

地域活動支援センター3月の活動カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1 体操教室 ひまわり なんでも相談 (大和)	2 休所日
3 休所日	4	5 スポーツに挑戦 【スポーツ吹き矢】 (第1教養娯楽室) 創作の時間	6 スポーツに挑戦 【卓球サロン】	7 パソコン教室	8 体操教室 高次脳 (第5会議室) (第2研修室)	9 休所日
10 休所日	11	12 創作の時間 開所時間 (15時まで)	13 スポーツに挑戦 【卓球サロン】	14 パソコン教室 スポーツに挑戦 【体づくり】 成年後見制度 専門相談	15 体操教室 ひまわり	16 休所日
17 休所日	18	19 スポーツに挑戦 【スポーツ吹き矢】 (第1教養娯楽室) 創作の時間	20 スポーツに挑戦 【卓球サロン】 お花教室 (第2会議室) なんでも相談 (本郷)	21 休所日	22 体操教室	23 休所日
24 (マヴィ) 防災体験会	25	26 創作の時間	27 スポーツに挑戦 【卓球講座】 なんでも相談 (久井)	28 パソコン教室 スポーツに挑戦 【体づくり】	29 体操教室	30 休所日
31 休所日	※各活動は、天候等の事情により内容の変更や中止の場合がありますので予めご了承下さい。					

【各種相談の日程】

○障害者なんでも相談（予約が必要です。）

久井（保健福祉センター） 第4水曜日	大和（保健福祉センター） 第1金曜日	本郷（保健福祉センター） 第3水曜日
27日 水曜日・10:00~12:00	1日 金曜日・10:00~12:00	20日 水曜日・14:00~16:00

○成年後見制度専門相談（予約が必要です。）

毎月第2木曜日 (祝日の場合は変更あり)	14日 木曜日 14:00~16:00	サン・シープラザ 3階 第4相談室
-------------------------	------------------------	----------------------

障害者生活支援センター ドリームキャッチャー

事務局 〒723-0014 広島県三原市城町1丁目2-1 サン・シープラザ 3階
 電話 (0848)63-3319 F A X (0848)63-3359
 メール dream-c@m-shakyo.jp ホームページ http://www.m-shakyo.jp/
 開所時間 月曜~金曜 9:00~17:00

いのちと暮らしを守る防災体験会のご案内

今年も「三原市防災ネットワーク」主催の「いのちと暮らしを守る防災体験会～地域みんなでやろう！～」が開催されます。消防本部によるはしご車の展示・説明、炊き出し試食などに加え今年は無震体験車による地震体験ができます。ぜひこの機会に参加して災害に対して「備える！」「知る！」そして「体験する！」を通して災害への知識を深めてみませんか？

日 時：平成31年3月24日（日）9:50~13:00

※受付 9:30~9:50 参加無料

会 場：三原市久井保健福祉センター（小雨決行）

（三原市久井町和草 1906-1：駐車場台数限定）

問い合わせ先：三原市防災ネットワーク事務局（三原市危機管理監危機管理課）

TEL：0848-67-6165 FAX：0848-67-6164（雨天時）TEL：090-8999-1605

（地震体験には身長130cm以下、または係員により体験が危険と判断された方は体験できません）



平成30年度開所した相談支援事業所紹介

～アップル介護サービス 相談支援事業所～

「アップル介護サービス 相談支援事業所」は平成30年12月1日に開所されたばかりの事業所です。管理者の水原さんは、以前は広島市で介護事業をされており、その際に培ったノウハウを今後は三原市の障害者支援に活かそうと考えられています。



三原に来てまだ間もないため
今は三原のことを勉強している最中です。
様々な機関と協力しあうことを大切に
丁寧な支援をしていこうと思います。

管理者の水原さんは、笑顔の素敵なお方でした♪
一度訪れたら、また行きたいと思える事業所です。
皆さんどうぞ、よろしくお願いいたします。

開所時間：9:00~18:00（月曜日~金曜日）
場 所：三原市本町1丁目7番32号
電 話：0848-36-5544
F A X：0848-36-5566



詳しい内容や問い合わせは、
スタッフに確認してください！

①卓球講座を開催します！

夏に続き、毎週行われている卓球サロンの時間の中で、広島県卓球協会の講師をお呼びし「卓球講座」を行います。「もっと上手になりたい」「卓球を一から教えてもらいたい」など、日頃卓球サロンに参加されている方だけでなく、児童・学生の方やこれから卓球を始めてみたいという方も大歓迎です。ぜひこの機会にご参加ください。

日 時：平成31年3月27日（水）10：00～12：00

場 所：ドリームキャッチャー／講 師：松田益枝さん（広島県卓球協会）

持ってくる物：ハンドタオル、飲み物（ラケットの貸し出しができます）

※滑りにくい靴、卓球ができる服装でお越しください。

一緒に卓球を
楽しみましょう！



マヴィ企画

②いのちと暮らしを守る防災体験会～地域みんなでやろう！～

1面で紹介した「防災体験会」にマヴィで参加しませんか？

集合日時：平成31年3月24日（日）8：55 / 集合場所：三原駅 バス6番乗り場（隆景広場側）

- ・行きは9：10発のバスに乗り、久井支所前バス停で降り、7分ほど歩いて会場に向かいます。
- ・帰りは会場より久井支所前バス停まで歩いて移動し12：45発のバスに乗り、三原駅に13：25に到着予定です（片道770円、バス優待券、障害手帳をお持ちの方はご持参ください）

「備える」



防災備品展示

「知る！」



車いす体験

「体験する！」



地震体験

その他

- ・こども防災体験
- ・7月豪雨災害パネル展示など

締め切り：3月20日（水）

車いすなどの方もご相談ください

スポーツ吹き矢を開催しています

スポーツ吹き矢とは、約120cmの筒から5～10m離れた得点の入った円形の的をめがけて息を使って矢を吹き当て、その点数を競うスポーツです。座ったままプレイすることもでき、性別・年齢を問わず誰にでも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。ドリームキャッチャーでは、この度、筒・矢・得点の的など競技用具一式を一般社団法人生命保険協会広島県協会さんからご寄付を頂きました。まだやったことのない方、興味を持たれている方、経験者の方、スポーツ吹き矢に参加しませんか？見学・体験も大歓迎です。

開催日：第1・3火曜日

場 所：サン・シープラザ

4F 第1教養娯楽室

持ってくる物：上履き、飲み物

的のド真ん中に矢が当たった時は、なんとも言えない嬉しさがあります！皆さんの参加をお待ちしています！！



【ごあいさつ】

みなさん、はじめまして

2月より、相談員としてドリームキャッチャーに配属されました、川口奈央と申します。

以前は母子生活支援施設の職員として、母子家庭の方々の自立をお手伝いしておりました。出身は県外で、三原市に転居をしてまだ数ヶ月です。ご利用者の方々から、三原市の行事や、色々なお店の話を聞かせていただくたびに、これからの三原市での生活がどんどん楽しみになってきています。

現在、働き始めて約一ヶ月が過ぎましたが、ご利用者の方々とお話しさせていただく時間がとても楽しく、ほっとする時間です。私も、一緒にいることでほっとしてもらえそうな、そんな相談員になっていきたいと思っております。

皆さまから色々と学ばせてもらいながら、一日でも早く一人前の相談員になれるよう努力していきます。ご迷惑をおかけすることもあるかもしれませんが、これからもどうぞよろしくお願いたします。

相談員 川口 奈央

災害に備えて出来ること

2月17日に、三原市危機管理課主催の「市民防災訓練」がありました。9時15分、市内全域に災害時緊急一斉訓練放送を合図に始まり、その場で約1分間の「安全行動1-2-3」を行なった後、市が開設した数か所の避難所等への避難訓練が行われました。避難所では、三原市防災士ネットワークの方による、想定される災害や日頃からどのような備えが必要になるか等、具体的な防災対策を学ぶ防災講話が行われました。



併せて、昨年7月の西日本豪雨災害では、河川の氾濫や土砂崩れ等により多くの方が犠牲となり、三原市では酷暑の中、停電や長期間に及ぶ断水が人々の暮らしに大きな影響をもたらしました。被災者への様々な生活支援制度が実施されている中、災害発生から8か月が経ちますが、今もなお、不自由な暮らしを余儀なくされている方がおられます。

「天災は忘れた頃にやってくる」と言われますが、いつ起こるかもしれない災害から自分の命を守るためには、日頃からの備えがとても大切なので、再度お伝えします。

○災害が発生する危険性が高まった場合、自分の住む地域の避難場所がどこなのか、いつどのように避難するか、避難経路などを確認しておきましょう。

○懐中電灯や毛布、飲料水、非常食、常備薬などの非常持ち出し品を準備しておきましょう。

○テレビやラジオ、メール配信システム、FM告知端末などを活用して、いざという時に早く正しい情報を手に入れられるようにしておきましょう。