

思わずふふと
笑みがこぼれるような、
そんな情報誌

草津市立障害者福祉センター

ふふふ

No.15

2018年3月
発行



9月～3月活動報告

9月 精神障害者ピアカウンセラー養成講座開講

11月 いきいきふれあい交流サロン

「劇団まちブロー座公演」

11月 特別サロン「認知行動療法についてのお話」

12月 いきいきふれあい交流サロン

「もちつき大会・障害者週間パネル展」

12月 草津サロン「クリスマス会」

2月 精神障害者ピアカウンセラー養成講座修了

3月 ふくふくひろば・ふくふく展

3月 教養文化講座修了 13講座





いきいき ふれあい交流サロン

障害がある方もない方も
年齢も関係なく、ともに
楽しく集い
交流する行事です

3月

ふくふくひろば

平成30年3月10日(土) 13:30~15:00

教養文化講座の作品展とセンター利用者さんの「ふくふく展」を2日間開催しました。個性あふれるステキな作品がたくさんありました。そして、「みんなで歌おう」講座の発表会と歌おうコーナー、草津東高等学校吹奏楽部の演奏会などステキな歌声と音楽に包まれた優しくして胸おどる素晴らしい時間でした。



陶芸作品



恋ダンス♪



指揮者体験♪



11月

劇団まちプロ座公演

演劇

『バリアフリー探偵レン』

平成29年11月11日(土) 13:30~15:30

障害がある人となない人、生活の中で感じるすれ違いや誤解。心のバリアをなくすにはどうしたらいいの？探偵レンが相棒とユーモアたっぷりに、なるほど！のヒントをくれたよ！



探偵レン 相棒



楽しいトーク♪

12月

もちつき大会& 障害者週間パネル展

平成29年12月9日(土) 10:30~13:30

きな粉、のりしょうゆ、おろし、ぜんざい♪人気のおろしは今年も完売！ボランティアさん手作りのぜんざいは甘さもちょうど良くて美味しかった～



ヨイショ!



こもち作り体験♪



しほはなちゃん♪

詳細はHPを
チェック

ホームページ紹介

特定非営利活動法人
草津市心身障害児者連絡協議会
アドレス
<http://shinshinren.or.jp/>

心身連 草津



草津サロン

日時：第1・3金曜日 13:30～16:00
場所：社会適応訓練室

精神に障害をもたれている方が対象のサロンです。
このサロンにはプログラムはありません。ゆっくり
と時間を過ごすことができます。
どなたでも是非お気軽にお越しください。

特別サロン

認知行動療法について学びました

日時：平成29年11月17日（金）
10:30～12:00

講師：村上 昌子 氏

滋賀県立精神医療センター 臨床心理士

何か出来事があった時、考え方によって、気分や行動は大きく影響されます。認知行動療法は、自分の「受けとめ方」や「ものの見方」を確認し見直すことで、気持ちや行動面も変化させていくことを目指します。勉強会のあと昼食をはさんで交流会もありました。

クリスマス会をしました



お楽しみ♪
恒例のビンゴ！



あったかい
雰囲気です♪



ピアカウンセラー養成講座を 実施しました

カウンセリングの基本や必要なルールを学びました。
期間：平成29年9月～平成30年2月（全6回）
日時：毎月第2月曜日 13:30～16:30



ピアとは仲間のこと。ピアカウンセリングとは同じ立場の仲間が、それぞれの貴重な体験を活かした支え合いの活動です。支え合いの活動にも、自分を守り相手を尊重することはとても大切なことです！
講座では、演習で気付いたことや難しいと感じることを皆で出し合い共有しながら、少しずつ理解を深めていきました。

障害者デイサービス

12月～1月に行われたイベントの様子や
みんなの笑顔をお届けします。



3Dクリスタルパズル

普通のパズルより難しくて
ちょっと頭を使ったよ！



アロマハンドデラピー

デイルームにアロマのいい香り♪
とっても気持ちよさそう。

クリスマスイベント



トナカイやサンタに変身！デイルームではクリスマスソング♪
みんなでクリスマスを楽しみました。

登録制自主活動グループ ホツとタイム

日時：毎月第4土曜日 13:30～15:30

場所：社会適応訓練室

参加費：1回250円

対象者：障害のある方で、草津市内に在住が
通勤している人。



仲間と一緒にやりたいことをカタチにしていく活動グループです。歌を歌ったり、ゲームをしたり、おしゃべりしたり、創作活動をしたり、やりたいこと♪やってみたいこと♪を先生と話し合いながら、みんなで楽しい時間をつくりませんか？



Pick Up

お知らせ

～入浴サービスをご利用の皆様へ～
草津市の「公共施設などの料金の改定」に伴い、
入浴サービスの料金が変更になります。

実施：平成30年4月1日(日)～

大きな浴槽でゆったり入れます。あったまるよ♪



《料金表》

対象者区分		現行料金	新料金
第1種障害者		200円	210円
第2種障害者	小・中学生	200円	210円
	高校生以上	400円	430円

おそうじ いつもありがとう

障害者の就労支援事業「施設メンテナンス業務」
毎日2時間位かけて、掃除をしてくれます。
おかげで、センターの廊下やトイレはピカピカです。

月曜日	にぎやか工房
火曜日	むつみ園
水曜日	ほわいとクラブ
木曜日	ワークパートナーきらら
金曜日	ワークステーションわかたけ



バナナのせとースト の作り方



食パン・・・2枚
バナナ・・・2本
バター・・・適量
シナモン
シュガー・・・適量



1. パン、バナナを切る



2. バターを塗る



4. シナモンシュガーをかける



3. バナナをのせてオーブントースターで焼く

出来あがりまで

10分



おいしいマジック

バターの代わりにピーナツバターでも。

紅茶の美味しい入れ方

1. お湯は熱湯を用意します。
2. カップにもお湯を入れて温めておきます。
3. カップのお湯を捨てて、ティーパックを入れ熱湯を注いだらカップの下のお皿(ソーサー)でふたをします。
4. 3分ぐらいでおいしい紅茶が入ります。



編集後記

もうすぐ春ですね！寒い日もあるけれど、少しずつ春を感じる日が増えてきました。皆さんはどんな時に春が来たなあ～と感じますか？ぽかぽか陽気の春は、気分もうきうき♪どこかへお出掛けしたくなりますね。

さて、今年度も早いもので残りわずかとなりました。この一年間、たくさんの方々に支えていただきました。センターの活動にご理解、ご協力をいただき本当にありがとうございました。

これからも、人との「つながり」を大切に笑顔あふれるセンターを目指します。

発行

草津市立障害者福祉センター

〒525-0025 草津市西渋川二丁目9番38号
「渋川福祉センター」2F

TEL: 077-569-0351
077-569-0356(相談)

FAX: 077-569-0354

ホームページ

● <http://www.kusatsu-fukushi.com>
(草津市立障害者福祉センター)

● <http://shinshinren.or.jp>
(NPO法人草津市心身障害児者連絡協議会)

Mail: kusatsu-fukushi1@swan.ocn.ne.jp