実際に新人ドライバーにも介助してもらい、あまり見たことのないタイプの車いすで勉強にな  
 おも  
 ったかなと思います。

〇さんの車いすは大きいタイプの電動車いすです。

ジャパントクシーに乗車したことがないとおっしゃっていて少し不安そうな感じでしたが、乗車してから車内で回転する時に少しずつ舵を切りながらですがスムーズに乗降できたかなとおもいました。

これを機にジャパントクシーにも乗車して欲しいなと思います。

乗車するまでの準備に時間がかかりますが、私たちが乗車することによって乗務員もやり方を覚え、スムーズに対応でき、私たち（車いす利用者）も利用しやすくなると思います。

あと、こねくとから簡易電動車いすを1台持っていき、新人ドライバーにも車いすに乗ってもらいました。

ジャパントクシーの乗降体験もしてもらい、溝を越えるやり方など体験してもらいました。

今回参加してくれた新人ドライバーの方々に直接見てもらったり、伝えたり今後の業務に参考にしてもらえたら嬉しいです。

はぎた  
萩田



# かいいんしょうかい 会員紹介

伊藤 世里奈 (いとうせりな)

ヘルパー歴：1年

趣味：お酒・楽器（ユーフォニアム）・ボードゲーム・読書

岩盤浴・You Tube を見ること

ひとこと

結婚と同時に名古屋から浜松に来ました。

最近やっと土地に慣れてあちこちご飯を食べに行っています。

オススメのお店、穴場があったら教えてください！



高橋 秀子 (たかはしひでこ)

障害：ミオパチー（筋力疾患）

趣味：TVドラマ鑑賞

ひとこと

美味しいものには目がありません。

紹介よろしくお願ひします♪



へんしゅうこうき  
編集後記

ことし なつ もうしよび おお からだ こ あつ つづ  
今年の夏は猛暑日が多く、身体に堪える暑さが続きましたね！  
このこねくと通信が届く頃には暑さが和らぎ過ぎやすくなっているでしょう。  
なつ  
夏にかけてバスケやラグビーそしてバレーとスポーツが続けて開催されて盛り上  
がりました。

わたし  
私はバスケとバレーをTVで見っていました。  
バレーは見るのが好きで前から見ていましたが、今回バスケは初めて見て3ポイ  
ントシュートが決まるとカッコイイなど感じ、興味を持ちました。

はぎた  
萩田

つうしんはっこう ねん かいでいど いんさつ じりつせいめい  
通信発行は年4回程度/印刷：自立生活センターこねくと

じゅうしょ  
住所 〒435-0055 静岡県浜松市中区十軒町58番地  
TEL: 053-525-8731 FAX: 053-525-7681  
E-mail: [cilconnect2016@gmail.com](mailto:cilconnect2016@gmail.com)  
Facebook: 「自立生活センターこねくと」で検索！

かいいんかいひ せいめいめいん ねんかん えん  
会員会費/正会員・年間 2,000円  
さんじよかいひん ねんかん ぐち えん  
賛助会員・年間1口1,000円

CILこねくと  
はまつえきの か とほ ふん  
JR浜松駅乗り換え(徒歩2分)  
えんしゅうてつどう しんはまつえきじょうしや ひくま えきげしや  
遠州鉄道 新浜松駅乗車 曳馬駅下車  
でんしゃぞ きた にしがわ  
電車沿いを北へ100m、西側に  
みどりいろ たてもの  
緑色の建物になります。

