



ODA

発行：社会福祉法人 沖縄県身体障害者福祉協会 / 編集：北部自立生活センター 希輝々
〒905-0015 沖縄県名護市大南4-8-32-1 / 頒価100円 (会費を含む)
TEL/FAX: 0980-54-1559 e-mail: kirara20030501@yahoo.co.jp



ほくぶじりつせいかつせんたーきらら
北部自立生活センター希輝々

やんばらぁ～ねっと



2024年 ^{がつ}1月 ^{ごう}55号



JICA 研修生のみなさんと集合写真

もくじ

やんばらあ〜ねっと 第55号

㊦	P2	もくじ
㊦	P3	ゆんたくカフェinやんばら開催のお知らせ
㊦	P4	JICA研修生受け入れ
㊦	P5	防災、避難所・避難場所について考える
㊦	P6	ふーぶーの自立生活PART1
㊦	P7	新年の抱負
㊦	P8	スタッフのひとりごと／希輝々の所在地案内／ 正会員、賛助会員の入会について

謹賀新年

昨年は大変お世話になりました

本年もよろしくお願い致します

令和六年元旦

北部自立生活センター希輝々

代表・・・新垣 正樹

・・・他スタッフ一同





ゆんたく カフェ in やんばる

場所 **ガスト名護店**

(名護市字宮里 875-16)

日時 **2月25日(日) 14:00~**

(2時間以内で何時でも帰宅自由)

会費 **無料**



脊髄損傷者等
車椅子ユーザーが集
い、社会参加や生活、
介護の話など、ざっば
らんにゆんたくしましょ
う!

会員・家族、参加したい方は
どなたでもOKです。
事前申し込みなし、自由参加
で当日会場にお越しください。
皆さん、お誘い合わせの上
ぜひ、ご参加ください

事前に質問したいことや相談
等があれば、下記の連絡先や
メールでご連絡ください。



連絡先(沖青協事務局)

098-961-6715 まで

office@okisekikyo.com

たくさんの参加お待ちしております ♪

JICA研修生受け入れ

去った12月8日にJICA研修生含め12名いらしてました。そこでセンターの活動紹介をさせてもらいました。

活動では様々なことをやっているのですが、ピアカウンセリングや、自立生活プログラム等、小中高の学校での車椅子や視覚障害者(アイマスク)体験の事、ここは、どういったところ

で不便をきたすか、どのようなサポートが必要なのか、

でした。あと、日ごろ障害が重度になればなるほど学校

や地域で交わる機会が少ないので、子供ふれあい体験の

二泊三日の事を紹介してました。まず、アイスブレイク

をやって子供たちがやりたい事をどのように一緒に過ごし

ていくか、障害者や健常者が日頃どんな生活をしている

か、グループワークし、自立生活している当事者から

発表等の紹介がありました。子供ふれあい体験で築いた事や、和気あいあいと過ごしている所が印象に残ったところです。

あと、当センターでの利用者宅訪問で、障害となった当初から自立生活に至るまでの生い立ちで辛かったこと、

楽しかったことや福祉制度の活用するうえで当センターの仲間に支えてもらい、24時間の介助保障に至るまでの苦悩、

つい最近のよいことを話されてました。今回、事務所で活動紹介と利用者宅訪問を行いました、研修生からは、

色々な質問等があり、感心深い方だなと感じました。母国に帰ってからの活躍に期待したいと思えます！



防災、避難場所・避難所について考える

12月14日、15日に防災、避難場所と避難所についてを議題に定例会を行いました。まず、避難場所と避難所の違いについてみんなで意見を出し合いました。

避難場所とは、地震などの災害による火災や土砂災害、その他の危険から身を守るために、一時的に逃げ込む先。河川敷や大きな公園などの広い敷地が指定されます。海沿いなど津波の危険性がある地域では、通常の避難場所とは別に高台や津波避難ビルを「津波避難場所」として指定している自治体もあるようです。

また、避難所とは、災害のため自宅を過ごすことが困難になったとき、一定の期間、避難生活をする場所で、学校や公民館などが割り当てられます。

今回、事務所で災害が起きたときを想定し、みんなで一番近くの指定緊急避難場所の名護厚生園まで実際に歩いてみました！

みんなのかんそう

・人が多い大通りから歩いてみると約10分で目的地についた。道に関しては、でこぼこ道も少なく歩きやすい印象だった。車での移動を考えているのであれば、渋滞に巻き込まれてしまうリスクがあると感じた。

・歩いてみての感想は、段差が多いことでちょっとの段差も急いでいたらつまづくのかなと思った。側溝に車いすのキャスターがはまり危険なところも多くあり、改善しないといけないと思った。今後側溝や段差のことを改善できるように活動していきたいと思った。

・防災について今まで何度も定例会で話し合ってきましたが今回はじめて避難場所まで車いすを押し歩いてみて気づきがいっぱいあった。歩く速さは思ったよりも速いこと。段差や側溝の蓋などに前輪がひっかかりやすいところがたくさんあった。実際に避難するときはもっと慌てているはずなので、今日気づいた危険なところは注意が必要。



ふーぶーの自立生活PART1

今回から、定期的に僕の自立生活の様子を掲載します(*^-^*)

第一弾は、12月26日にオープンしたスターバックスコーヒー名護店のバリアフリーチェックに行ってきました。

店舗はドライブスルー型の一階建てで席数がテーブル席44席、テラス席22席、多目的トイレもありました。

多目的トイレの広さは、手動の車いす1台分ぐらしかなく少し使いにくい印象でした！

店内は、グリーンを基調に明るくさわやかな感じで居心地がよかったです(*^-^*)



僕のオススメを3つ紹介します！

- ① ダークモカチップフラペチーノ ②キャラメルフラペチーノ ③コーヒーフラペチーノ

3つ全部美味しいので、みなさんもスターバックスに行く機会があれば飲んでみてください(*^-^*)

新年の抱負

今年、地域のイベントに積極的に参加することと、筋肉を増やして体を絞る ふーぶ

今年、友人や仕事仲間と交流して楽しむ M.A

自分のバイクは自分でなおすぜ！ H.N

自己主張しないのでのりくらいりに合わせて仕事をこなす！ Y.F

仕事もプライベートも充実させる。三線弾けるようにがんばるー♪ C.Y

日頃から体調管理を心掛け、なるべく病気やけがをせず当事者さんのサポートができる

一年にします！ S.H

いつもと同じ生活ができるように頑張りたい！ R.H

旅に出る。美味しいものを食べる。出会いを大事にする M.H

利用者さんが安心、信頼、笑顔でいてもらえる介助を心がけたいと思います M.T

隆一さんの夜勤を早く入れるように頑張ります M.T

体調管理を気をつける K.N

ダイエットを頑張る M.M

たくさん友達をつくる R.T

今年も体調管理に気をつける S.K



編集後記：すたっふのひとりごと

こんにちは。希輝々の当事者スタッフのふーぶーです。

来月から、プロ野球の春季キャンプが始まります！

沖縄では9球団がキャンプをおこないます。

僕が注目している球団は、新庄監督率いる北海道日本ハムファイターズです(*^-^*)

理由は、投打ともに若手、中堅、ベテランのバランスもよくチームの雰囲気も

いいからです。

推しの選手は、清宮選手、万波選手、伊藤大海選手、沖縄出身の上原健太選手です！

2016年以来8年ぶりのリーグ優勝めざして頑張ってます。ファイト👊



北部自立生活センター 希輝々の所在地案内

〒905-0015 沖縄県名護市大南4-8-32(1階)
TEL/FAX 0980-54-1559
E-mail kirara20030501@yahoo.co.jp

C I L 希輝々では、正会員及び賛助会員の積極的な参加を募っています。

当会活動のさらなる行動範囲を広げるためにも、ぜひとも当会の趣旨にご

賛同いただき、ご協力をお願いいたします。

正会員 新規会員 入会金2,000円(入会時のみ) + 年会費3,000円
= 計5,000円

既 会員 3,000円(年会費のみ)

賛助会員 個人 一口5,000円

団体 大口10,000円

寄付金は随時受け付けております。

皆様の温かいお志とご協力をお願いいたします。

●振込先 沖縄海邦銀行 名護支店 店番 060 (普通預金) 0621092

●名 義 北部自立生活センター希輝々

