



あつかぜ

まだまだ暑い日が続きます。暑さ疲れが出る頃です。皆さんはどんな暑さ対策で日々を乗り切っていますか？こまめに水分補給を摂りましょう。在宅中の方は忘れがちになります。そこでこんな方法が紹介されていました。起きている時間を2時間ごとに区切り、その都度コップ一杯の水分を摂る。これで水分補給が8回、熱中症対策になります。



この冊子はテキストやPDFでもお読みいただけます。(音訳あり)



今号の話題

- ・令和6年6月
協力者とのさつき号交流会
 - ・令和6年7月定例会報告
 - ・クラブ活動
 - ・イベントインフォメーション
 - ・流山市障害者支援課からのお知らせ
- 他



今月の表紙

◆松戸神社 銀杏の御神木(左)と龍神様御神水と百度石(右)
松戸神社は寛永3年に創建されたとされ、松戸市の総鎮守として親しまれています。御祭神は日本武尊(やまとたけるのみこと)で、武蔵国へ向かわれる際にこの地に陣営を設け従将と待ち合わせたため、待処(まつところ)=待土(まちど)と呼ばれ「松戸」の地名が生まれました。

染谷雄一



みなさま、いつもありがとうございます。

暑さにお疲れ様です。今までにない暑さ、最高気温更新と毎日熱中症アラートと、どうしてしまったのかと慌ててしまうかと思えます。そんな時こそ会員同士で声かけ活動をしてまいりましょう。支援者のみなさんとも声をかけあって暑さ対策、きちんとできているかの確認をしてくださいね。

目が不自由でも声をかけることはできます。相手を気遣うこともできますので、家族の方々と声をかけて、ちょっとした変化に気が付けるようにしていきましょう。

水分補給も大切ですが、ビタミン・ミネラルも大切です。血圧・血糖値など気になる方でも、この時期は少し取った方が良い場合もありますので、不安があったら相談してみてくださいね。日頃から「飴ちゃん」を持ってお出かけすることをお勧めします。災害・防災の備えもいつもの生活と共に考える事が必要です。ちょっと余裕を持った行動をしていきましょう。

何かちょっとできること探しをしてみると、何か良い方向に向かっていきますね。良い風をみんなで吹かせて、良くできるように行動していきましょう。

以上は去年のあいさつ文でした。

6月・7月、流山市の視覚障害者を知ってもらう為に北部民生委員会、日本赤十字流山奉仕団の方々にお話をさせていただきました。視覚障害者は、流山市内262名の手帳を持つ方がいることや声かけ方法、誘導の仕方、災害時の支援などを紹介させていただきました。

視覚障害者への声かけは、とても勇気がいることです。我々視覚障害者も、声をかけられたら「ありがとう」と親切を受け止めてくださいね。助けが必要なくてお断りする時にも「ありがとうございます。また、お声をかけてください」とお伝えするようにしていきましょう。

これからも流山市の障害者(児)についてみなさまへお伝えしていけるように活動してまいります。何かの時にご依頼をいただけますと幸いです。

また、当会の会報を地域包括支援センターや公共施設に置いていただけるように少しずつお願いしております。置いていただき視覚障害者を理解していただけるよう勧めてまいりますので、設置した方が良いところがありましたらお教えください。

では、まだまだ暑さも厳しいと思いますので、みなさまくれぐれも体調管理と幸せ・楽しみづくりをしてくださいね。

令和6年8月5日 記



7月定例会でのIT講習にて
染谷会長と参加者のみなさん

流山市身体障害者手帳所持者数(視覚障害)

参考資料

区分	(手帳保持者数)	内 訳					
		1級	2級	3級	4級	5級	6級
18未満	2	0	0	0	2	0	0
18以上40未満	19	7	6	1	1	4	0
40以上65未満	56	12	17	4	4	15	4
65以上	185	61	79	7	9	25	4
小計	262	80	102	12	16	44	8

令和6年6月協力者とのさつき号交流会報告

日時：6月7日（金） 8時～17時
場所：千葉県西部図書館・松戸神社・戸定邸



県立西部図書館前で全員集合

千葉県立西部図書館

所在地：〒270-2252 千葉県松戸市千駄堀 657-7

アクセス：

JR武蔵野線 新八柱駅から徒歩約15分
新京成電鉄 八柱駅から徒歩約15分
新京成電鉄 常盤平駅から徒歩約15分

お問い合わせ：047-385-4133



戸定邸内の庭園



戸定邸内で案内ガイドの説明を受ける皆さん

あじさいが大変美しい6月に、協力者とのさつき号交流会を行いました。

大型福祉バスのさつき号で流山を出発し、一路松戸市へと向かい、午前には千葉県西部図書館を訪問。最新の読書バリアフリー機器に触れ研修、施設見学。

昼食は松戸のレストラン、午後は松戸神社を参拝後、戸定邸を見学しました。



西部図書館研修室 後ろ姿も真剣です



機械の説明を受ける柳橋（やなぎばし）さん

戸定邸

戸定邸は水戸藩最後の藩主・徳川昭武が建てた邸宅(国指定重要文化財)で、明治時代の徳川家の住まいがほぼ完全に残っています。

現在、敷地の約三分の一は戸定が丘歴史公園として整備公開され、園内には邸宅の他、徳川昭武と彼の兄徳川慶喜の資料を展示する戸定歴史館や、庭園(国指定名勝)、昭和53年に松戸市が市制施行35周年を記念して建設した文化施設の松雲亭があります。

所在地：〒271-0092 千葉県松戸市松戸714の1

アクセス： 松戸駅東口下車徒歩約10分

お問合せ先：047-362-2050



令和6年7月定例会報告

日時：7月19日（金）10時30分～15時
場所：障害者福祉センター東深井福祉会館1階）
送迎：有
参加：全20人
（会員10人/支援者5人/講師5人）



定例会全体の様子

午前の部：IT講習会



講師：染谷 雄一さん・鈴木 敦史さん

午前は、講師の染谷さんからスマートフォンの概要説明。
お二人が日常スマートフォンをどのように使用してるか、ス
マートフォンに触れて音声ガイドに沿って操作を体験しま
した。



IT講習 染谷会長が先生に



IT講習 鈴木講師

午後の部：フレイル予防教室



フレイル予防体操の様子①



フレイル予防体操の様子②



フレイル予防体操の様子③

午後は、高齢者支援課の講師から、フレイル予防には、社会参加・食事・運動が大切である旨の説明をいただきました。運動指導員からは、健康体操の指導を受けました。

要点



健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます。

感想

便利なICT機器に触れてみて

・活用には、触れて慣れることかな・・・

フレイル予防教室に参加してみても

・健康について実感した一日でした。

定例会のお知らせ

令和6年9月定例会

日時：9月20日（金）10時30分から15時
場所：障害者福祉センター
（東深井福祉会館1階）

送迎：有

内容：

午前 障害者支援課とのQ&A相談会
午後 ギターとフルートのライブ

昼食は各自でご用意をお願いしますが、希望により弁当の注文を実費でお受けします。集金は当日します。

令和6年10月定例会

日時：10月18日（金）10時30分から15時
場所：障害者福祉センター
（東深井福祉会館1階）

送迎：有

内容：

午前 史跡散歩
午後 全体会議

昼食は各自でご用意をお願いしますが、希望により弁当の注文を実費でお受けします。集金は当日します。

クラブ活動

STT (サウンドテーブルテニス)

STTクラブとカラオケクラブから活動予定のお知らせです。
ふるってご参加ください!

日時:

9月

6日(第1金曜) 10時から15時

9日(第2月曜) 10時から15時

30日(第5月曜) 13時から16時

10月

4日(第1金曜) 10時から15時

7日(第1月曜) 13時から16時

28日(第4金曜) 10時から15時

場所: 障害者福祉センター

(東深井福祉会館1階)

詳しくは、

担当加藤 090-7820-2085

までお問い合わせください。

カラオケクラブ

日時: 9月25日(第4水曜日)

待ち合わせ: おおたかの森駅改札

9時45分

開催: 10時から12時

場所: ビッグエコーTXGAおおたかの森店

費用: 実費

詳しくは、

担当鈴木 090-3312-6790

までお問い合わせください。

◆ 耳で聞く文芸 ◆

(流山市音訳グループからデイジーで郵送される内容です)

- ・ 9月 宮下 奈都 著「静かな雨」 文芸春秋
- ・ 10月 ルイス・キャロル 著/岡田 忠軒 訳「鏡の国のアリス」

イベントインフォメーション

第46回 流山市民まつり

日時 10月27日(日) 9時から15時

場所 流山市総合運動公園

内容 流山市民まつりの福祉会場に出展

交通 つくばエクスプレス 流山セントラルパーク駅より徒歩7分

※会場には、駐車場がございません。

公共交通機関のご利用にご協力をお願いします。

周辺の路上や近隣の商業施設への無断駐車は絶対に行わないでください。

流山市障害者支援課からのお知らせ

今号では、視覚に障害がある方が市へ申請を行うことによって受けられる各種サービス例のご案内や、市によくご相談をいただく事例についてご紹介いたします。

申請によって受けられる各種サービスについて

1. 福祉タクシー券の交付
身体障害者手帳が1級又は2級等である方に、タクシー乗車時に使用できる福祉タクシー券を交付いたします。1回の乗車につき720円までを運賃に充てることができます。ただし、入院や施設入所となった場合は、対象外となることがあります。
2. 代読代筆支援
障害者総合支援法に基づく居宅介護の支給決定が可能な方であって、単身で生活もしくは同居家族等の状況により、障害の特性から代読代筆が必要である方を対象に、居宅内での代読代筆支援を行います。
3. 税金の減免等について
障害等級など条件はありますが、所得税・住民税控除、自動車税の減免、NHK放送受信料の減免等があります。
4. ちば障害者等用駐車区画利用証制度
身体障害者手帳の視覚障害が4級以上等の方に、障害者用等用駐車区画に安心して駐車できることを目的とした利用証を交付しています。
5. ヘルプシール
「ヘルプマーク」や「ヘルプカード」と同様、周囲に理解してほしいことをスムーズに伝えるために、障害の内容や配慮事項を予め印字したシールです。パスケースやスマートフォンなど、身に着けるものに貼り付けて使用します。

この他にも各種手当の支給や助成など、条件を満たした場合に受けられる様々なサービスがあります。詳しくは市が発行している「障害福祉の案内」をご覧ください。また、障害者支援課までお問い合わせください。

視覚に障害がある方からよくいただく相談事項について

相談例① ヘルパーを使わずに目的地まで自分で行けるようになりたい。

回答①

社会福祉法人 千葉県視覚障害者福祉協会で行っている中途視覚障害者自立更生支援事業において、歩行訓練を行っています。申請窓口は流山市障害者支援課となっておりますので、ご利用を検討の場合は障害者支援課までお問い合わせください。

相談例② 同行援護の利用料金はどれくらいかかるのか。

回答②

ご利用する時間の長さや、ご利用する方の支援度等により利用料金は変わりますが、30分から1時間未満のご利用で、概ね451円程度です。ただし、非課税世帯の方は、当該サービスの利用料はかかりません。

お問い合わせはこちら

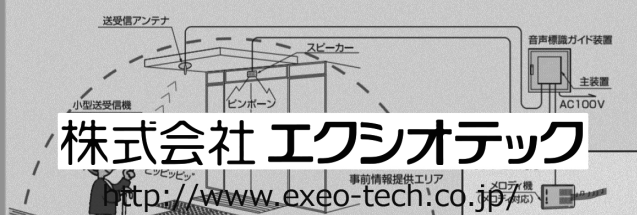
流山市障害者支援課

電話:04-7150-6081 ファクス:04-7158-2727



流山市障害者支援課

 医療法人社団 天宣会
西浦眼科
 ☎04-7155-1771
<https://tensenkai.or.jp/nishiura-ganka/>

音声標識ガイドシステム **EXEO TECH**

株式会社 エクシオテック
<http://www.exeo-tech.co.jp/>

軽自動車からトラックまで
 ディーラー品質の技術を
 工場価額でお届けします
宮内自動車有限公司
 Tel: 04-7144-8138

通院、リハビリ、買い物、ご旅行など
**福祉タクシー
ライトハウス**
 Tel: 070-8900-3711

丁寧一番!!
 まごころ添えてお届けします

 福祉用具レンタル・販売
ふくちゃん
<http://www.huku-chan.jp/>

串揚げ DINING 縁
 Tel: 04-7157-3969

もみ太郎Pro
 マッサージベッド販売
 鍼灸マッサージ治療院
 開業の備品を格安販売

<https://www.momitaro.co.jp/>

**広告主様
募集中**

**広告主様
募集中**

**広告主様
募集中**

☆ 視覚障害についてのご相談、この会報についてのお問い合わせは ☆

流山市視覚障害者協会 会長 染谷 雄一
 〒270-0115 流山市江戸川台西1-51-3 (有) もみ太郎内
 TEL: 04-7152-9920 FAX: 04-7152-9921
 携帯: 090-3210-1429
 URL: <https://www.i-partner.jp/nagareyama/>
 E-mail: y_someya@momitaro.co.jp

