

平成31年4月1日から滋賀県障害者差別のない共生社会づくり条例が施行されました

12月3日～9日は障害者週間です

新年のごあいさつ	2
清水千浪選手(東京2020パラリンピック出場)からの新春メッセージ	3
第72回滋賀県身体障害者福祉大会	4～5
「障害者施策要望に関する要望書」に対する回答	6
第43回日身連近畿ブロック福祉大会・	
第25回日身連近畿ブロック身体障害者相談員研修会 他	7
障害者福祉センターコーナー	8～10
クイズコーナー・編集後記	11
自宅でできる簡単トレーニング	12

滋賀県立障害者福祉センターのご案内

個人利用時間 午前9時30分～正午・午後1時～4時30分・午後5時30分～8時30分
 団体貸切利用時間 午前9時30分～午後8時30分
 休 所 日 月曜日(休日を除く)・「休日」の翌日(土曜日・日曜日または「休日」である場合を除く)・12月29日～翌年1月3日・管理者の指定日時
 電話 077-564-7327 F A X 077-564-7641
 E-mail:webmaster@shiga-fukushi-center.com
<https://www.shiga-fukushi-center.com/>



チャレンジボッチャ



県知事への要望(副知事対応)



タイムトライアル



第72回滋賀県身体障害者福祉大会



障害者週間啓発・推進事業【啓発イベント】



フラワーアレンジメント



おたのしみ縁日(青壮年部)



レッツイベント



謹賀新年



公益財団法人 滋賀県身体障害者福祉協会
会長 大西 孝雄

あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、新春を健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

本年4月には、改正障害者差別解消法により民間事業者にも合理的配慮の提供が義務化されることとなります。しかし、私たち障害者は配慮を求めだけでなく相手の立場を思いやり、自らも社会の一員として貢献する必要がある、それこそが共生社会であると思っています。当協会は障害の有無にかかわらず、皆様が充実した日々を送れる共生社会の実現に向け、地域や障害者団体と協力し、取り組んで参る所存です。

また、滋賀県立障害者福祉センターの指定管理者として、皆様に安心安全にご利用いただけるよう管理運営に努めてまいります。

最後になりましたが、本年が辰年らしく、皆様にとって活力がみなぎり大きく成長され、実り多き一年となりますことを祈念し、新年のご挨拶といたします。



滋賀県知事
三日月 大造

あけましておめでとうございます。

新年を迎え、皆様に健やかな毎日が訪れますよう、心よりお祈り申し上げますとともに、日頃から共生社会づくりに御尽力を賜り、深く感謝申し上げます。

コロナ禍を乗り越え、様々な対面での交流事業やイベントが再始動しました。また、「わたSHIGA輝く国スポ・障スポ2025」の開催もいよいよあと約600日と近づいてまいりました。誰もがスポーツに親しむことができる機会となるよう、大会の成功に向けて、準備や機運醸成等に引き続きお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

本年も皆様と共に、世界へ、未来へ、つながりひろがる「健康しが」の実現に向けて、精一杯取り組んでまいります。一緒にごがんばりましょう！



パリ2024パラリンピックを目指す清水千浪選手から 新春メッセージをいただきました。

あけましておめでとうございます。昨年は大変お世話になりました。

私は福祉センター様を利用させていただくようになって7年が経ちます。毎週水曜日に、LAKE SHIGA BBCという車いすバスケットボールチームで練習しています。昨年は天皇杯出場という目標が叶わず悔しい思いをしました。しかし、男子チームだとパワーやスピードの強化ができる為、女子代表の合宿や国際大会でその経験を活かすことができている。そして、結果が悪く落ち込んでいる時でも、スタッフの皆様がいつも元気で温かく迎えてくださいますし、常に清潔で温度管理も徹底しているので、質の高い練習ができています。いつもありがとうございます。

今年パリパラリンピックが開催される年です。女子日本チームは東京2020パラリンピック6位の結果を経て、パリでの金メダル獲得を目標に必死に日々練習に励んでいます。出場権獲得がかかったアジアオセアニア予選が1月から始まります。4月には世界最終予選もあります。本戦出場を決め、メンバーに内定し、メダル獲得に向けて突っ走りしたいと思います。

そして、2025年は国スポ障スポが滋賀県で開催されます。愛称である「わたSHIGA輝く国スポ・障スポ」の如く、県民ひとりひとりが輝けるような大会になるよう、滋賀県出身者として大いに盛り上げていきたいです。

本年も、心身ともに健康で、皆さまと共にスポーツを楽しめますようお願いしております。



清水選手 プロフィール

清水 千浪 (しみず ちなみ)

車いすバスケットボール2023年度日本代表候補選手

成績：東京2020パラリンピック車いすバスケットボール日本代表 6位

出身：滋賀県長浜市(虎姫高校、愛媛大学)

所属企業：株式会社メルカリ

所属チーム：カクテル(近畿拠点)
レイク滋賀BBC(滋賀拠点)

小～高校生時は陸上競技を専攻。中学2年時には1500mで県大会優勝。大学では女子サッカー部に所属。社会人ではなでしこリーグのアルビレックス新潟レディース、京都パニーズでプレーし、2008年に引退。

引退後はパーソナルトレーナーとして大阪を拠点に活動。2012年に病気が原因で足に障がいを負う。2015年に車いすバスケットを始め、翌16年日本代表候補入り。東京2020パラリンピックに出場し6位。現在は2024年パリパラリンピックに向けて活動中。



協会からのお知らせ・報告

第72回 滋賀県身体障害者福祉大会

令和5年10月25日(水)に滋賀県立芸術劇場びわ湖ホールにおいて、標記大会を開催しました。本大会を「障害者自らが取り組み、実施する大会」としてアピールしたいとの実行委員長の強い思いから、大会スローガンには、障害者自らが取り組む目標を掲げ、アトラクションには、視覚障害者のグループによるオカリナ演奏など、障害者が関わるグループに出演をお願いしました。

大会は、天候にも恵まれ、ご来賓を含め約400名の皆様にご参加いただき、令和5年度の知事表彰、協会長表彰の授賞式をはじめとする式典、議事を滞りなく実施することができました。

滋賀県身体障害者福祉大会は、障害の有無にかかわらず、相手のことを思いやり、誰もが地域で安心して生活できる社会「共生社会」のため、障害者福祉にかかる法制度や障害者施策の向上にむけて、障害者の活動をアピールするとともに、県内の障害者の交流を深めるために毎年、県内各地域の持ち回りで実施しています。この大会を有意義なものにできるよう、今後も皆様のご支援とご協力をお願いいたします。

令和5年度 滋賀県知事表彰被表彰者名簿

更生援護功労者			
市 町	氏 名	市 町	氏 名
大 津	千代 彰浩	近江八幡	新田 正紘
彦 根	山野 勝美	高 島	松宮 喜子

自立更生者			
市 町	氏 名	市 町	氏 名
彦 根	岡田 利一	彦 根	末森 清司

令和5年度 公益財団法人滋賀県身体障害者福祉協会会長表彰被表彰者名簿

更生援護功労者			
市 町	氏 名	市 町	氏 名
大 津	和田 隆史	甲 賀	杉本 元枝
大 津	目片与志子	東 近 江	川越 千鶴
彦 根	牧村 雄三	東 近 江	伊勢 昌代
長 浜	横田二三子	高 島	岡本 由美
近江八幡	寺嶋よし子	愛知・犬上	目加田 稔
甲 賀	高橋 正彦		

自立更生者			
市 町	氏 名	市 町	氏 名
大 津	清本美津子	長 浜	藤本 恵子
大 津	中澤もと子	甲 賀	糸田 成一
大 津	野村 国広	東 近 江	満田 隆喜
彦 根	山田 一郎	米 原	松井力ヨ子



第72回滋賀県身体障害者福祉大会 大会スローガン

- 滋賀県障害者差別のない共生社会づくり条例を啓発し、心のバリアフリーが広く根づくよう自ら取り組もう
- 一人も取り残されることのないよう避難情報に基づき「自助」「共助」を心がけ、実効性のある避難に自ら取り組もう
- 障害者が継続して働き、自立できる労働環境が整備されるよう自ら声をあげて取り組もう
- 安心、安全な移動手段が確保され、まちづくりが整備されるよう自ら声をあげて取り組もう

第72回滋賀県身体障害者福祉大会宣言

コロナ禍を越え県内各地から多くの障害者が集まり、第72回滋賀県身体障害者福祉大会を開催することは大変意義深く、この大会が、私たちの思いと願いを結集しアピールする契機となるよう私たち自らが取り組まなければならない。

国においては、改正障害者差別解消法により令和6年4月から民間事業者にも合理的配慮の提供が義務化されることとなり、県では、「淡海ユニバーサルデザイン行動指針」が見直されるなど、障害の有無にかかわらずだれもが安心して安全に地域で暮らせる共生社会の実現に向けて、様々な取り組みが進められている。

そのような中、私たち自らが相手の立場を思いやり、相互に理解し合える共生社会が実現できるよう取り組むとともに、法制度や施策の充実にむけて、私たちの声を届けられるよう、共に集い、共に活動していかなければならない。

本大会に参加した私たちは、これからは障害者の自立と社会参加をより一層推進し、障害者への理解を深められるよう、実践に努めていくことを誓い、ここに宣言する。

令和5年10月25日 公益財団法人 滋賀県身体障害者福祉協会
第72回 滋賀県身体障害者福祉大会

第72回滋賀県身体障害者福祉大会決議

1. 改正障害者差別解消法や滋賀県障害者差別のない共生社会づくり条例が一層啓発されるよう、次のことについて要望する。
 - ・民間事業者に対する合理的配慮の提供についての啓発
 - ・合理的配慮に対する助成金制度の継続と啓発
 - ・差別事例が発生した時の相談支援体制の連携強化
 - ・学校教育の中で、障害者との交流や体験をととした「心のバリアフリー教育」の推進
2. 災害時の避難に助けが必要な方の安全な避難のため、次のことを要望する。
 - ・福祉避難所の適切な運営と一次避難所等のバリアフリー化を含めた整備に対する支援
 - ・避難情報や避難所等の情報が共有されるよう市町への支援
 - ・早期に個別避難計画が策定されるよう市町への支援
 - ・災害時の避難支援にかかる会議等への当事者団体の参画
3. 障害者雇用の推進と障害者が継続して働くことができるよう、次のことについて要望する。
 - ・法定雇用率の達成企業の増加にむけた取り組みの推進
 - ・企業における合理的配慮の提供や労働環境の整備に関する理解促進のための取り組みに対する支援
4. 安心安全なまちづくりと移動手段の確保のため、次のことを要望する。
 - ・鉄道駅舎等のバリアフリー化と転落防止柵等の早期設置に対する支援
 - ・安全に通行できる歩道や道路等の整備
 - ・交差点への音響式信号機の設置促進
 - ・車イス等の障害者が乗降しやすい路線バスや貸切りフトバス等の県独自の導入支援

以上決議する。

令和5年10月25日

公益財団法人 滋賀県身体障害者福祉協会
第72回 滋賀県身体障害者福祉大会

アトラクション



オカリナ演奏（キラキラ星）



津軽三味線（晃和会・千鶴会・山野会）



童謡メドレー（ホーリーグレース合唱団）

「障害者施策に関する要望書」に対する回答

滋賀県知事(副知事対応)と関係部局への要望書に対する回答がありましたので、掲載します。

1	<p>障害者差別解消法と滋賀県障害者差別のない共生社会づくり条例の啓発について、次のことに取り組みられるよう要望します。</p> <p>①メディア等を活用した「合理的配慮の提供について」継続的な啓発 ②合理的配慮に対する助成金制度の継続と啓発 ③障害者との交流体験をおとした心のバリアフリー(思いやり)教育の充実 ④差別事例が発生した時の相談体制の連携強化</p>
回答	<p>①合理的配慮の考えが浸透するよう、市町や貴団体をはじめとする関係団体とも連携しながら啓発活動を強化しています。</p> <p>②本事業の継続実施については、事業の効果も検証し、前向きに判断してまいります。</p> <p>③障害の有無に関わらず、共に学び・育つ経験は、障害理解の基礎となるものと考えており、令和3年3月に策定した滋賀県障害者プラン2021においても小中学生の福祉意識の醸成に努めることとしています。本年度はプランの中間見直しも予定しており、その議論を通じ、教育委員会など関係部局ともさらに連携して取組を進めてまいります。</p> <p>小・中学校では、総合的な学習の時間や特別活動において、障害のある方を学校に招き、車いすやアイマスク、点字、手話などの体験をしたり、講演を聞いたりして、障害者理解や共生についての学習に取り組んでいます。</p> <p>高等学校では、すべての生徒がノーマライゼーションの理念やユニバーサルデザインなど、共生社会に必要な考え方やあり方について学んでいます。高等養護学校が併設された高等学校などでは、双方の生徒が実習や学園祭、部活動等を共に行い交流する中で、相互に教え合い、支え合うことを通じて、相互理解を深め、共生について学んでいます。</p> <p>④相談があった場合に的確に応じることができるよう「障害者差別解消相談員」を設置するとともに専門性向上のため定期的な研修等により、質的な充実を図っています。また、自ら相談できない障害者に寄り添い、その声を代弁して相談員につなぐ役割を担う「地域アドボケーター」について、引き続き周知に努めるとともに、研修会や市町職員や健康福祉事務所職員との情報交換会を定期的に開催するなど、スキルの向上や関係者間での連携強化を図ってまいります。</p>
2	<p>避難行動要支援者への実効性のある避難支援体制と避難所の整備について、障害者自らが避難情報に基づき避難をするため、避難所の情報(備蓄品やバリアフリーの状況等)を共有し、福祉避難所が適切に運営されるよう、体制とハード面を整備するとともに、市町間で避難支援体制に格差が生じないよう取り組まれるよう要望します。</p>
回答	<p>個別避難計画の作成手順等を示した「滋賀モデル」の取組が県内全域に横展開されるよう、市町職員や保健・福祉専門職を対象とした研修会を開催するとともに市町や関係者間で取組内容等を交換できる場を設けるなど市町の支援に努めています。</p> <p>福祉避難所の適切な運営についても、市町担当者や関係機関向けの会議を開催し、取組状況や課題等について情報共有の機会を設けています。</p> <p>また、一般避難所においては、当事者の視点を取り入れた「避難所チェックリスト」を作成し、市町等関係機関に周知しています。</p> <p>今年度は、個別避難計画作成のキーパーソンとなる保健・福祉専門職の理解と参画促進に向けて、関係機関への働きかけを行うとともに、研修動画ツールを作成します。</p> <p>さらに、市町を直接訪問し、課題等を聞き取りながら、必要な情報提供や助言を行う伴走型支援を実施してまいります。</p>
3	<p>障害者雇用の促進と労働環境の整備促進について、障害者が働き続け、自立して生活をおくるために、障害者が働きやすい労働環境の整備が進められるよう、障害者が、安心して働き続けられるよう、事業主や従業員等に対する支援や研修、周知徹底を要望します。</p>
回答	<p>県では、障害者の職場定着を促進するため、今年度から事業主等を対象とした「障害者雇用促進・定着推進セミナー」を開催し、障害特性を踏まえた受け入れ環境づくりの支援や好事例の周知等を行う予定です。</p> <p>また、障害者雇用に関する各種支援制度や合理的配慮の情報を掲載したリーフレットを作成し、ハローワークや障害者働き・暮らし応援センター等の関係機関・団体と連携しながら、事業主への意識啓発に取り組んでいます。また、働く障害者フォローアップ支援事業として就職前後の障害者に研修等を行うことで円滑な就業生活と職場での定着を図るよう取り組んでまいります。</p>
4	<p>だれもが安心安全に暮らせるまちづくりについて、次のことを要望するとともに、障害者等が安全に移動できる手段の確保に取り組んでいただくようお願いします。また、多くの障害者や高齢者が利用される福祉ゾーン一体を安心安全なまちづくりのモデル地域として整備されるよう要望します。</p> <p>①鉄道駅舎等のバリアフリー化とホームへの転落防止柵等の早期設置 ②道路や歩道等の(低床バスの導入促進と併せた)バリアフリー化 ③交差点への音響式信号機の設置促進 ④県独自の観光用リフトバス等の導入支援</p>
回答	<p>①エレベーターや内方線付き点状ブロックの整備等について、市町と連携して、鉄道事業者を積極的に支援します。</p> <p>②歩道等については、車いすを使用される方などが安全にすれ違いできる幅を確保するとともに、視覚障害者の方に対する誘導用ブロックを設けています。また、交差点部では、視覚障害者と車いすを使用される方の双方に配慮し、境界ブロックの段差を1cmとするなど、誰もが利用しやすい道路整備を進めています。</p> <p>バスについては、公共交通移動等円滑化基準に適合した車両への転換が進むよう、バス事業者の車両購入に対し国との協調により支援を行っています。</p> <p>今後も利用者の皆様の意見を伺いながら、関係機関と連携を図り、順次、歩道等のバリアフリー化を進めるとともに誰もが安全・快適に利用できる道路整備や交通手段の確保に努めてまいります。</p> <p>③音響式信号機(視覚障害者用付加装置)及び歩行者等支援情報通信システム(高度化PICS)については、国のバリアフリー化方針に基づき、利用者の利便性や安全性を向上させるため、今後も必要性の高い場所を選定し、計画的な整備に取り組んでまいります。</p> <p>国事業の実施状況や、いただいたご意見を踏まえ、県としてどういったことができるのか研究してまいります。</p>

第43回日身連近畿ブロック福祉大会 第25回日身連近畿ブロック身体障害者 相談員研修会

報告

10月16日(月)に京都テルサで開催され、本県からは当協会理事や評議員、各市町の身体障害者相談員等36人が参加し、近畿各府県および政令指定都市から合わせて532人が参加されました。

福祉大会では、当協会の奥田康博事務局長から前年度決議処理報告を行った後、大会宣言と障害者の権利条約の規定や昨年度の国連勧告を反映した高い水準での障害者施策の推進等14項目の大会決議が承認されました。

午後からは身体障害者相談員研修会が開催され、厚生労働省社会・援護局障害保健福祉部企画課自立支援振興室の福祉用具専門官 徳井亜加根氏による補装具と日常生活用具の違いや支給制度の違い等についての講演があり、参加者は熱心に耳を傾けていました。来年度は、大阪府身体障害者福祉協会が主管し開催予定です。



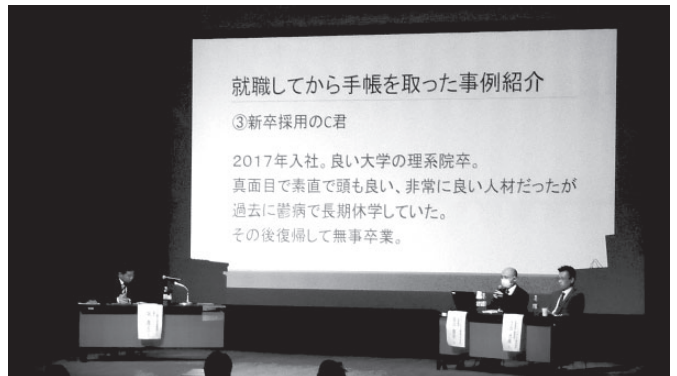
滋賀県障害者差別のない 共生社会づくりフォーラム ～障害者の雇用と定着のために～

報告

11月9日(木)にひこね市文化プラザエコーホールで開催し、73人の方々にご参加いただきました。

はじめに、滋賀県社会就労事業振興センター理事長の城貴志氏から障害者雇用の現状や働くことの意味等についてご講演いただきました。続くシンポジウムでは、宮川バネ工業(株)代表取締役の宮川草平氏とヤンマーシンビオシス(株)滋賀事業部事業部長の太田光典氏から、雇用した知的障害者と精神障害者の業務内容や合理的配慮、従業員との関わり等の事例について発表いただいた後、城氏を交えて三者による意見交換を行いました。

参加者からは「雇用主の生の声が聞けて良かった。」等の感想をいただきましたが、事業主や従業員等の参加が少なかったことを反省し、今後の事業実施に活かしていきたいと思えます。



事務局日誌

令和5年10月～12月

月 日	会議・行事内容
10月 7日(土)	第1回組織活性化部会
10月12日(木)	第4回三役会
10月14日(土)	第3回青壮年部役員会
10月16日(月)	第43回日身連近畿ブロック福祉大会 第25回日身連近畿ブロック身体障害者相談員研修会
10月19日(木)	第3回理事会 地域等組織活動活性化事業審査会
10月25日(水)	第72回滋賀県身体障害者福祉大会
11月 3日(金)	障害者週間啓発・推進事業【街頭啓発】(長浜)
11月 9日(木)	滋賀県障害者差別のない共生社会づくりフォーラム
11月12日(日)	第2回青壮年部交流会担当者会議

月 日	会議・行事内容
11月13日(月)	日身連第1回臨時評議員会
11月24日(金)	障害者週間啓発・推進事業【街頭啓発】(大津、近江八幡、草津、守山、高島、湖東)
11月25日(土)	障害者週間啓発・推進事業【街頭啓発】(甲賀)
11月26日(日)	障害者週間啓発・推進事業【街頭啓発】(彦根・愛知犬上、湖南)
11月27日(月)	障害者週間啓発・推進事業【街頭啓発】(東近江)
12月 2日(土)	障害者週間啓発・推進事業【啓発イベント】 障害者週間啓発・推進事業【街頭啓発】(栗東、米原)
12月14日(木)	第2回組織活性化部会 第5回三役会
12月23日(土)	第4回青壮年部役員会

【申込み・問い合わせ先】 (公財) 滋賀県身体障害者福祉協会 (〒525-0072 草津市笠山八丁目5-130)

TEL : 077-565-4832 mail : info@kenshinkyo-shiga.com

FAX : 077-564-7641 HP : https://www.kenshinkyo-shiga.com



障害者福祉センターコーナー

事業案内

第40回水泳記録会参加者募集

●日頃の練習の成果を発揮しよう!!

日時:3月24日(日)
第1部 10:00~12:00【水中チャレンジ】25mに挑戦、
水中レクリエーション

第2部 13:00~16:30【記録会】

場所:プール

対象者:障害のある人、障害のない人

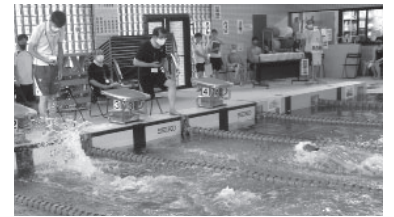
定員:第1部 先着 30人(4歳以上)

第2部 先着100人(小学生以上)

申込期間:【障害のある人】1月5日(金)~2月18日(日)

【障害のない人】2月1日(木)~2月18日(日)

申込方法:所定の申込書に必要事項を記入の上、FAX・郵送もしくは直接持参して下さい。



昨年度参加者の声

- ・日頃の練習の成果をタイムで確認することができた。
- ・25mを泳げると思っていなかったが、足をつかずに泳ぎ切り驚いた。



オープンプール

●プールで指導員と一緒に泳ごう!!

日時:2月12日(月・祝)

場所:プール

内容:個々に応じた内容(泳法)

対象者:障害のある人(25m以上泳げる人)

定員:30人程度

申込方法:当日、直接受付時間内(9:45~11:30)にお越しください。

※当福祉センター利用者カードをお持ちでない人は手帳を持参の上お作り下さい。

今年度参加者の声

- ・プールに入ってどの様な動きをすれば充実した運動ができるかが分かった。
- ・今後親子でプールに来た時のサポートの仕方もよくわかり勉強になりました。



センターの学習会

●興味のある分野を学んでみよう!!

障害に関する学習会

一人ひとりが、改めて「障害」について学びませんか?

講義:「発達障害って何?」
~知って得する関わりのポイント~

講師:滋賀県立精神医療センター
地域生活支援部 社会復帰支援係 係長
渡部 良子 氏

日時:3月17日(日) 13:30~15:30

場所:会議室

対象者:県内在住、在勤のスポーツ指導員・スポーツ推進委員

登録ボランティア

学習会の内容に関心のある人

定員:先着40人

申込期間:2月1日(木)~3月8日(金)

申込方法:所定の申込書に必要事項を記入の上、FAX・郵送もしくは直接持参してください。

健康と体に関する学習会

前回の内容とは異なるため、以前受けた方も初めての方も大歓迎です。奮って応募ください。

講義:水の力を借りて運動しよう!!
講師:びわこリハビリテーション専門職大学
リハビリテーション学部講師 池谷 雅江 氏

日時:1月8日(日・祝) 13:30~15:30

講義:オーラルケアが健康づくりにつながる!?
講師:大津市民病院 歯科口腔外科
歯科衛生士 山本 伸子 氏

日時:2月23日(金・祝) 13:30~15:30

場所:会議室

対象者:障害のある人・ない人

定員:各回定員30名

(定員に到達次第、申込を締め切ります)

申込期間:定員に達するまで受け付けます。

申込方法:所定の申込書に必要事項を記入の上、各回の申込期間中の開所日にFAX・郵送もしくは直接持参してください。

手作り体験教室(マクラメブレスレット) ●センターは文化教室もやっています♪

紐を手で編む「マクラメ」を体験し、天然石の入ったオリジナルブレスレットを作りませんか？

日時: 3月3日(日) 10:00~12:00

場所: 会議室

対象者: 障害のある人

定員: 先着10人

費用: 受講料は無料

ただし、1200円の教材費が必要。

申込期間: 2月3日(土)~2月24日(土)

申込方法: 所定の受講申込書に必要事項を記入の上、FAX・郵送もしくは直接持参して下さい。



イメージ写真

令和6年度登録ボランティア募集

当福祉センターの主催行事・教室の運営の補助をいただけるボランティアの方を募集します。

内容等詳しく聞きたい方は一度お問い合わせください！

対象者: ①18歳以上(令和6年4月1日現在)で自身に介助を要しない人

②健康で他者に介助ができる人

募集定員: 80人

申込期間: 3月17日(日)~9月29日(日)

申込方法: 「登録ボランティア申込書」に必要事項を記入の上、FAX・郵送もしくは直接持参して下さい。※申込書はHPにもアップしております。(3月頃アップ予定)

次年度大規模行事を 考えている方へ

年間日程調整会議

年1回の大規模な大会や行事等を対象に、施設利用の調整を行います。実施計画されている障害者団体・施設の方はご参加ください。

日時: 2月18日(日) 10:00~12:00

場所: 会議室

※詳細は、当福祉センターにお問い合わせください。

親子ふれあい広場

●びわこ学院大学(東近江)で開催!!

報告

普段当福祉センターに通うことの難しい東近江地域の療育教室通園児を対象に、びわこ学院大学を会場に今年度より新しく始めたイベントで、6月と10月に開催しました。親子でできる体操や、パラシュートなどみんなでできる活動の他、エアートランポリンや鉄棒を設置し、公園に遊びに行く感覚で気軽に親子で楽しんでもらえるイベントとし、びわこ学院大学の学生にも協力いただき、子どもたちと一緒に思い切り遊んでもらいました。

参加者からは、『普段できない遊びなどができるのが良かった』や『子どもも親も安心して楽しく遊べました』などの感想をいただきました。



ふれあい広場 ●滋賀ダイハツアリーナにて開催!!

報告

今年度より新県立体育館「滋賀ダイハツアリーナ」と共催で、障害のある人もない人も参加していただけるイベントとして11月4日(土)に『ふれあいひろば』を開催しました。エアートランポリンやパラシュート、大型積み木や鉄棒などで自由に遊んでもらう他、車いす体験として、競技用車いすでのスラローム体験をしてもらいました。

当日は約160人の参加があり、参加者からは『車いすは子どもも乗ったことがなかったので興味を持っていました。よい機会になりました』などの感想をいただきました。



施設利用カレンダー 1月～3月

月日	イベント名	時間	場所	備考	
1月	18(木) STT ラリータイム	13:30～15:00	小アリーナ	※視覚障害者のみ	
	19(金)	大人の体の使い方&スイム	10:00～12:00	小アリーナ・プール	※20歳以上
		グラウンドゴルフ定例会	13:30～15:15	アリーナ	
	23(火)	卓球(初心者・ラリータイム)	13:30～15:00	アリーナ	
	27(土)	アクアビクス	10:30～11:30	プール	
2月	11(日)	タイムトライアル	17:45～19:00	プール	
	12(月)	オープンプール	10:00～12:00	プール	※障害のある25m以上泳げる人
	15(木)	STT ラリータイム	13:30～15:00	小アリーナ	※視覚障害者のみ
	16(金)	チャレンジボッチャ	13:30～15:00	アリーナ	
	24(土)	アクアビクス	10:30～11:30	プール	
	27(火)	卓球(初心者・ラリータイム)	13:30～15:00	アリーナ	
3月	14(木)	STT ラリータイム	13:30～15:00	小アリーナ	※視覚障害者のみ
	15(金)	大人の体の使い方&スイム	10:00～12:00	小アリーナ・プール	※20歳以上
		グラウンドゴルフ定例会	13:30～15:15	アリーナ	
	23(土)	アクアビクス	10:30～11:30	プール	
	27(火)	卓球(初心者・ラリータイム)	13:30～15:00	アリーナ	

※申込不要で参加いただけます。

詳細については、ホームページまたは、当福祉センターにお問い合わせください。

プール営業再開

工事に伴いプールを閉鎖することとなり、皆様には大変ご迷惑をおかけいたしました。1月からプールの営業を再開します。詳細については、お手数ですが、当福祉センターホームページにてご確認ください。

今年も皆様のご利用を職員一同心よりお待ちしております。

もう一度動ける可能性を、あなたに。

COGY | あきらめない人の 足こぎ車椅子



株式会社 中山スポーツ

〒520-0863 滋賀県大津市千町一丁目 25-25

TEL 077-534-2525 FAX 077-533-2338



https://youtu.be/Rws3u_A88iA



ご自身の意思で移動したい
そんな想いにより添う
あなただけの椅子づくり

Grace Core

松永製作所動画チャンネル

YouTube



株式会社松永製作所 介護保険指定事業所番号 2172300051

〒503-1272 岐阜県養老郡養老町大場484 TEL 0584-35-1344

フレンドシップ栗東では様々な福祉車両をご用意しております!!

Tanto Sloper



福祉車両取扱士

福祉車両の使い方から各種優遇制度まで、
しっかりご案内いたします。お気軽にご相談ください。

近距離モビリティ
次世代型電動車椅子

WHILL
取扱店



滋賀ダイハツ販売株式会社

フレンドシップ栗東 ☎077-552-3811

〒520-3046 栗東市大橋4-1-5 営業時間/10:00~18:00 定休日/毎週水曜日、第2・第3火曜日

HPはこちら



TOYOTA
Rent a Car
ウェルキャブ レンタカー
(福祉車両)



ダイハツ Tanto スローパー
基本料金 6時間まで 5,600円(非課税)



ルーミー 助手席リフトアップ
基本料金 6時間まで 5,600円(非課税)

※ご利用時期によってはハイシーズン料金となります。

トヨタレンタカー ☎0800-7000-1111 ウェルキャブ専用 ☎0800-7000-2944

株式会社トヨタレンタリース 滋賀

0120-101-345

ホームページ
<http://www.trl-shiga.jp>



滋賀日産のライフケアビークル
(福祉車両)

ルーク 助手席スライドアップシート セレナ スロブタイプ



滋賀日産自動車株式会社 TEL: 077-521-4830
営業推進部 法人グループ FAX: 077-523-3887

■営業時間 10:00~18:00 ■定休日 毎週水曜日・一部火曜日



Honda Cars 滋賀東

【株式会社ホンダクリオ滋賀】

充実したラインナップ!



STEPWGN 車いす仕様車



N-BOX 車いす仕様車



STEPWGN サイドリフトアップシート車



FREED 助手席リフトアップシート車

Hondaの福祉車両は
「Honda SENSING」を
標準装備。

事故に連わない社会の
実現を目指して、
先進的な運転支援システム
Honda SENSINGを搭載。
多彩な機能で、より快適で安心な
ドライブをサポート

【問合せ先】
★守山東店 077-583-5500 ★三雲店 0748-72-7566
★大津東店 077-525-2700 ★瀬田店 077-545-4611
★栗東東店 077-552-8200

お泊 滋賀東

URL <https://www.hondacars-shigahigashi.co.jp>

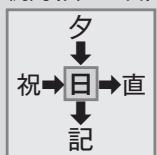


クイズコーナー

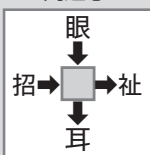
応募締め切りは2月末日まで

□に入る漢字を下の □の中から選んで四つの二字熟語を完成させてください。問題①と②の答えを繋げて、二字熟語を完成させましょう。正解者の中から3名の方に記念品をお送りします。

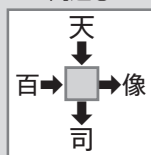
例問(答え:日)



問題①



問題②



待・鏡・足・寿・像・宮・福

QRコードは
こちら▼



《応募方法》右記QRコードを読み取りご応募いただくか、
①氏名 ②住所 ③クイズの答え ④広報誌の感想を記載の
うえ、郵送、FAX、メールで当協会までご応募ください。

前回のクイズの答え: 夕焼 (応募総数 20件)

当選者: 小林広美 様(近江八幡市)、中西よしこ 様(栗東市)、鈴木寿信 様(高島市)

読者からの声!

- 様々なイベントが開催されており、参加することで何かのきっかけになるといいなと思います。(大津市・男性)
- 彦根で日々ポッチャをしています。広報誌に目とおすだけでも楽しいです。(彦根市・女性)

編集後記

滋賀県身協第143号をお読みいただきありがとうございます。

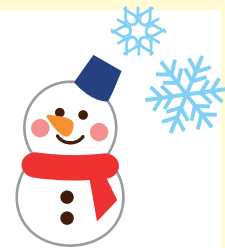
暖冬と言われた今年の冬は、朝晩と日中との寒暖の差が激しく、昨年以上に服装選びや体調管理に頭を悩ませておりました。皆様はどのように過ごされておりましたでしょうか。

今年度も残り3か月。振り返りと反省をしつつ、来年度に向けて、力を蓄えていきたいと思っています。(編集者)



特別編

冬こそ運動をしよう!!! 簡単トレーニング



冬に運動をすると...
こんな良いことが!

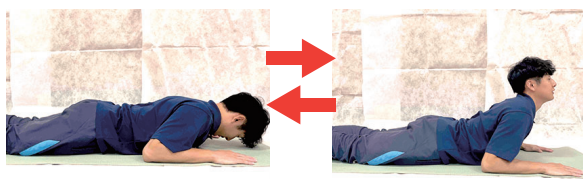
- ①冬は基礎代謝が上がります! 気温が低い冬は体内で熱を作り体温を維持しようとするため、ダイエットをしたい方は、冬に運動をしたほうが効果的です。
- ②冷え性で手足が冷えやすい人は、運動によって筋力の向上や血流の改善により冷えの解消が見込めます。また、痛みも出にくくなります。
- ③季節的にも運動がしやすい気候といえます。運動の習慣作りを始めるのに最適です。

体幹回旋ストレッチ



仰向けになって両手を広げます。両膝を立てて、左右にゆっくり動かし、体幹を捻じります。

胸部のストレッチ



うつ伏せになって、両腕で胸を持ち上げます。
※胸を開くイメージで!

腰のストレッチ



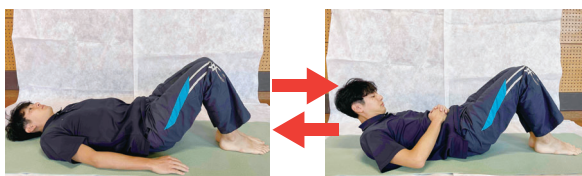
仰向けになって、両手で大ももを抱えて胸に引き寄せます。足裏は天井を向けた方が股関節等への負担は軽減できます。

股関節周りのトレーニング



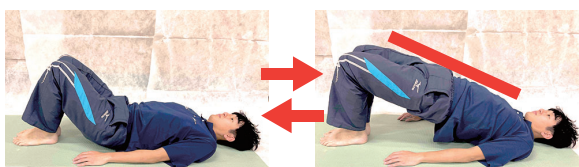
横向きに寝て、膝と股関節を90度に曲げます。左右の踵を付けた状態で、膝をゆっくり開閉します。
※上半身が開かないように注意しましょう!
※反対側も行います。

腹筋のトレーニング



おへそ上で手を組み、頭を持ち上げる。
※頭を上げる際、視線はおへそを見るイメージ

臀部のトレーニング



仰向けになって足裏を付け、膝を立てます。できるだけゆっくりお尻を上下させます。
(胸・膝が一直線になるようにしましょう!)

※すべての運動を1度に行う必要はありません。特に、首に負担がかからない様に注意し、できる範囲で無理をせずに行いましょう!

編集発行 公益財団法人滋賀県身体障害者福祉協会 会長 大西 孝雄 滋賀県立障害者福祉センター 所長 奥田 康博
〒525-0072 草津市笠山八丁目5番130号 電話:077-565-4832 FAX:077-564-7641
E-mail:info@kenshinkyo-shiga.com https://www.kenshinkyo-shiga.com

印刷:社会福祉法人 いしづみ会 指定障害者サービス事業所 いしづみ