

つくしセンターニュース

この度の東日本大震災におきまして亡くなられた方々のご冥福をお祈り申し上げますとともに被災された皆さま、そしてそのご家族の方々に心よりお見舞い申し上げます。

連日の報道を通して大震災がもたらした爪跡の深さを感じ、そして今なお生活再建の見通しが立たない避難所生活を余儀なくされている方のことを思うと本当に心が痛みます。何とか力になりたい、どんな形でもいい力になりたいと思っている方も大勢いるのではないのでしょうか。

「私たちにできることは一体何なのでしょう。」一生懸命それを考えるところから始めていきましょう。義援金、救援物資、節電、省エネ、必要な分だけ・・・そして祈ること。一人ひとりが自身の生活を省みて余力やムダを出し合えばそれがきっと大きな力になる。みんなで手を取り合って歩き出しましょう。

つくしの里では、3月12日(土)午前3時59分に上越地方震度5弱の地震が発生したことを受け、同日中につくし工房を利用されている方、つくしセンターに登録されている方で単身世帯あるいは高齢世帯の方の安否確認をさせてもらいました。利用者、登録者の方で今回の地震による被害は報告されませんでした。今後もいつどこで地震があるか分かりません。日頃から今地震が起きたらどのような行動をとるか考えておくことが大切ではないのでしょうか。また震度5以上の際は電話と訪問にて安否確認をさせていただきます。

みんなで
がんばろう
日本

発行元
つくしセンター
〒943-0823
上越市高土町3-2-12
TEL 025-521-2860
FAX 025-521-2861
URL http://www.tsukushi-center.com

地震が起きたら・・・とるべき行動

- ①身の安全を守る 身の安全が最優先。揺れがおさまるまで机やテーブルの下に身を隠す。頭を保護する。
- ②脱出口を確保する 身の安全が確保されたら、ドアや窓を開け逃げ道を確保する。
- ③火の始末をする 揺れが激しい場合は、揺れがおさまってから火を消し、元栓をしめる。
- ④沿岸部にいたら高台へ避難 ただちにより高い所へ避難。高台がない場合は、出来るだけ高くて頑丈な建物へ避難する。
- ⑤正しい情報を入手し避難所へ避難 テレビ、ラジオ等から情報を入手し、地域の避難所へ。

計画停電について

今回の震災により、太平洋側の火力発電所等に被害が発生したこと、また原子力発電所も安全確保のため停止しており、全国的に電力供給力不足の状況です。突発的な大規模な停電にならないよう、東北電力では、節電への協力と計画停電実施のご理解ご協力を呼びかけています。上越市は第5グループに含まれ、停電の事前告知は前日までに必ずあります。そして当日実施2時間前までに、「する」「しない」のお知らせがあります。テレビ、ラジオより情報を入手してください。

停電になると、一部集合住宅では水道水が出ないことがあります。汲み置きをお願いします。また家電は電力復旧した後の火災等を防ぐため、停電前にコンセントから抜いて下さい。またガス機器は使用できても換気扇が使えないので部屋の換気には十分注意して下さい。



『精神障害者』路線バス 運賃割引のお知らせ

平成23年4月1日より、新潟県内一般路線バスにおいて、精神障害者の方も運賃割引適用対象となります。

●対象者
写真が貼付された精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
(写真が貼付されていない手帳は割引を受けられません)

●対象路線
県内一般路線バス
(高速バス路線、定期観光バス路線を除く)

●割引率
普通運賃 50%
定期運賃 30%

●利用方法
バスを降りる際に、手帳の写真が貼付されたページを乗務員に提示する



上越市タクシー券 交付開始

平成23年度の上越市タクシー券の交付受付が始まっています。

●対象者
精神障害者保健福祉手帳1級・2級
身体障害者手帳1～3級
療育手帳A いずれかの所持者

●助成額
一人につき年間19,000円
(500円券×38枚)

●申請に必要なもの
手帳、印鑑

●受付場所と受付時間
上越市役所(8:30～17:15)
各総合事務所(8:30～17:15)
福祉交流プラザ(8:30～17:15)
南出張所(4/6水のみ(8:30～18:00))
北出張所(4/8木のみ(8:30～18:00))

4月よりつくしセンターの事業内容が以下の通りとなります。

①憩いの時間を延長します

つくしセンターでは、今まで午前10時～午後3時まで館内を開放し、憩いの場として皆さまから利用していただいていた。4月以降憩いの場としての利用時間を以下の通り延長いたします。

《現行》 午前10時～午後3時 ⇒⇒⇒ 《4月より》 午前10時～午後5時まで

②喫茶・軽食つくしんぼの営業時間を延長します

喫茶・軽食つくしんぼの営業時間を以下の通り延長します。

《現行》 午前10時～午後1時 ⇒⇒⇒ 《4月より》 午前10時～午後2時まで
(ラストオーダーは午後1時45分)
※ランチ・ラーメン提供時間は、午前11時からとなります。

③つくしセンターニュースを年4回の発行に

今まで毎月発行していたつくしセンターニュースを4月・7月・10月・1月の年4回発行。ひと月の予定表(カレンダー)は毎月発行します。また各種イベントのご案内等は、タイムリーにお届けします。

④年間登録料1,000円に

地域活動支援センター事業の年間登録料を3,000円から1,000円に値下げします。ただし、過年度未納分については、今まで通り3,000円申し受けます。

登録者の皆さまの声を大切に

今年度、つくしセンターでは登録者の方の声を今まで以上に大切に、活動に反映していきたいと考えております。また皆さまと一緒に様々な活動を行っていきたくて考えています。センターで行いたい活動内容、アイデア等ありましたらご連絡ください。また5月に登録者の集いを開催予定です。ぜひご参加いただき、皆さまの生の声をお聞かせください。詳細は後日ご連絡させていただきます。

ひなまつり特別企画

ケーキ作り体験を行いました。楽しかった～、おいしかった～。

3月15日、今年度最後のレクとしてひなまつり特別企画、ケーキ作り体験をおこないました。当日は総勢11名の方が参加して下さいました。スポンジはつくし工房より取り寄せ、生クリームとトッピングするフルーツとしてイチゴとみかんを準備しました。皆さんご持参されたエプロンと三角巾に身を包み、最初は生クリームをほだてることから。ミキサーを使わずに手作業で頑張るかき回しました。春らしく!?ひなまつりらしく!?ピンクの生クリームも登場しました。生クリームが仕上がってからは、実際にスポンジへデコレート。生クリームを慎重に塗り、その上にフルーツをのせ、その上にスポンジをのせ・・・と同じ作業を繰り返して、何とか皆さんオンリーワンのケーキが出来上がりました。

出来上がってから紅茶をいれてティータイム。皆さんそれぞれ有意義な時間を過ごされていました。「今回の体験シリーズはお好み焼き!」という声が上がりました。乞うご期待!



23年度つくしセンタースタッフ体制のお知らせ

「よろしくをお願いします。」

管理者兼相談支援専門員	高橋 典子
相談支援専門員(障害者相談支援センター勤務)	内藤 正樹
専門職員	山口 和久
専門職員兼グループホーム世話人	原田 京子(新採用)
専門職員兼グループホーム世話人	大滝 由美子

退職のごあいさつ

専門職員兼グループホーム世話人 村松 未央
つくしセンターに配属になり1年ですが、22年度いっぱい退職することになりました。センターでは喫茶で提供するラーメン作りや、グループホームの世話人などをさせていただきました。今まで経験したことのないことばかりで色々なことを学ばせていただきました。短い間でしたがお世話になりました。ありがとうございました。